

**ESTEREOTIPOS Y DEPORTE FEMENINO.
LA INFLUENCIA DEL ESTEREOTIPO EN
LA PRACTICA DEPORTIVA DE NIÑAS Y
ADOLESCENTES.**

TESIS DOCTORAL

PRESENTADA POR: Victoria Macías Moreno
DIRECTOR: Dr. D. Miguel Moya Morales

Departamento de Psicología Social y Metodología de las Ciencias del
Comportamiento
UNIVERSIDAD DE GRANADA

Junio de 1999

Esta investigación se ha realizado gracias a una beca
concedida por el Consejo Superior de Deportes
(Resolución 3 de Marzo de 1997, BOE 13 de Marzo de 1997).

Quisiéramos mostrar nuestro agradecimiento a las siguientes personas que han colaborado de alguna manera en la realización de este trabajo:

A los directores y profesores de todos los centros participantes:

D. Francisco Ríos
D. Gerardo Moreno
D. Pedro Gómez

Colegio Público Gerardo Fernández (Mollina)

D. Francisco Romero
D. Joaquín Franquelo

Colegio Público León Mota (Antequera)

D. Antonio Pérez
D. Francisco Cerezo

Colegio Público Inmaculada del Triunfo (Granada)

D. Cayetano Romero
D. Juan Moreno
D. Nicolás Jiménez
Dña. Graciela Aragüez
D. Manuel Pérez

IES Pedro Espinosa (Antequera)

D. Juan de la Vega
D. Antonio Jiménez
D. Joaquín Gallardo

IES José María Fernández (Antequera)

D. Antonio Martínez
D. Antonio Alcalá
Dña. Elvira Puente
Dña. Carmen Romero
D. Juan Francisco Castillo

IES Padre Suárez

Sor M^a Teresa Argüeres
Dña. M^a Carmen Moreno
D. Antonio Jesús Sánchez

Colegio Santa María Hijas de Jesús

D. Marcelino Carreto
D. Juan Francisco Rubio

Colegio Salesiano San Juan Bosco

Sor Teresa Lera
Dña. Angeles Iglesias

Colegio Regina Mundi

D. José Pozo

Colegio del Ave María

Dña. M^a Luisa Muñoz

Colegio Sagrada Familia

A todos los alumnos y alumnas participantes de los diferentes centros.

A D. Miguel Moya Morales, el director de esta tesis por su gran ayuda y por el tiempo dedicado.

A Paco, a mis padres y a Martín.

INDICE

INTRODUCCION	1
CAPITULO I: EL DEPORTE DESDE UNA PERSPECTIVA PSICOSOCIAL.	5
Delimitación de conceptos.	6
Un poco de historia.	10
Diferentes enfoques en el estudio del deporte.	14
A) Psicología del deporte.	14
a) Introducción. Desarrollo histórico.	14
b) Aportación al deporte femenino.	19
B) Sociología del deporte.	21
a) Introducción. Desarrollo histórico.	21
b) Aportación al deporte femenino.	23
CAPITULO II: EL DEPORTE FEMENINO.	27
Antecedentes históricos.	28
A) Las mujeres deportistas a través de los tiempos.	28
B) El deporte olímpico femenino.	37
C) El deporte femenino en España.	45
Participación femenina en el deporte.	49
Explicaciones dadas de las diferencias deportivas entre hombres y mujeres.	53
A) Razones biológicas.	53
a) Introducción.	54
b) Diferencias anatómicas.	57
c) Fuerza y resistencia muscular.	57

d) Capacidad cardiovascular.	61
e) Sistema esquelético.	62
f) Sistema endocrino.	62
g) Embarazo.	66
B) Razones históricas.	69
C) Razones educativas.	70
D) Razones sociales.	71
E) Otros obstáculos.	73
a) El tiempo de la mujer.	73
b) Ocupaciones y esferas.	76
c) Tratamiento de los Medios de Comunicación.	79
d) Mitos y creencias.	81
El caso de las deportistas chinas. Un desafío a las creencias occidentales sobre el deporte femenino.	85
Conclusiones.	92
CAPITULO III: GÉNERO Y DEPORTE. ANÁLISIS PSICOSOCIAL.	94
Introducción.	95
Modelos teóricos.	96
A) Teoría de la Acción Razonada.	96
B) Modelo de Elección de Logro.	103
a) Las expectativas como mediadoras de elección.	104
b) Los valores como mediadores de elección.	106
Revisión de las variables más importantes que relacionan género y deporte.	111
A) Características individuales.	111
a) Características biológicas.	112
b) Características de personalidad.	113
B) Medio cultural.	115
a) Estereotipos de género.	115
b) Estereotipos de género en el deporte.	118
c) Roles.	125

C) Creencias y conductas del socializador. El mantenimiento de los estereotipos y roles.	131
a) Agentes de socialización.	131
b) Experiencias previas.	136
D) Factores psicosociales.	141
a) Identidad.	141
b) Atribuciones.	180
c) Expectativas.	185
Resumen.	188
CAPITULO IV: ESTUDIO EMPIRICO.	191
Introducción.	192
Objetivos.	195
Hipótesis.	196
Variables.	199
Estudio Piloto.	202
A) Método.	202
a) Participantes.	202
b) Procedimiento.	203
B) Resultados.	204
Estudio Principal.	207
A) Método.	207
a) Participantes.	207
b) Procedimiento.	213
B) Resultados.	225
a) Diferencias entre los varones y mujeres participantes en el estudio en las principales variables.	225
b) Análisis de las hipótesis formuladas.	255
C) Discusión de los resultados.	287

a) Diferencias encontradas por sexos.	287
b) Hipótesis del estudio.	292
CONCLUSIONES.	302
BIBLIOGRAFIA.	314
ANEXOS.	352

INDICE DE TABLAS Y FIGURAS

Tabla 2.1. Participación masculina y femenina en los Juegos Olímpicos de verano (1896-1996).	43
Tabla 2.2. Proporción de tejido adiposo y tejido muscular en hombres y mujeres (población general de adultos jóvenes).	59
Figura 3.1. Representación gráfica de la Teoría de la Acción Razonada (Ajzen y Fishbein, 1980).	101
Figura 3.2. Representación gráfica del Modelo General de Logro y Elección de Tarea (Eccles, 1983, 1987).	102
Tabla 4.1. Distribución de los participantes en el estudio piloto por edades y sexo.	203
Tabla 4.2. Deportes más practicados en función del sexo.	204
Tabla 4.3. Distribución de los participantes por edades.	208
Tabla 4.4. Distribución de la muestra por edades, sexo y carácter del colegio (público-privado, rural-semiurbano-urbano).	212
Tabla 4.5. Prácticas deportivas.	227
Tabla 4.6. Actitud hacia la práctica deportiva. Creencias sobre las consecuencias positivas en virtud del sexo.	230
Tabla 4.7. Actitud hacia la práctica deportiva. Creencias sobre las consecuencias negativas en función del sexo.	232
Tabla 4.8. Actitud hacia la práctica deportiva. Evaluación efectuada por varones y mujeres de las consecuencias positivas.	234
Tabla 4.9. Actitud hacia la práctica deportiva. Evaluación de las consecuencias negativas en función del sexo.	236
Tabla 4.10. Norma subjetiva hacia la práctica deportiva. Creencias normativas de varones y mujeres.	237
Tabla 4.11. Norma subjetiva hacia la práctica deportiva. Motivación para acomodarse de varones y mujeres.	238
Tabla 4.12. Norma subjetiva hacia la práctica deportiva de varones y mujeres.	239
Tabla 4.13. Auto-concepto de habilidad en varones y mujeres.	240
Tabla 4.14. Valor percibido por varones y mujeres de la tarea.	241
Tabla 4.15. Recuerdos de varones y mujeres relacionados con el deporte.	241
Tabla 4.16. Valores deportivos de varones y mujeres elegidos en primer o segundo lugar.	242

Tabla 4.17. Puntuaciones de varones y mujeres en la escala de identidad atlética.	244
Tabla 4.18. Actitudes hacia la práctica deportiva de las mujeres de los participantes varones y mujeres (I).	246
Tabla 4.19. Actitudes de los participantes varones y mujeres hacia la práctica deportiva de las mujeres (II).	248
Tabla 4.20. Ideología del rol de género. Respuestas de los participantes varones y mujeres.	250
Tabla 4.21. Identidad de género. Puntuaciones de varones y mujeres en los rasgos instrumentales.	253
Tabla 4.22. Identidad de género. Puntuaciones de varones y mujeres en rasgos expresivos.	254
Tabla 4.23. Relación de las variables nivel de estudios del padre y de la madre con variables relacionadas con la práctica e intereses deportivos.	256
Tabla 4.24. Resultados de los ANOVAs considerando a la práctica deportiva del padre y al sexo de los participantes como vbs. Independientes.	257
Tabla 4.25. Resultados de los ANOVAs considerando a la práctica deportiva de la madre y al sexo de los participantes como vbs. Independientes.	258
Tabla 4.26. Resultados de los ANOVAs considerando a la práctica deportiva de los hermanos y al sexo de los participantes como vbs. Independientes.	259
Tabla 4.27. Resultados de los ANOVAs considerando a la práctica deportiva de las hermanas y al sexo de los participantes como vbs. Independientes.	260
Tabla 4.28. Resultados de los ANOVAs considerando a la zona de residencia de los chicos y chicas participantes y a su sexo como vbs. Independientes.	262
Tabla 4.29. Resultados de los ANOVAs considerando al tipo de colegio (público o privado) y al sexo de los participantes como vbs. Independientes.	263
Tabla 4.30. Relación de las variables intención de participar en actividades deportivas y práctica deportiva real en varones y mujeres.	266
Tabla 4.31. Relación de las variables actitud hacia el deporte e intención de participar en actividades deportivas en varones y mujeres.	267
Tabla 4.32. Relación de las variables norma subjetiva e intención de participar en actividades deportivas en varones y mujeres.	268
Tabla 4.33. Relación del valor percibido de la tarea con las variables relacionadas con el deporte en varones y mujeres.	273
Tabla 4.34. Relación de los recuerdos afectivos y el valor percibido en el deporte en varones y mujeres.	274
Tabla 4.35. Relación de los recuerdos afectivos con la práctica e intereses deportivos en varones y mujeres.	275
Tabla 4.36. Relación del valor percibido de la tarea con la identidad en varones y mujeres.	278

Tabla 4.37. Relación de la identidad y la práctica e intereses deportivos en varones y mujeres.	279
Tabla 4.38. Relación de la identidad con la actitud hacia la práctica deportiva de las mujeres en los hombres y mujeres.	282
Tabla 4.39. Relación del valor subjetivo de la tarea con la actitud hacia la práctica deportiva de las mujeres en los hombres y mujeres.	283
Tabla 4.40. Relación de la ideología del rol de género con la actitud hacia la práctica deportiva de las mujeres en los hombres y mujeres.	284

INTRODUCCION

La práctica deportiva constituye un fenómeno social de especial trascendencia. Por una parte contribuye a la salud física y mental de quienes la realizan, por otra parte, funciona como factor de corrección de desequilibrios sociales, creando hábitos favorecedores de la inserción social, canalizando el tiempo de ocio y fomentando la solidaridad mediante su práctica en grupo o en equipo.

La práctica deportiva supone una serie de ventajas físicas, psíquicas y sociales para la mayoría de las personas. En la medida en que las mujeres realicen estas actividades en menor cuantía que los hombres, claramente estarán en desventaja a esos tres niveles y esa desventaja es acumulable a través de la historia, hasta el punto de convertirse en algo natural, positivo y aceptado socialmente. De ahí la importancia de abordar el estudio de los estereotipos y el deporte femenino y de buscar unas soluciones y líneas de acción.

Es un hecho que los hombres hacen más deporte que las mujeres, los niños corren y saltan más que las niñas, hay muchos más deportistas de elite hombres que mujeres. Si de deportes de aventura se trata, las diferencias incluso aumentan, etc.

No podemos atribuir este desfase única y exclusivamente a factores anatómicos y fisiológicos. La mayor parte de esa desigualdad se encuentra en factores psicológicos (identidad, auto-concepto, valores, etc.) y en causas sociales (socialización del rol de género, estereotipos, etc.). Los aspectos sociales influyen en la psicología del individuo, en su forma de pensar, sentir y actuar. Ambos aspectos determinan la actitud que el sujeto va a tener acerca de una conducta determinada así como la realización de la conducta en sí misma.

Esta es la idea central de este trabajo que vamos a desarrollar a través de los diferentes capítulos. En el primero de ellos vamos a realizar un acercamiento al

deporte y a su significado en la actualidad y a través de la historia, así como el estudio del mismo a través de diferentes disciplinas que estudian al hombre.

En el segundo capítulo vamos a tratar el deporte femenino más específicamente. Cómo se ha ido forjando a través de la historia, su significado diferente en distintos momentos históricos y en distintas culturas. Por otra parte, vamos a ver a través de diversas investigaciones cuál es la participación femenina actualmente en actividades físicas y deportivas en comparación con la participación masculina y vamos a intentar abordar las razones de las diferencias mediante distintos enfoques o perspectivas.

Tradicionalmente, el peor rendimiento de las mujeres en el deporte ha sido atribuido a causas “evidentemente” biológicas. En este capítulo se van a analizar todas y cada una de las diferencias existentes entre hombres y mujeres en el plano físico, tanto a nivel anatómico como fisiológico, de esta manera veremos que existen muchas más semejanzas entre hombres y mujeres atletas que entre personas del mismo sexo no atletas. Las marcas y récords confirman este postulado.

No obstante, veremos que realmente hay unas causas biológicas que justifican en parte la desproporción pero, por sí solas, no explican el desfase total existente; por lo que completaremos el análisis con una revisión de causas históricas, sociales, educativas, etc. Todas ellas están interactuando entre sí y cada una de ellas aisladamente no basta para explicar la brecha. El ejemplo de las mujeres deportistas chinas nos sirve para completar nuestro análisis.

Finalmente, hemos querido completar el estudio con un acercamiento psicosocial que complete la perspectiva del capítulo anterior. En el capítulo tercero, en primer lugar, hemos elegido dos modelos teóricos que contemplan las diferencias de género a la hora de elegir una conducta de logro. El Modelo de Ajzen y Fishbein (1980) o Teoría de la Acción Razonada y el Modelo de Elección de Logro de Eccles (1984, 1985, 1987). Vamos a apoyarnos en ellos en nuestro estudio empírico. Hemos realizado una amplia revisión de las variables psicológicas y sociales que tienen relación con el género en el contexto deportivo.

A través de esta revisión vamos a comprobar cómo en algunos casos no se han encontrado diferencias de género, pero la mayoría de las veces las diferencias son enormes y tienen que ver con la socialización diferencial que reciben hombres y mujeres, y con el rol que se espera que desempeñen cada uno de ellos en la sociedad.

El capítulo cuarto describe el estudio empírico que hemos realizado y que consta de dos partes, una primera que es un estudio piloto realizado con el fin de obtener información necesaria para la segunda parte, que es el estudio principal realizado con jóvenes de ambos sexos estudiantes de ESO y bachillerato y sobre los que vamos a obtener información acerca de una serie de variables objeto de nuestro estudio. Este capítulo finaliza con los resultados de la investigación y los compara con otros hallazgos de diferentes autores españoles y de otros países y finalmente concluiremos con una serie de recomendaciones para la igualdad en el deporte.

CAPITULO I:
**EL DEPORTE DESDE UNA PERSPECTIVA
PSICOSOCIAL.**

Delimitación de conceptos.

Etimológicamente la palabra *deporte* viene del latín "*deportare*", que derivó en castellano en "*depuerto*" y significa regocijo, diversión, recreo, etc. En francés derivó en "*deport*". Los normandos llevaron esta palabra a Inglaterra donde se abrevió dando lugar a la palabra "*sport*". En España, la forma verbal "*deporte*" aparece por primera vez en el Poema del Cid o Cantar del Mío Cid (1140) con significado de divertirse.

La Real Academia Española de la Lengua define el *deporte* como: "Recreación, pasatiempo, placer, diversión o ejercicio físico, por lo común al aire libre, practicado individualmente o por equipos, con el fin de superar marcas o adversarios, siempre con sujeción a ciertas reglas".

La Carta Europea del Deporte (1992) expresa: "Deporte significa cualquier forma de actividad física, a través de participación organizada o no, que tiene por objeto la expresión o mejora de la condición física y psíquica, el desarrollo de las relaciones sociales o la obtención de resultados en competición a todos los niveles".

Veamos otras definiciones: "El deporte es toda tarea que requiere de una actividad física y mental, llevada a cabo para conseguir un propósito determinado" (Jodra, 1992).

"Actividad lúdica, sujeta a reglas fijas controladas por organismos internacionales, que se practica en forma de competición individual o colectiva, y que pone en juego cualidades tales como la movilidad física, la fortaleza y la habilidad de los competidores" (Enciclopedia Larousse, 1988).

Ortega y Gasset (1966) en su libro "Origen deportivo del Estado": "Derroche espontáneo de fuerzas, de libre esfuerzo superfluo, por el placer de su propia realidad".

Deporte es toda aquella actividad humana que reúne tres condiciones: debe implicar el uso de destrezas físicas relativamente complejas o esfuerzo físico enérgico; se caracteriza por la competición que ocurre bajo condiciones formales y organizadas, es decir, es una actividad competitiva que está institucionalizada; y del deporte se derivan recompensas intrínsecas y extrínsecas (Boutilier y Sangiovanni, 1985).

Cagigal afirma en su libro "¡Oh Deporte! Anatomía de un gigante" (1981) que "todavía nadie ha podido definir con general aceptación en qué consiste el deporte: ni como realidad antro-po-cultural, ni como realidad social y cada vez va a ser más difícil definirlo porque el deporte cambia sin cesar y amplía su significado, tanto al referirse a una actividad humana, como al englobar una realidad social muy compleja".

En cuanto al término *deportista*, también es complicada su delimitación. La Enciclopedia Larousse lo define como: 1."Persona aficionada a los deportes o entendida en ellos". 2."Persona que practica un deporte por profesión". Piernavieja (1985) dice que "deportista es tanto la persona que juega o se ejercita físicamente, como el espectador que contempla al anterior sentado cómodamente en un asiento". En este trabajo nosotros vamos a considerar al deportista entendido en el primer sentido, aunque también obtendremos en el trabajo empírico datos referidos al deportista tal y como se concibe en la segunda acepción.

San Martín Rissetti (1985) estudió con detenimiento los fenómenos psíquicos del deportista desde un punto de vista antropológico, según el cual concibe al atleta como un ser psico-socio-biológico que marcha en el tiempo y en el espacio, pasando por una serie de estados, uno de los cuales es el de deportista. El autor determina dos momentos del estado que llama deportivo: el grupo basal y el deporte de elite. En cada uno de ellos se desarrollan unos mecanismos psicológicos determinados (emociones, conflictos, etc.).

Vamos a realizar una serie de precisiones terminológicas relacionadas con el deporte, con el fin de clarificar el campo en el que nos vamos a mover a lo largo de la investigación, ya que hay muchos términos distintos que, aunque tengan matices

diferentes, nosotros los vamos a utilizar indistintamente. Veamos las definiciones de: actividad física, ejercicio físico y forma física. Cuando se habla de **actividad física** en el contexto deportivo suele tener un significado semejante a deporte, pero queremos diferenciarlo, ya que hay quienes definen la actividad física como: "cualquier movimiento corporal producido por los músculos esqueléticos que tienen como resultado un gasto de energía". De acuerdo con esto, cualquier mínimo movimiento supone una actividad física como comer, parpadear, escribir, etc., incluso durmiendo existe una actividad física en nuestro cuerpo ya que nuestras vísceras siguen actuando: estómago, corazón, pulmones, etc. (Olabarrieta, 1993)

El mismo autor utiliza la siguiente definición para **ejercicio físico**: "Una variedad de la actividad física que está planificada, estructurada y se hace de una forma repetitiva, teniendo como objetivo la mejora o mantenimiento de uno o más componentes de la forma física".

Boutilier y Sangiovanni (1985) definen el **ejercicio** como "una forma particular de actividad física". "Es una actividad física continua o razonablemente vigorosa".

Por otra parte, podemos diferenciar la **actividad física**, que tiene una base recreativa u ocupacional y el **ejercicio**, que es una actividad física emprendida de forma voluntaria. (García Ferrando, 1990)

Otro término a tener en cuenta sería la **forma física**: "Capacidad para llevar a cabo las tareas diarias con eficacia, permitiendo suficiente energía para el tiempo libre, de ocio, y para enfrentarse con emergencias imprevistas" (Consejo de Educación Física de los EEUU).

El concepto de **forma física** está asociado al de eficacia y no hay que confundirlo con tener buena salud. La Forma Física va a depender de los siguientes factores principales: la constitución del cuerpo, la flexibilidad, la fuerza muscular, la resistencia muscular, la capacidad cardiovascular y respiratoria, la coordinación, el equilibrio, la agilidad, el tiempo de reacción, la velocidad de movimiento y la potencia (Olabarrieta, 1993).

Forma física es la habilidad para participar en actividades físicas bastante vigorosas e incluye aquellas cualidades que se creen esenciales para la salud de una persona y el bienestar general. Hay cuatro dimensiones que son generales para la forma física: capacidad cardiorrespiratoria, resistencia muscular, fuerza y flexibilidad (Boutilier y Sangiovanni, 1985).

Por el contrario, la **mala forma física** está determinada por: la inactividad, el estrés, el exceso de comida, forzar el sistema, los malos hábitos de fumar, beber o consumir drogas y/o fármacos estimulantes, tranquilizantes, etc., dormir poco. (Olabarrieta, 1993).

El deporte es considerado en la sociedad actual como un bien social, de ahí que la Constitución, en su Artículo 43.3 señale: "Los poderes públicos fomentarán la educación sanitaria, la educación física y el deporte. Asimismo, facilitarán la adecuada utilización del ocio".

Por su parte, la LEY 10/1990, de 15 de Octubre, del Deporte, en su Artículo 4 sobre Instalaciones y Actividades. Punto 1, dice: "En el acceso a las instalaciones y actividades deportivas no se permitirá discriminación en razón del sexo, la raza, el idioma, la religión, las opiniones políticas o de otro tipo, el origen nacional o social, la asociación con una minoría nacional, la propiedad, el nacimiento u otras características".

Recientemente ha sido aprobada la LEY 6/1998, de 14 de Diciembre, del Deporte en Andalucía. Esta ley, en su Título I (Artículo 2), reconoce "el derecho de todo ciudadano a conocer y practicar libre y voluntariamente el deporte en condiciones de igualdad y sin discriminación alguna". Asimismo, el Artículo 3 que trata de los Grupos de Atención Especial, expresa: "El fomento del deporte prestará especial atención a los niños jóvenes, mujeres, personas mayores, a los discapacitados, así como a los sectores sociales más desfavorecidos".

Un poco de historia.

Existen datos del 2500 a. C., según los cuales, en Egipto, los soldados practicaban ejercicios de lucha y combates con palos. En Creta (1500 a. C.), los habitantes practicaban la danza, se celebraban carreras pedestres y la lucha y los combates contra toros eran prácticas habituales. En la antigüedad clásica (siglo V a. C.), los griegos celebran los grandes juegos (délficos, píticos, ístmicos y olímpicos), donde competían representantes de diversas ciudades en diferentes modalidades deportivas, entre las cuales destacaban: la carrera a pie, el salto, el lanzamiento de disco y de jabalina, la lucha, los combates gimnásticos y los juegos de pelota. Para el pueblo griego el deporte tenía una triple finalidad: como vinculación religiosa, como medio para obtener fuerza física y como posibilidad de dar una belleza al cuerpo.

Durante la dominación romana se sustituyeron los juegos del estadio por los del circo, violentos y brutales: pugilato (lucha con los puños entre púgiles o gladiadores), pancracio (combate gimnástico que combinaba la lucha con el pugilato), carreras de carros, etc. Para los romanos lo esencial era buscar la mayor fuerza física. En Constantinopla existía el hipódromo y las carreras de carros pero los juegos atléticos no se practicaban. En la Mesoamérica precolombina fue muy popular el juego de pelota (Enciclopedia Larousse, 1988). Los Pueblos Asiáticos, por su parte, se centraban más en el equilibrio y en el dominio mental (Jodra, 1992).

A comienzos del siglo XIX se han podido localizar dos tipos de actividades. Por una parte las actividades físicas relacionadas con el entrenamiento militar, como la equitación o la esgrima y por otra parte, las actividades lúdicas o juegos populares de la época (González Aja, 1988).

El deporte moderno tal y como lo entendemos nació en el último tercio del siglo XIX en Europa y América, bajo la influencia de una serie de factores: 1. Progresiva reducción del tiempo de trabajo, 2. Renovación del sistema educativo para combatir la excesiva orientación verbalista y abstracta, 3. Influencia de algunas corrientes de pensamiento como el vitalismo y el naturalismo y 4. Apoyo de los

poderes públicos hacia las manifestaciones deportivas con el fin de aumentar el bienestar ciudadano y el control social, etc. (Cerezo, 1989).

Los grandes pioneros del deporte europeo en el siglo XIX fueron: F.L. Jahn en Alemania, P.H. Ling en Suecia, T. Arnold en Gran Bretaña y el español F. Amorós en Francia. La práctica de juegos reglamentados impulsada por Arnold, se introdujo en los principales colegios británicos, desde donde pasó a las universidades y a las ciudades más populosas del país como uno de los fundamentos decisivos de la educación integral. En pocos años ocupó un lugar destacado en los países anglosajones, desde donde irradió, a través de representantes de las grandes empresas británicas en el extranjero, al resto de Europa y se consolidó en EEUU (Gran Enciclopedia Larousse. Tomo 7, 1988).

De esta época es necesario destacar una figura muy importante en este ámbito y es la de Francisco Amorós (1770-1848). Se le considera como el fundador de la Educación Física en España. Tiene vinculación con el movimiento pestalozziano (Real Instituto Pestalozziano). Amorós sentó las bases de este Instituto de la gimnasia moderna que posteriormente desarrollaría durante su exilio en Francia. Su objetivo no es la gimnasia en sí, sino la formación integral del hombre a través de la gimnasia. En 1814 fue deportado a nuestro país vecino por motivos políticos, quedando truncado su esfuerzo. Pero dejó sembrada la semilla, ya que algunos de sus seguidores fueron fundadores de los primeros gimnasios en España. Así tenemos el Gimnasio de Madrid, creado por D. Francisco de Aguilera y Becerril, conde de Villalobos (1817-1867); el Gimnasio Central de Guadalajara, fundado en 1847 por D. José M^a Aparici y Biedma; el Gimnasio de Segovia, fundado por D. José M^a Martínez, etc. Entre 1850 y 1870 surgieron numerosos gimnasios en España, por parte de particulares interesados en el tema, aunque la enseñanza impartida es bastante defectuosa, ya que los profesores solían ser acróbatas y saltimbanquis.

El rey Alfonso XII, creó un Proyecto de Ley que hacía obligatoria la gimnasia en los Institutos de Secundaria y en las Escuelas Normales. Incluso creó una Escuela Central de profesoras y profesores de gimnasia teórica-práctica, que fue inaugurada en 1887, siendo admitidos tanto alumnos como alumnas. A lo largo del siglo hubo intentos de renovación escolar, estando presente el interés por la

educación física. Las primeras escuelas de vacaciones o colonias veraniegas en España fueron organizadas en 1887 por el Museo Pedagógico Nacional de Madrid, al que pronto imitaron la Institución Libre de Enseñanza, la Sociedad Económica de Granada y la Sociedad de Amigos del País. En esta época la educación física está vinculada a tres grupos: pedagogos, médicos e higienistas y políticos y militares. A pesar de los esfuerzos realizados por implantar la educación física se carecía de personal capacitado para llevar a cabo esta labor (González Aja, 1988).

En España empieza a cobrar importancia el deporte en los umbrales y principios del siglo XX. Coincidiendo con la mayoría de edad de Alfonso XIII se organizó el primer campeonato nacional de fútbol (Copa del Rey, 1902), aunque los torneos de liga se iniciaron en 1928. En 1910 empezaron los primeros campeonatos de tenis. En 1918 se creó la Federación Española de Atletismo. En 1919 se crea la Escuela de Gimnasia del Ejército, con el objetivo de "conservar, mejorar y perfeccionar al soldado y al mismo tiempo asegurar la evolución perfecta de las generaciones venideras" (González Aja, 1988). Esta Escuela estaba marcadamente influenciada por la gimnasia sueca. En este mismo año se crea la Escuela Central de Toledo, por el General Villalba Riquelme, con el fin de formar instructores de gimnasia cuya filosofía sea la formación integral de la persona, con una clave influencia de la gimnasia sueca.

En 1920 se fundó la Federación Española de Natación. Durante los años 20 se configuró el futuro del deporte español (esquí, deportes de montaña, carreras hípicas, polo, deporte de vela, etc.). En 1935 se celebra por primera vez la Vuelta Ciclista a España, gracias a la notable actuación de los ciclistas españoles en el Tour de Francia (Iniciado en 1902).

La fecha de 1936 supone el final de un período y principio de otro. A partir de 1939 la Escuela Central de Educación Física continúa con este nombre hasta nuestros días. Tras el intervalo de la Guerra Civil, la Educación Física vuelve a surgir ahora al servicio de una ideología política. El control de esta actividad lo llevan tanto el Frente de Juventudes como la Sección Femenina y el SEU. La educación física durante los años 40 se basa en la práctica de diversos deportes, concursos y ejercicios de aplicación militar. En 1941 en la Academia de Mandos

José Antonio fue creada la especialidad de educación física sólo para hombres y la Escuela Superior Ruiz de Alda en 1945, para mujeres (Betancor, 1988).

En 1948, España se incorpora a los XIV Juegos Olímpicos celebrados en Londres. Poco a poco el deporte español ha ido adquiriendo un notable desarrollo gracias a la actividad internacional de los deportistas españoles y a la organización de competiciones de alto nivel en España, como los Campeonatos del Mundo de fútbol en 1982, de baloncesto en 1986, de natación en 1986, las pruebas valederas para el campeonato mundial de fórmula 1 (Montjuic, Jarama y Jerez), los prestigiosos torneos de tenis (Conde de Godó en Barcelona), y de ajedrez (Las Palmas de Gran Canarias), etc., así como las Olimpiadas de 1992 en Barcelona.

En cuanto a la organización del deporte, a nivel nacional, la práctica del deporte se lleva a cabo a través de clubes o asociaciones, agrupados en federaciones (regionales y estatales). Las federaciones organizan los campeonatos (nacionales, regionales y locales), seleccionan los equipos nacionales para las competiciones internacionales, dirigen sus deportes respectivos y hacen cumplir sus reglamentos.

El Consejo Superior de Deportes, creado en 1979 y dependiente actualmente del Ministerio de Educación y Cultura, es el organismo de la administración pública central encargado de fomentar el deporte (mandato constitucional recogido en el art. 43 de la carta magna española de 1978), de velar por el cumplimiento de la normativa vigente, de subvencionar a las federaciones con fondos públicos y de entender (a través del Comité Superior de Disciplina Deportiva) en los temas relativos a la justicia en el deporte. Las comunidades autónomas cuentan con organismos equivalentes (direcciones generales, subsecretarías) dependientes de alguna consejería.

En el ámbito internacional, para cada deporte existe una federación deportiva internacional, cuyo objetivo es establecer los reglamentos y organizar las competiciones mundiales y continentales. El Comité Olímpico Internacional agrupa 92 miembros originarios de 60 países. Su presidente tiene el apoyo de una comisión ejecutiva y su papel consiste en hacer respetar el espíritu del movimiento olímpico en los 160 comités nacionales reconocidos y organizar los Juegos Olímpicos cada

cuatro años. El CIDM o Consejo Internacional del Deporte Militar organiza las competiciones militares a escala internacional. La Federación Internacional del Deporte Universitario controla ese deporte y organiza los Juegos Mundiales Universitarios. Por otra parte, en cada deporte se organizan campeonatos y copas del mundo, campeonatos continentales y juegos regionales (juegos africanos, asiáticos, panamericanos, etc.).

Diferentes enfoques en el estudio del deporte.

A) Psicología del deporte.

a) Introducción. Desarrollo histórico.

La Psicología del Deporte es una disciplina relativamente reciente que la podemos encontrar definida de diferentes formas a lo largo de la bibliografía consultada. La referencia más antigua la encontramos en 1960 por Rudik. Según este autor, la Psicología del Deporte sería "el estudio de la psicología de la actividad deportiva y la psicología del deportista".

Hemos recogido las definiciones dadas por diferentes autores (Cagigal, 1975; la Fédération Européenne de la Psychologie du Sport et des Activités Corporelles (FEPSAC); Antonelli y Salvini, 1978; Thomas, 1978; Cerezo, 1989; Fuentes, 1990 y Costa y Guthrie, 1994). y las hemos agrupado en una más amplia, así podemos decir que la Psicología del Deporte es una disciplina científica que estudia la conducta humana en el deporte y el ejercicio. Investiga las causas y los efectos de los procesos psíquicos que tienen lugar en el ser humano antes, durante y después de una actividad deportiva, e incluye a todos los miembros que integran el mundo deportivo: deportistas, entrenadores, árbitros, directivos, etc. En su línea de investigación destacan: el estudio de las características de la personalidad del deportista, los fundamentos psicológicos y las capacidades motrices, la preparación general para el deporte de competición, la ayuda psicológica, la distribución y

elección de deportistas, la psicología de grupos, la psicología del deportista y la psicología del entrenamiento y competición, etc.

Al buscar los orígenes de la Psicología del Deporte podemos remontarnos a los comienzos mismos de la Psicología Experimental con Wilhelm Wundt en Leipzig, a finales de la década de 1880. Este investigador y sus colaboradores estudiaron los tiempos de reacción pero no como respuesta motriz objeto de estudio sino como técnica experimental para medir determinados procesos mentales. Otro autor al que nos podemos remontar es Thomas Arnold y su trabajo en el ámbito escolar en la década de 1830.

Fitz en 1895, con sus experimentos trata de descubrir las diferencias existentes entre individuos para hacer ciertas cosas que requieren rapidez y precisión, como por ejemplo, el tenis y la esgrima. Triplett en 1898, observó cómo diferentes ciclistas corrían más rápidamente cuando realizaban esta tarea con otros ciclistas que cuando corrían solos, en función de esto formula la hipótesis de que "la presencia de otros corredores era un estímulo motivacional muy fuerte". Kellor en 1899 intenta crear las bases psicológicas para la cultura física. Woodworth en 1899 investigó las destrezas motrices. En 1907 Watson estudió el aprendizaje observando el encadenamiento de respuestas motrices. En 1909 Thorndike experimentó con niños el aprendizaje y la motivación utilizando tareas motrices. En 1913, el reflexólogo ruso Bechterev estudió los reflejos condicionados motores. Cumming, en 1914, investigó el valor del deporte para el desarrollo de diferentes habilidades físicas y psicológicas. En opinión de Riera y Cruz (1991), la psicología del deporte tiene sus raíces en el área del aprendizaje y la ejecución motora.

Los antecedentes inmediatos de la Psicología del Deporte podemos encontrarlos en los trabajos de los "padres" de la psicología del deporte. En EEUU se asigna esta paternidad a Coleman Griffith, que investigó en tres líneas: las habilidades motoras, el aprendizaje y las variables de personalidad.

En Europa del Este se consideran los "padres" de la psicología del deporte a Alexander Puni y Peter Rudik. Los primeros datos sobre el desarrollo de esta disciplina en estos países los tenemos a partir de 1901, fecha en que P. F. Lesgaft

considera el ejercicio físico como una de las partes más importantes de niños y jóvenes y sugiere la necesidad de establecer científicamente las bases psicosociales del ejercicio. Se crearon Institutos de Cultura Física en las ciudades más importantes (Moscú, Leningrado, etc.), donde además de llevar a cabo una preparación completa de los deportistas se realizan investigaciones de gran importancia. En 1913 el barón Pierre de Coubertin organizó el Primer Congreso Internacional de Fisiología y Psicología del deporte en Laussanne. Rudik (1930) y Puni (1940) estudian la influencia que ejercen sobre el deportista los ejercicios físicos. Zhekulin (1935) establece la caracterización psicológica de los diversos deportes. Chernikova (1949) destaca la importancia educativa de la actividad física. Bodganova y Gagaeva (1955) investigan los procesos de aprendizaje y entrenamiento deportivo. Lalaian y Dvali (1956) se dedican a la investigación de los procesos emocionales durante la competición, etc. No es mucho lo que se conoce sobre el desarrollo de la psicología del deporte en estos países. Desde hace muchos años cuentan con equipos de psicólogos y asesoramiento constante en los distintos centros deportivos, lo cual hace que estén muy por delante de los países occidentales en el desarrollo del deporte de elite (Cruz y Cantón, 1992).

En las décadas de los 40 y 50 se desarrollan numerosos estudios sobre aprendizaje motor y adquiere importancia la aplicación de la psicología en el campo del deporte. Destaca J. Lawter de la Universidad de Pensilvania, quien introduce aspectos novedosos en el estudio de esta disciplina, como es la motivación, la cohesión del equipo y las relaciones interpersonales. En los 60 destacan dos autores de la Universidad de San José: B. Ogilvie y T. Tutko, con sus estudios sobre la personalidad de los atletas. Son considerados los padres de la psicología del deporte aplicada.

Es necesario destacar la importancia que tuvo el Congreso de Medicina Deportiva celebrado en Barcelona en 1963, ya que de aquí surgió la idea de organizar la psicología del deporte a nivel internacional. En dicho Congreso coincidieron José M^a Cagigal, Ferruccio Antonelli (psiquiatra italiano) y el francés Michel Bonet, los cuales debatieron sobre sus intereses comunes en los aspectos psicológicos del deporte y acordaron la posibilidad de organizar un Congreso Internacional de Psicología del Deporte, idea que fue llevada a cabo en 1965 por

Ferruccio Antonelli en Roma (Riera y Cruz, 1991). Esta fecha marca el comienzo formal de la Psicología del Deporte con reconocimiento internacional. Paralelamente se fundó la "International Society of Sport Psychology" (ISSP), siendo nombrado presidente F. Antonelli. De aquí surge también la idea de crear la primera revista especializada en esta área: "International Journal of Sport Psychology".

El segundo encuentro internacional de la ISSP se llevó a cabo en Washington, creándose la NASPSPA ("North American Society for Psychology of Sport and Physical Activity"), siendo presidente A. Slatter-Hammel. En 1969 se fundó la "Canadian Society of Psychomotor Learning and Sport Psychology" (CSPLSP).

En los años setenta proliferan los trabajos de investigación y son cada vez más los psicólogos especializados en esta área. En estos años domina el paradigma interaccionista, según el cual la persona y el ambiente interaccionan y esto determina la conducta del deportista.

En los años ochenta, desde las teorías cognitivas surgen la mayoría de los programas de entrenamiento mental para deportistas. A finales de esta década surge la "Association for the Advancement of Applied Sport Psychology" (AAASP), dirigida por John Silva, con el fin de abordar temas que no estaban cubiertos hasta el momento como: problemas profesionales, normas éticas, cualificación y acreditación académica del psicólogo del deporte, etc.

En 1986 la "American Psychological Association" (APA) creó la división 47: "Exercise and Sport Psychology", que significó el reconocimiento oficial de la Psicología del Deporte como disciplina independiente.

Existen diferentes definiciones y modelos empleados a lo largo de la historia reciente de esta disciplina. En un primer momento los estudios van en la línea de conocer las características de personalidad, aptitudes, motivaciones, etc. del deportista (años 60). Seguidamente surgen trabajos donde se establecen concepciones dualistas (mente-cuerpo) de la mano de Da Silva (1970) y Millman (1979) o eclécticas, como los trabajos de Antonelli y Salvini (1978), dando lugar a

una confusión del objeto básico de esta disciplina (años 70). En una segunda etapa aparecen factores sociales y cognitivos como tema de interés en este campo. Los estudios aplicados se hacen cada vez más notorios, consiguiendo un mayor acercamiento al atleta y su mundo (la cancha) y se descarta la idea de sacar al atleta de él y meterlo en un laboratorio. En esta época destacan Danish y Hale (1981) y Martens (1979) (Cerezo, 1989).

En España es a partir de los años sesenta cuando empiezan a aparecer los primeros trabajos sobre Psicología del Deporte. Entre los primeros estudiosos de esta materia es preciso destacar a José M^a Cagigal. A nivel teórico estudió los principales aspectos científicos y culturales del deporte, dedicando especial atención al ensayo filosófico y sociológico de este fenómeno (Cruz y Cantón, 1992). Cagigal colaboró muy activamente en la creación de los INEF en España.

Gran importancia tuvieron en el impulso de la Psicología del Deporte los trabajos realizados en Medicina del Deporte (igualmente sucedió en Italia y Francia). Josep Roig Ibañez estableció el primer laboratorio de Psicología del Deporte en España a mediados de los sesenta en el Centro de Medicina Deportiva de la Residencia Blume en Barcelona. Ha sido un importante centro de investigación y difusión de la Psicología del Deporte en España.

En 1973 se celebra el Tercer Congreso Mundial de Psicología del Deporte en el INEF en Madrid, bajo la dirección de Cagigal y con la colaboración de Ferrer-Hombravella. Son todavía pocas las personas dedicadas al estudio de esta disciplina debido a varias causas. La licenciatura de psicología se instauró en 1968 (la primera promoción terminó en 1971). Por otra parte, el INEF de Madrid se creó en 1967 y el de Barcelona en 1976 (su reconocimiento como facultad de educación física no ocurre hasta fines de los ochenta). Fue en ellos donde se concentró la investigación de esta disciplina, sobre todo a lo largo de la década de los setenta.

En la mayoría de las facultades de psicología no existe la asignatura de Psicología del Deporte. Esta materia se introdujo por primera vez en el curso 82-83 en la Universidad Autónoma de Barcelona, como asignatura optativa de segundo ciclo. En las facultades de educación física sí se logró implantar esta asignatura y

ocupa un lugar importante en los programas de doctorado. Dada la escasa preparación en esta materia es preciso abordarla como una especialidad de Tercer Ciclo, vinculada a las facultades de psicología y de educación física.

Poco a poco se fueron llevando a cabo una serie de encuentros que fueron consolidando el campo de estudio de la psicología del deporte. En 1983 se fundó "l'Associació Catalana de Psicologia de l'Esport" (ACPE). Un año más tarde se celebró en Madrid el Coloquio Internacional de Psicología del Deporte. En 1986 la ACPE organiza el Primer Congreso Nacional de Psicología de la Actividad Física y el Deporte en Barcelona. En 1987 se celebró en el INEF en Granada el Segundo Congreso Nacional de Psicología de la Actividad Física y el Deporte y en él se fundó la "Federación Española de Asociaciones de Psicología de la Actividad Física y el Deporte" (FAPD). La Federación agrupa a las distintas asociaciones que en la actualidad son once: Andalucía, Asturias, Baleares, Canarias, Castilla-León, Cataluña, Galicia, Madrid, Navarra, Valencia y País Vasco. En 1989, la FAPD junto con la Asociación Navarra organizaron el III Congreso Nacional en Pamplona.

Las Asociaciones han sido uno de los puntos de encuentro más importantes para el intercambio de información de los psicólogos del deporte y han propiciado Congresos, Jornadas, Seminarios y encuentros para el desarrollo de esta disciplina (Cruz y Cantón, 1992).

b) Aportación al deporte femenino.

Desde un enfoque psicológico, la prioridad de la Psicología del Deporte ha sido mejorar la ejecución de los atletas de elite, aunque, como es típico en muchos especialistas, en las ciencias del deporte el principal interés se ha centrado en los atletas hombres (Costa y Guthrie, 1994). Los entrenadores de mujeres tenían asumido en muchos casos que la información sobre los hombres en el deporte era directamente aplicable a las mujeres. Consecuentemente las chicas y mujeres han sido entrenadas de la misma manera que los chicos y hombres. En realidad las similitudes entre hombre y mujeres son mucho más que las diferencias, pero el conocimiento de esas diferencias ayudará a maximizar el rendimiento de las

mujeres en el deporte (Murray y Matheson, 1993). En los últimos años se ha estimulado el interés por las mujeres a causa del incremento de la participación femenina, pero todavía se conoce muy poco acerca de las atletas desde una perspectiva psicológica. Conocemos menos todavía sobre los procesos psicológicos de las mujeres de color, o de las mujeres en otros grupos o entornos deportivos (atletas con discapacidades, deporte recreativo, etc.) (Costa y Guthrie, 1994).

Un creciente cuerpo de investigación conducido por psicólogos del deporte y educadores físicos, examina la cuestión de la supuesta contradicción entre feminidad y deporte, principalmente en aquellos deportes identificados como inaceptables socialmente para las mujeres. Otro aspecto es cómo la gente percibe y responde al deporte femenino. Otros estudios han dirigido su interés hacia cómo la implicación atlética femenina afecta a la auto-estima, la auto-imagen y la auto-actualización. Una variedad de estudios preliminares sugiere que hay una correlación positiva entre participación atlética y esas variables psicológicas (Harris, 1979). Algunos investigadores encontraron que las mujeres atletas tenían más sentimientos positivos hacia sus cuerpos que las no atletas. Todo esto sugiere que, al igual que ocurre con los atletas hombres, las imágenes del cuerpo positivas correlacionan con la auto-estima y el auto-concepto y correlacionan negativamente con ansiedad e inseguridad. La investigación de algunos psicólogos deportivos encuentra que las mujeres atletas exhiben una tendencia a ser más autónomas, creativas e independientes que sus contrapartes varones. Mientras que queda por determinar si esos y otros hallazgos semejantes son debidos a la auto-selección o son el resultado de la participación y la competición. Otras investigaciones han encontrado que la auto-confianza y la auto-identidad aumentaban si las chicas empezaban sus actividades deportivas pronto, especialmente durante la adolescencia. Los trabajos que apuntaban y valoraban los factores de auto-actualización indican que la participación atlética tiene un efecto psicológico positivo para las mujeres: las mujeres atletas se sienten más seguras de ellas mismas, de su mundo y de su habilidad para relacionarse significativamente con ese mundo (Boutilier y Sangiovanni, 1985).

B) Sociología del deporte.

a) Introducción. Desarrollo histórico.

Desde la sociología del deporte se estudia el mundo social del deporte y las actividades relacionadas. Por otra parte, como los sociólogos del deporte generalmente consideran el deporte como una institución social importante y una práctica cultural, estudian su relación con otras instituciones sociales tales como la economía política, los medios de comunicación, la educación y la religión. Hasta el momento el estudio del deporte dentro de la Sociología ha adoptado varias formas diferentes. Algunos sociólogos estudian el deporte como elemento útil para contrastar proposiciones de alcance más general que el exclusivamente deportivo. Otros autores utilizan los conceptos, teorías y métodos sociológicos para describir y explicar el deporte como fenómeno social. Hay una tercera línea fenomenológica según la cual el deporte es entendido en términos del significado que tiene y de los significados que genera para los actores que participan en él. Se contempla el deporte como una subcultura propia con sus reglas y su propio funcionamiento (García Ferrando, 1986, 1990). No todos los sociólogos del deporte toman la misma aproximación a su objeto de estudio, de hecho, la historia de la Sociología está marcada por una tensión entre las aproximaciones tradicional y crítica, cada una caracterizada por una vía diferente de pensamiento y de acercamiento a la vida social humana.

Para buscar los orígenes de la Sociología del Deporte podemos remontarnos a la segunda mitad del siglo XIX, en los sociólogos clásicos. Herbert Spencer (1820-1903) en su tratamiento del sistema educativo, da una gran importancia a la "educación física" pero desde un punto de vista meramente biológico y de la diferenciación de los sexos. Por su parte, Max Weber (1864-1920) analizó ampliamente las reglas del juego popular llamado "skat". Algunos sociólogos como Georg Simmel (1853-1918) interpretan el deporte como una lucha en la que se manifiestan distintos elementos en conflicto. George H. Mead (1863-1931) investigó los roles adoptados por los niños en el juego y establece que el juego y el deporte de equipo sirven de vehículo social de desarrollo de la personalidad. Otros autores entre

los que se encuentran Florian Znaniecki (1882-1958) y Max Scheler (1874-1928) estudiaron la función educativa del deporte. Johan Huizinga (1872-1945), por su parte, destaca las consecuencias negativas de la rigidez en las reglas de la competición deportiva (*Homo Ludens*, 1938), considerando que el deporte competitivo moderno ha perdido todos sus elementos de juego.

La consideración de la Sociología del Deporte como disciplina propia se lleva a cabo más recientemente en el seno de la Asociación Internacional de Sociología y del Consejo Internacional de Deporte de la Unesco, plasmándose en 1964 en Ginebra en la creación de un Comité Internacional de Sociología del Deporte. En 1966 se llevó a cabo en la Universidad de Colonia el Primer Seminario Internacional cuyo tema central fue: "Investigación de grupos pequeños y deporte". En este mismo año aparece el primer número de la *International Review of Sport Sociology*.

Ya en la década de los ochenta se produce una consolidación científica y académica a nivel internacional. Existe un interés por parte de muchos sociólogos del deporte por establecer un paradigma teórico y metodológico específico para el estudio de esta área, sin obtener resultados exitosos debido, por una parte, al pluralismo del pensamiento sociológico y, por otra parte, a la propia naturaleza contradictoria y cambiante del deporte. Importantes fenómenos como el deporte como práctica de ocio, cada vez más frecuentes en nuestra sociedad sedentaria, así como el desarrollo del deporte espectáculo, han dado lugar a numerosos estudios en el campo de la Sociología.

Para comprender el deporte contemporáneo hay que analizar y entender no sólo su aspecto social sino también abordar aspectos de la influencia del mismo en la identidad individual, así como aspectos actitudinales, motivacionales, etc., con lo cual, diferentes disciplinas como son la Psicología del Deporte, la Sociología del Deporte y la Psicología Social del Deporte se superponen, se complementan y se necesitan para abordar un tema tan particular del género humano, de una manera integral y multidisciplinar (García Ferrando, 1986, 1990).

b) Aportación al deporte femenino.

La extensiva investigación sobre socialización dentro y a través del deporte no dedicó mucho espacio al estudio de chicas y mujeres. La mayor parte de la investigación se concentró en chicos y hombres. Sin embargo, algunas investigadoras empiezan a dedicar interés a las mujeres y a examinar sus experiencias en el deporte a la luz de factores sociales y culturales más amplios.

A principios de los años 70 sociólogas como Dorothy Smith, Marcia Millman, Rosabeth Moss Kanter y sociólogas del deporte como Ann Hall empiezan a escribir sobre los problemas de los sesgos androcéntricos en sus respectivos campos. Esfuerzos más recientes de diversas investigadoras, particularmente de aquellas que han adoptado perspectivas críticas feministas, representan un intento por superar tales debilidades teóricas y metodológicas. En esta línea destacan los trabajos de Susan Birrell y Nancy Theberge. Adoptando lo que se llama una aproximación a los estudios culturales feministas, estas autoras nos introducen al mundo social de la mujer en el deporte documentando los factores socioculturales y político-económicos que han producido el cambio para la mujer en el deporte (Costa y Guthrie, 1994).

El primer análisis verdaderamente sociológico de la mujer en el deporte empieza a finales de los 70. Un tópico que recibió considerable atención fue el de la socialización dentro del deporte, otro fue el de la socialización a través del deporte. Estos análisis incluían la relación entre participación atlética y logro académico y los efectos de la participación deportiva sobre las actitudes hacia el juego (Theberge y Birrell, 1994). La socialización dentro del deporte intenta examinar la influencia de otros significantes bajo el aprendizaje de la conducta deportiva en diferentes sedes institucionales. Esta formulación reconoce la conexión entre deporte y otras experiencias sociales. La investigación sobre socialización a través del deporte intenta identificar los efectos de socialización de la experiencia deportiva, se pregunta cómo la participación deportiva influye en el desarrollo de características particulares y el aprendizaje de roles no deportivos. Theberge (1994) concluye que el deporte no es crítico para la socialización en el sentido que la participación en el deporte sea necesaria o suficiente para el

aprendizaje de roles sociales de género por hombre y mujeres. Es importante como una entre muchas formas mutuamente reforzadas de producción cultural.

Varias fuerzas han tenido un impacto significativo sobre la mujer y el deporte: las iniciativas legislativas y políticas, el movimiento feminista y el movimiento de salud y forma física. Veamos más detenidamente estos aspectos.

Algunas de las influencias más importantes sobre el deporte femenino vienen de los esfuerzos gubernamentales en el área de la equidad de género. Probablemente el evento más importante en EEUU que afectó al deporte femenino en los últimos 30 años fue la enmienda de 1972 al Título IX de la Ley de Educación, que prohíbe la discriminación sexual en las instituciones educativas que reciben fondos federales, los cuales incluyen prácticamente todas las instituciones en EEUU.

En segundo lugar, una creciente conciencia feminista hacia el deporte ha tenido lugar en la década de los ochenta. Se han dado un gran número de conferencias y The Women's Sport Foundation en EEUU ha crecido en tamaño y en influencia. Esas actividades han sido complementadas por una floreciente investigación y erudición feminista. Todos estos desarrollos han sido parte de un incrementado impacto del feminismo sobre el deporte femenino. Boutilier y Sangiovanni en su libro "The Sport Women" (1983) proporcionaron el primer análisis feminista y sociológico de la relación entre mujer, deporte y otras instituciones sociales. Sus observaciones formaron una agenda para futuros análisis que guiaron gran parte del trabajo de los 80. Algunos de estos presupuestos fueron: el deporte es una institución patriarcal; la ideología sexista persiste en el deporte; si las mujeres cambian, los hombres y el deporte no lo hacen; hay un sesgo deliberado en el estudio de la mujer y el deporte; la sociología del deporte está dominada por investigación sexista; las mujeres no son hombres. Estos principios establecieron las bases para un análisis feminista que llega a ser tremendamente sofisticado. Proporciona una comprensión de las dinámicas del género y el deporte utilizando teorías feministas para explorar tales dinámicas (Theberge y Birrell, 1994).

Por último, el “boom” de la forma física de las pasadas dos décadas ha tenido un gran impacto sobre la expansión de la actividad física femenina y el deporte. No toda esta influencia ha sido positiva. Este nuevo interés por la forma física está marcado por una sexualización de la actividad física de las mujeres, es un tipo de ejercicio que se centra en la imagen corporal y la atracción sexual. Los programas y ejercicios de entrenamiento dirigido a las mujeres enfatizan el control del peso, la apariencia y el atractivo físico. Por otra parte, este “boom” del “fitness” llama la atención particularmente a miembros de clase media y alta quienes tienen los medios para comprar, pertenecer a un club, adquirir equipamiento caro y ropa de moda. La acomodación y la sexualización de la actividad física de las mujeres visto en el movimiento de salud y forma física son aspectos alarmantes de la expansión de esta actividad en los años recientes.

A pesar del incremento en la participación deportiva de chicas y mujeres en los últimos años, el deporte profesional continúa siendo un dominio masculino, proporciona pocas oportunidades a las mujeres y se han producido pocos cambios. Por otra parte, las diferencias en oportunidades también están mediadas por barreras raciales y de clase y llegan a ser más pronunciadas en los niveles más altos de implicación.

Como conclusión, el desarrollo del deporte femenino en los años recientes está marcado por un gran número de tendencias. Por un lado, la implicación creciente de chicas y mujeres en un amplio rango de actividades es causa de optimismo. Otros aspectos de la implicación femenina, por su parte, son menos estimulantes. Las mujeres continúan siendo excluidas de muchas posiciones de poder e influencia tanto en el sistema deportivo educacional como en el amateur. Además, las oportunidades para las mujeres atletas de seguir carreras en deportes profesionales permanecen severamente restringidas. También persisten reglas ideológicas sobre los valores y significados del deporte femenino. Hemos examinado la feminización en el contexto del “boom del fitness” y el creciente interés por deportes femeninos como gimnasia y natación sincronizada. La presencia de estos deportes en los Programas Olímpicos junto con deportes como yudo, maratón y otros eventos de fuerza y distancia indican la variada imagen e

ideales acerca del deporte femenino en las culturas contemporáneas (Theberge y Birrell, 1994).

CAPITULO II:
EL DEPORTE FEMENINO.

Antecedentes históricos.

A) Las mujeres deportistas a través de los tiempos.

En las sociedades primitivas las mujeres compartían con los hombres las actividades cotidianas, tanto de trabajo como de recreo. Con la aparición de la agricultura la mujer asume una responsabilidad doméstica y de recolección, mientras que el hombre se encarga de defender el territorio, lo cual le lleva a ocuparse también de los intercambios comerciales y del gobierno. De esta manera, la mujer reduce enormemente sus relaciones al contexto privado y, en cambio, el varón desarrolla relaciones de jerarquía y poder en ámbitos públicos. Esta división sexual del trabajo acaba especializando a los dos sexos en tareas consideradas como propias y específicas de cada uno, lo que exige también el desarrollo de unos rasgos de personalidad, actitudes y comportamientos diferenciales para cada uno. Así, la mujer desarrolla aspectos como la ternura, solidaridad, cooperación, sumisión, etc. (rasgos expresivos) y el hombre desarrolla competencia, agresividad, liderazgo, etc. (rasgos instrumentales). Las prácticas deportivas y las relaciones de poder entre competidores se presentan fuera del círculo familiar, por lo que la participación deportiva de la mujer se ve muy limitada a lo largo de la historia, centrándose su papel en servir como animadora o espectadora (Basow, 1992). La documentación etnográfica sobre la intervención femenina en el deporte es escasa por varias razones: 1) las actividades deportivas consideradas femeninas se reservaban para las mujeres; 2) los primeros antropólogos eran hombres y quedaban, en cierto modo, marginados de las actividades femeninas; 3) la creencia compartida por los antropólogos de que el deporte ocupaba un lugar irrelevante en las vidas de las poblaciones estudiadas; 4) las pautas y las finalidades del deporte en las sociedades “exóticas” eran ajenas al antropólogo y escapaban a sus análisis, y 5) por último, los acontecimientos deportivos asociados con las ceremonias sacras afectaban exclusivamente al hombre y en ellas las mujeres tenían una

intervención sólo accesoria (por ejemplo, en la abstinencia sexual antes del acontecimiento deportivo, en las coreografías, en la preparación de los ágapes y ofrendas y como espectadora) (Blanchard y Cheska, 1986). No obstante tenemos algunos datos de la participación femenina en actividades físicas en las diferentes culturas y momentos históricos.

En la cultura Cretense (3500 a.C.) las mujeres ya practicaban deportes violentos como la caza, conducir carros y participar en la tauromaquia. Estas escenas aparecen en los frescos de Knosos (Vázquez, 1987).

La sociedad faraónica egipcia nos ha transmitido a través de las pinturas murales de los templos, tumbas y palacios, las imágenes de las “gimnastas danzantes”. Las esposas y las hijas de los egipcios ricos participaban en las recreaciones físicas familiares y acompañaban a sus maridos y padres en las cacerías. Chicos y chicas aprendían a nadar en las albercas privadas o en las aguas del Nilo (Blanchard y Cheska, 1986).

Lo que se ha escrito usualmente sobre las mujeres griegas es que eran excluidas de la vida política. Tenían poco o ningún poder económico, se casaban siendo adolescentes, teniendo numerosos hijos y morían a edad joven. Sus vidas, especialmente después de casarse, no tenían nada en común con la participación deportiva. Por el contrario, las mujeres míticas, como mujeres excepcionales que son, no tienen que cumplir la función de la maternidad y sí tienen acceso a la actividad deportiva. La poetisa Safo, de Lesbos, ha simbolizado a la mujer atleta (Zaragoza, 1990). Artemisa era la diosa de la naturaleza salvaje y Atalante simbolizaba también a la mujer atleta (Vázquez, 1987).

En Atenas la educación física buscaba la armonía de la mente y del cuerpo, de la moral y de la estética y era patrimonio del varón. La mujer pasaba el día en el gineceo y se dedicaba a cuidar la casa, los niños y estar a cargo de los esclavos y parte del tiempo a embellecerse. Las jóvenes y las mujeres eran celebradas por su belleza y por sus dotes culinarias. A las mujeres no les estaba permitida la presencia en los estadios durante los Juegos Olímpicos. Según cuentan los relatos, Pherenice se disfrazó de hombre para entrar al estadio y poder ver a su hijo Petsidaros, que se alzó

vencedor, siendo descubierta cuando se acercó a felicitar a su hijo efusivamente (Rubio y Chamorro, 1993). Como pasatiempos físicos, Blanchard y Cheska (1986) en sus estudios antropológicos hacen referencia a un juego recreativo de pelota practicado después del baño. En los Juegos en honor de Hera (un festival exclusivamente femenino) jóvenes y mayores disputaban carreras pedestres y las vencedoras eran premiadas con coronas de olivo, similares a las de los vencedores masculinos en los Juegos Olímpicos.

En Esparta, por el contrario, las chicas desarrollaban habilidades de correr, lucha y lanzamiento de disco y jabalina. Ellas también tomaban parte en danzas y festivales. Se ha asumido falsamente que las actividades vigorosas de las chicas fueron con fines exclusivamente orientados hacia el nacimiento de hijos fuertes. La base del poder de la mujer fue su tradicional control sobre la producción y la medicina, la posesión de riquezas y su rol central en el clan. Ellas ejercían una fuerte influencia política sobre la comunidad. En contraste con las mujeres atenienses, las espartanas estaban bien alimentadas, gozaban de privilegios con respecto a sus hermanos y fueron impulsadas a ser independientes y a participar en deportes enérgicos y en numerosos festivales.

En la literatura y en el arte encontramos también el mito de las amazonas, mujeres de alguna de las razas guerreras que suponían los antiguos haber existido en los tiempos heroicos y que procedían del Cáucaso, montaban a caballo y combatían con arco. Vivían separadas de los hombres y en situación de privilegio y supremacía sobre ellos. Solamente se encontraban con los hombres para concebir. Era una especie de matriarcado guerrero. Este mito nos llega a través de la mitología griega.

En Roma, los juegos eran también privilegio de los varones, aunque parece ser que existían mujeres gladiadoras. También eran permitidos a las mujeres determinados ejercicios gimnásticos con carácter lúdico en algunas instalaciones termales. El interés se inclinaba sobre todo a los deportes-espectáculo más que a la propia práctica deportiva y las mujeres de Roma acudían con sus maridos y sus hijos a los combates de gladiadores y a las carreras de carros.

También tenemos noticias de los pasatiempos y diversiones en la Baja, Alta y Tardía Edad Media y en el periodo llamado de Renacimiento Italiano. Una de las más importantes fuentes de información sobre el deporte y la recreación en la Baja Edad Media fue el trabajo del poeta y epistolario Sidonius Apollinaris (siglo V). En muchos de sus poemas y cartas describe las actividades deportivas y recreación de los emperadores romanos, jefes germánicos y algunos otros grupos sociales, incluidas las mujeres. Sidonius explica que tanto hombres como mujeres participaban en diferentes juegos de pelota. En una carta a su amigo Eripius, el escritor relata como un gran grupo de gente que celebraban culto en la tumba de San Justo, después de la ceremonia, iniciaban un juego de pelota. Gracias a estas cartas y poemas de Sidonius tenemos constancia de la participación de las mujeres en recreación, deportes y pasatiempos. En un relieve de la Baja Edad Media que actualmente se encuentra en el Museo de Arte de Cleveland aparece una mujer jugando al ajedrez con un hombre.

En esta época las damas europeas asistían a los torneos. El enfrentamiento entre caballeros transcurría según un código de honor y cortesía inspirado en el respeto y la idealización de las virtudes femeninas. Hacia el final de la Edad Media más señores perdían sus vidas en los torneos que en los campos de batalla.

En la Alta Edad Media (1000-1300 d. C.) la mujer desempeñó un rol más considerado socialmente que en épocas posteriores. La mujer de la nobleza era educada no sólo en escritura y lectura sino también en otras áreas de la vida, como contar historias, jugar al ajedrez, cantar y tocar diferentes instrumentos y danza (De la Vega, 1995). Evidencias legales de la participación de la mujer en actividades deportivas se han encontrado también en fuentes tales como documentos de jueces en Inglaterra y cartas francesas de remisión. De esta manera se han conocido casos como el de Beatriz de Pontegract que en 1218 remaba en el Río Ouse con un amigo cuando el bote volcó y se ahogaron. En Londres, en 1276, Alicia de Enefeud se ahogó mientras nadaba sola. En Londres en este mismo año, Juliana, esposa de Ricardo le Cordwaner, resultó muerta como resultado de una disputa sobre una partida de ajedrez. El arte de la época también muestra escenas de la participación femenina en actividades de recreación tales como tiro al arco,

baño, remo en bote, ajedrez, caza, patinaje sobre hielo, montar a caballo y otras actividades (Kennard and Carter, 1994).

Durante los siglos XVII y XVIII en Europa, dados los logros, costumbres y actitudes que prevalecían en esta época se pensaba que las mujeres estaban completamente excluidas del deporte y los pasatiempos, pero no es así, aunque, por supuesto, su participación fue muy inferior a la del hombre. Se sabe que el juego de bolos fue muy popular tanto en Gran Bretaña como en el Continente. Había varias versiones del juego y aunque era una actividad masculina, las mujeres también participaron.

La Reina Isabel I (1593-1603) y su corte se divertían cazando. Durante el siglo XVIII las actividades relacionadas con la caza y la lucha entre animales eran de gran interés para ambos sexos y todos los niveles sociales. La lucha, un deporte popular entre hombres de clase trabajadora, también tuvo ocasionalmente combatientes femeninas. En el Norte de Italia, en Venecia, tenía lugar a final del siglo XVII una regata anual para mujeres. En la parroquia de Inverness (Escocia) había un partido de fútbol anual entre mujeres casadas y solteras; según parece las casadas siempre ganaban.

A finales del siglo XVIII las mujeres también jugaban ocasionalmente al cricket. La revista "Sporting Magazine" en 1793 describe como las mujeres en Sussex fueron famosas por el juego de cricket. A principios del siglo XIX se jugó un partido femenino ante 3000 espectadores en Sussex. En octubre de 1811 la revista "Monthly Magazine" informó de un partido femenino entre Surrey y Hampshire. La edad de las jugadoras oscilaba entre los 14 y más de 50 años. Un juego llamado "trapball", que pudo ser antecedente del béisbol, se jugaba en Bury St. Edmunds en Semana Santa, sobre todo por mujeres mayores de unos 60 años. Después de jugar durante el día, las mujeres pasaban la tarde alegremente de fiesta y cantando. Había también mujeres atletas que competían en carreras. En 1765 una mujer joven completó 72 millas desde Blencogo (Escocia) hasta Newcastle en dos días. La revista "Sporting Magazine" en 1806 anunció que una mujer corredora de unos 40 años de edad venció a un hombre joven. Las mujeres alemanas también participaban en carreras a pie y en patinaje en invierno, un entrenamiento popular

en este país desde 1400. Las carreras sobre patines entre mujeres, así como entre hombres, fueron especialmente populares en los Países Bajos cuando los canales se cubrían de hielo. En Friesland (Norte de Holanda) casi todos los pueblos establecían carreras de patines.

Grabados y pinturas del siglo XVIII en Francia asimismo muestran mujeres campesinas y de ciudad patinando y en trineo. En Francia el columpio proporcionó tanto a señoritas como a campesinas un ejercicio suave. Grabados y pinturas de la época muestran a señoritas y caballeros balanceándose en columpios y jugando a un juego con raqueta, así como a otros juegos.

Se dice que a Cristina, la reina de Suecia, le gustaba tanto jugar a raqueta que frecuentemente instaba a sus nobles a quitarse la chaqueta para jugar con ella. En “La Gimnastique de la jeunesse” de Durivier (1803) recomendaba el juego como un excelente ejercicio saludable para las jóvenes. El juego de raqueta (parecido al badminton actual) también fue jugado por jóvenes y mujeres en Inglaterra. Las mujeres modernas de Inglaterra, Francia y Alemania jugaban al billar en salones. La aristocracia Europea tradicionalmente ha montado a caballo y ha participado en actividades de caza. A principios del siglo XVIII las señoras inglesas cazaban y no fueron discriminadas ni rechazadas por su participación. Pinturas y dibujos muestran que en muchos países las mujeres también pescaban por placer. M^a Teresa, emperatriz de Austria, y varias damas aristócratas fueron retratadas con atuendo de montar y con trajes de caza y llevando armas (Park, 1994).

El deporte tal y como lo entendemos hoy se desarrolla en Inglaterra y va unido al surgimiento de la clase media y a la consolidación de una aristocracia rural ociosa y acaudalada que dispone de medios y facilidades para organizar competiciones deportivas y participar en ellas de forma desinteresada en un ambiente de corrección. Al principio las mujeres intervinieron como espectadoras pasivas pero con el tiempo, algunas de ellas, rompieron con el mito de frivolidad y de fertilidad asociado con el “sexo débil” y fueron abandonando los juegos de salón a favor de actividades al aire libre, como el tiro con arco, el críquet o el patinaje sobre hielo (Blanchard y Cheska, 1986).

En el siglo XIX el desarrollo del deporte femenino ha permanecido ligado a los movimientos generales de emancipación femenina. De la misma manera que estos han crecido o han menguado, así ha sido la expansión de oportunidades para la mujer en el deporte. Al principio de esta centuria la mujer deportista constituía una minoría entre las mujeres a ambos lados del Atlántico y con respecto a los hombres, ellas permanecían en desventaja y experimentaban discriminación. En la segunda mitad del siglo XIX dos poderosas fuerzas culturales entraban en conflicto sobre la cuestión del deporte y el ejercicio femenino. La primera fue una compleja amalgama de creencias resultantes del culto a la verdadera feminidad, la cual acentuaba las limitaciones tradicionales sociales y físicas de la mujer y la difusión de las ideas sociales darwinistas concernientes a la eficiencia social y la “supervivencia del más apto”. Esta idea concerniente al progreso social subrayaba la crucial importancia de la maternidad para la evolución y la necesidad de conducir la educación femenina al desarrollo reproductivo de la mujer más que al intelectual. Teóricos físicos y sociales llegaron a estar convencidos de que la educación intelectual agobiaba a la mujer y le robaba la energía que necesitaba para el desarrollo físico, de esta manera disminuía su fuerza reproductiva. La sociedad de la época está impregnada de una concepción victoriana de los roles femeninos o masculinos. El rol femenino victoriano no recomienda el deporte competitivo ya que la mujer ideal debe ser delicada, elegante, sumisa, etc. El segundo conjunto de fuerzas para el cambio surgió de las demandas burguesas por los derechos de la mujer, más educación y más desarrollo profesional. Si el trabajo y el deporte eran cuestiones relativas al hombre, entonces la emancipación de las mujeres necesitaría tomar parte también en estas actividades. Así, un determinado número de mujeres buscó oportunidades en el dominio público y también ambicionaron el derecho al uso de sus propios cuerpos como ellas desearan, eligiendo la posibilidad de casarse o no, ejerciendo carreras profesionales y jugando al tenis, golf o montar en bicicleta. Al final de la centuria a muchas mujeres se les permitió ciertamente una mayor vida activa físicamente hablando y, por otro lado, su liberación deportiva permaneció circunscrita a las nociones estereotípicas de la naturaleza de la mujer, capacidad y rol (Vertinsky, 1994).

Gran importancia tuvo la visión médica de finales del siglo XIX en las acciones llevadas a cabo por los educadores físicos en EEUU para ajustar los programas de las jóvenes y mujeres. Estos programas se formularon hacia objetivos saludables para la futura enseñanza de la educación física. En estas fechas surge en EEUU la visión de la “nueva mujer”, más independiente que las mujeres de generaciones anteriores. La mujer sale de su casa para estudiar y para trabajar en ocupaciones profesionales o en asociaciones voluntarias. La creencia de que las presiones de la vida académica podrían peligrar la salud de las mujeres, incluso la salud de la “nueva mujer” continuaba influyendo en la práctica de la educación física hasta bien entrado el siglo XX. En la última década del siglo XIX el deporte más extendido en los programas educacionales en EEUU para mujeres fue el baloncesto. La aproximación filosófica a la educación física femenina fue diferente a la visión del atletismo masculino. La tradición atlética de las mujeres fue construida sobre la creencia de que todas las jóvenes y mujeres deberían experimentar el placer y diversión del deporte. Los programas de educación física femenina crecieron en número y en intensidad a principios de siglo a lo largo y ancho de todo el país, en institutos y universidades (Hult, 1994).

Después de la Primera Guerra Mundial, el crecimiento del poder económico y político en EEUU introdujo una era de prosperidad y optimismo que configuró muchas áreas de la vida americana en los años 20. Esta prosperidad tuvo fuertes implicaciones en el mundo deportivo. En las décadas comprendidas entre los años 20 y años 60 hubo un desarrollo deportivo femenino a nivel competitivo y recreativo en las fábricas e industrias en general. Miles de mujeres trabajadoras participaron en una amplia variedad de deportes. En estos años todavía eran escasas las oportunidades competitivas ofrecidas por las instituciones educativas a las estudiantes, afortunadamente la industria patrocinó equipos deportivos como una práctica sana que fomentaba la lealtad, reducía el absentismo y engendraba camaradería entre las participantes (Emery, 1994). Durante los años de guerra las mujeres educadoras físicas tuvieron la experiencia de conducir programas deportivos altamente competitivos para el Departamento de Guerra. Las mujeres jóvenes reclutas, que más tarde desarrollaron carreras de educación física, también competían en actividades atléticas en el ejército o en encuentros recreativos. Todas

estas circunstancias forjaron un entorno para la alta competición deportiva de las mujeres.

En los años 60, en EEUU, las actitudes positivas hacia el deporte femenino se tradujeron en una revolución deportiva femenina. La legislación apoyando la igualdad de oportunidades en empleo y sueldo, los decretos de Derechos Civiles, la Enmienda de Igualdad de Derechos propuesta, el uso de la 14ª Enmienda en proceso y la Enmienda de 1972 al título IX de la Ley de Educación, contribuyó a un fuerte movimiento hacia la igualdad en la tradición deportiva. El movimiento de liberación de la mujer también contribuyó a un apoyo psicológico para el deporte femenino rompiendo con el mito victoriano del “culto a la verdadera feminidad”. Se difundió un concepto más flexible de lo que es el desarrollo femenino y el flujo de las mujeres y jóvenes dentro de la disciplina deportiva forjó cambios y redefiniciones del rol y funciones del deporte en nuestra cultura.

La Enmienda al Título IX de la Ley de Educación de 1972 es una propuesta federal que establece: “Ninguna persona en los Estados Unidos será excluida sobre la base del sexo, ni se le negarán los beneficios de la participación, ni estará sujeto a discriminación en la participación de cualquier programa de educación o actividad que reciba asistencia financiera federal”. Este Título IX fue la pieza más significativa de la legislación que afecta a la dirección y dogmas filosóficos del deporte femenino. La mayor parte del crecimiento atlético femenino en los institutos y universidades resultó de la implementación de esta propuesta. El resultado del Título IX sobre las mujeres atletas fue un increíble incremento en las oportunidades competitivas y ayudas.

Algunas de las instituciones que han representado un gran papel en el impulso del deporte femenino en EEUU son:

- NAGWS: National Association for Girls and Women in Sport
- AAHPERD: American Alliance for Health, Physical Education, Recreation and Dance.
- AIAW: Association for Intercollegiate Athletics for Women
- NCAA: National Collegiate Athletic Association. (Hult,1994)

Una de las más significativas fue la AIAW, creada en 1971, supuso un salto adelante gigantesco para las chicas y mujeres. Se encargó del diseño y creación de oportunidades deportivas para las mujeres estudiantes, de defender la igualdad en el deporte y en el atletismo para todas las mujeres y de promover la justicia en apoyo de ingresos públicos y no públicos para el deporte (Morrison, 1993).

B) El deporte olímpico femenino

El Comité Olímpico Internacional es la autoridad administrativa central de los Juegos. Desde su fundación en 1894 ha sido una institución de representación masculina (Hargreaves, 1994). Los primeros Juegos Olímpicos de la Era Moderna se celebraron en Atenas en 1896. El fundador de los Juegos Olímpicos Modernos, el Barón Pierre de Coubertín, no estaba a favor de la participación femenina en los mismos declarando en una revista olímpica en 1912 que: “La gloria de una mujer viene a través del número y la calidad de hijos que tenga, y su mayor logro sería estimular a sus hijos a superar más que a conseguir récords por ella misma”. Asimismo, el barón definió los Juegos como: “La exaltación solemne y periódica del atletismo masculino, con un carácter internacional como base, con un sentido de lealtad y de arte y los aplausos femeninos como recompensa” (DeFrantz, 1993). El barón concibió los Juegos como un festival deportivo para los hombres blancos del mundo y de clase social alta. Él vio esta versión moderna con un sentido de preparación de los hombres franceses para el servicio militar, así como para cargos de mando en el gobierno y los negocios. Según esta postura la participación de las mujeres era irrelevante (Welch y Costa, 1994).

Aunque las mujeres fueron excluidas de estos Juegos, en 1896 una mujer griega llamada Melpomene entrenó secretamente durante semanas y solicitó participar en el maratón. A pesar de ser denegada su petición por los oficiales olímpicos, ella corrió la distancia desde Marathon hasta Atenas en cuatro horas y media, llevando seguidores en bicicleta para narrar el evento (DeFrantz, 1993).

En 1900 y 1904 la selección de los eventos para los programas olímpicos fue dejada a los Comités Organizadores de París y San Luis, respectivamente. Como resultado fue seleccionado un conglomerado de eventos desorganizados, entre ellos los eventos femeninos socialmente aceptables como golf y tenis en 1900 y la exhibición deportiva femenina de arco en 1904, de esta manera las mujeres fueron admitidas en las Olimpiadas sin el consentimiento del Comité Olímpico Internacional. La opinión del barón Pierre de Coubertín al respecto era que “La presencia de las mujeres en el estadio resulta antiestética, poco interesante e incorrecta, excepto para la función que les corresponde que es la de coronar al vencedor con las guirnaldas del triunfo”. Las doce mujeres que participaron en los Juegos Olímpicos de París en 1900 pertenecían a clubes sociales, estudiaban arte, literatura, música y lengua, y a través de la afiliación a los clubes ingresaron en el deporte desde un campo aceptable. En los Juegos Olímpicos de San Luis en 1904, la única competición femenina, de arco, fue declarada por los miembros del Comité Olímpico Americano (AOC) como una exhibición solamente y se opusieron a la participación de mujeres en los Juegos Olímpicos y otras competiciones en presencia de hombres.

Decidido a poner orden en el caos causado por el conflicto de opiniones sobre la participación de mujeres, el Comité Olímpico de los Juegos de Londres en 1908 admitió los eventos femeninos de exhibición de patinaje, tenis (lawn tennis) y arco, así como exhibiciones acuáticas y de gimnasia (Welch y Costa, 1994). La Federación Internacional de Natación fue la primera en promover activamente la implicación de las mujeres y votó para incluirlas en el programa de los Juegos Olímpicos en natación en 1912 (DeFrantz, 1993). En este año la iniciativa para el contenido del programa fue tomada por el Comité Olímpico Sueco, este aceptó la propuesta de la Federación Internacional de Natación, celebrándose las primeras competiciones de natación femenina serias. James E. Sullivan, líder influyente en el movimiento olímpico, fue el principal opositor a la participación de las mujeres americanas en las olimpiadas. Este murió en 1914 y con ello parece abrirse una puerta para la entrada de las mujeres americanas en las olimpiadas.

Mientras tanto, Coubertín continuaba su campaña de oposición a las competiciones femeninas a través de numerosas publicaciones en el periódico mensual del Comité Olímpico Internacional (COI). Su oposición se basaba en tres factores principales: su deseo de emular en un formato lo más parecido posible los antiguos Juegos Olímpicos Griegos; el hecho de que la emancipación de las mujeres francesas progresaba más lentamente que en otros países, de manera que la implicación de las mujeres francesas en el deporte era insignificante; y su creencia de que las mujeres que participaban en actividades intensas estaban destruyendo su encanto femenino. La actitud desaprobadora de Coubertín hacia las competiciones deportivas de las mujeres llegó a ser una evidencia principalmente en su propio país, Francia. En respuesta a esta actitud, la señora Alice Miliat fundó la Federation Feminine Sportive de France (FFSF) en 1917, para defender la competición deportiva femenina a nivel nacional (Welch y Costa, 1994). En oposición a la política del COI, un grupo de mujeres de Europa y América, encabezado por Alice Miliat, dispusieron un encuentro atlético en Monte Carlo en 1921. El programa incluía un conjunto de eventos tales como: 60 metros, 250 metros, 800 metros y 800 metros relevos, 74 metros vallas, salto de longitud, salto de altura, lanzamiento de peso y javalina. En este evento se consolidó el movimiento deportivo internacional de mujeres con la creación de la Federation Sportive Feminine International (FSFI), la cual llegó a ser un importante grupo de presión para la competición atlética internacional de mujeres y ayudó a acelerar el desarrollo a lo largo del mundo. La FSFI organizó las Primeras Olimpiadas de Mujeres en 1922 en París, llamándolas Juegos del Mundo de Mujeres (ya que el COI reclamó el derecho exclusivo a usar el término “olímpico”) y se estuvieron celebrando cada cuatro años y en cuatro ocasiones. Las segundas en Gothenburg (Suecia), en 1926, tomando parte diez países; en 1930 en Praga (Checoslovaquia), participando 17 países y finalmente en 1934 en Londres (en este año fueron 19 los países participantes) (Hargreaves, 1994).

Mientras todo esto ocurría, en 1924 fue denegada la participación femenina en los otros Juegos Olímpicos. En estos años hubo gran controversia sobre la cuestión del efecto de la competición atlética sobre la salud de las mujeres. Hay fuertes debates sobre la inclusión o no de las mujeres en las competiciones olímpicas. Por otra parte, las olimpiadas femeninas estaban siendo un éxito tanto

en competición como en participación, por lo que la International Amateur Athletic Federation (IAAF) estaba interesada en absorber a la FSFI y controlar también el deporte competitivo femenino. Para ello, apoyó la participación femenina en 1928 en Amsterdam, recomendando cinco eventos (100 metros, 800 metros, salto de altura, lanzamiento de disco y 400 metros vallas), todo ello rodeado de una gran presión contra la participación de las mujeres. Por su parte, la señora Miliat estaba indignada porque no se había aprobado un programa extenso. Finalmente se celebraron los Juegos de 1928 con la participación de mujeres. En mitad de toda la controversia hubo carrera de 800 metros para mujeres. Los administradores, miembros del Comité Olímpico Internacional (IOC) y los medios de comunicación parecía que habían decidido que las mujeres eran demasiado frágiles para competir en carreras tan largas como ésta. Los informes de los Juegos de 1928 no sólo distorsionaron los resultados de la carrera sino que en algunos casos inventaron los hechos que apoyaban su punto de vista, como por ejemplo que algunas de las mujeres que corrían en los 800 metros parecían tambalearse en la recta final, mientras que otras parecían pálidas y exhaustas. Esto echó leña al fuego de la oposición a la participación femenina en los duros eventos. El trágico resultado fue que la prueba de 800 metros para mujeres fue retirada del programa olímpico hasta 1960. En el encuentro anual en 1929, el Comité Olímpico Internacional votó por eliminar el programa de mujeres. Como reacción, Gustavius Kirby, presidente de la Unión de Atletismo Amateur en EEUU y miembro de la IAAF, recomendó que la IAAF adoptara una resolución retirando a todos los atletas masculinos de los Juegos de 1932, a menos que las mujeres fueran admitidas para competir. En este encuentro en Berlín en 1930 el Comité Olímpico votó a favor de admitir a las mujeres.

Con la nueva confianza, la señora Miliat y la FSFI pidieron que se admitiera un programa completo de deportes para mujeres en 1932 y que si no se admitía tal programa entonces no habría ningún evento de mujeres. Desafortunadamente, este ultimátum fue el principio del fin de la FSFI y la IAAF ganó el control total sobre la competición femenina en los futuros Juegos Olímpicos. En 1932 en los Juegos Olímpicos de Los Angeles se admitió por primera vez a dos mujeres negras en el equipo olímpico de EEUU (Welch y Costa, 1994). Uno de los miembros más poderosos del COI, Avery Brundage, después

de las Olimpiadas de Berlín en 1936 dijo: “Estoy harto de oír hablar de las mujeres competidoras de atletismo... su encanto desaparece a menos de cero. Como nadadoras y buzas, las chicas son bellas y hábiles, igual que son inefectivas y desagradables en atletismo”. En otra ocasión dijo: “Pienso que los eventos femeninos deberían reducirse a aquellos apropiados para las mujeres, como natación, tenis, patinaje artístico y esgrima, pero no lanzamiento de peso” (Hargreaves, 1994). En 1936 la IAAF ha conseguido absorber por completo a la organización de mujeres. Los dirigentes de la IAAF prometieron incrementar la participación y el apoyo para el deporte femenino a todos los niveles, pero han sido bastante lentos en cumplir este compromiso. Hasta a1960 no se les permitió a las mujeres de nuevo competir en los 800 metros. En 1964 se añadió la prueba de 400 metros y en 1972 la de 1500 metros. En 1984 las mujeres presionaron exitosamente para que incluyeran los 3000 metros y el maratón y finalmente, en 1988, los 10000 metros. Se ha pasado de participar en 5 eventos en 1928 a 19 en 1992. Al igual que ocurrió en 1928, en la actualidad, el tratamiento dado por los medios al deporte femenino sigue siendo distorsionado y aparece un patrón claro de infrarrepresentación y trivialización del deporte femenino, tanto por parte de la prensa escrita como de los medios electrónicos (DeFrantz, 1993).

El principio fundamental número 7 del Código Olímpico establecía que: “Los juegos son concursos entre individuos y no entre países”, pero este principio estaba muy lejos de la realidad. En los Juegos de 1948 y 1952 había un clima de Guerra Fría que se caracterizó por la participación de las mujeres con propósitos políticos. En 1952, la Unión Soviética tenía la firme intención de ganar medallas sistemáticamente y aplicó medidas para la ampliación de los programas de mujeres. En la otra cara del globo, el inicio de los Primeros Juegos Panamericanos en Buenos Aires y los Juegos Asiáticos en Nueva Delhi en 1951 abrió a las mujeres del Tercer Mundo una puerta al campo deportivo internacional. En 1957, Althea Gibson es la primera mujer negra jugadora de tenis que gana el Grand Slam de Tenis (Cohen, 1993). En 1964, en Japón (Tokyo), mujeres de Ghana, Nigeria, Uganda, Irán, Malasia, Mongolia, Nicaragua, Perú y Tailandia, hicieron su primera aparición en los Juegos Olímpicos. En este año las mujeres compitieron en 33 eventos. Este mismo año también el voleibol se introdujo como el primer deporte de equipo para mujeres. Una atleta asiática, de Taiwan, Chi Cheng, ganó una

medalla de bronce en los 80 metros vallas. Llegó a ser tan popular en su país por esta hazaña que fue elegida miembro del parlamento. En 1966, en el campeonato de Bucarest, la IAAF ordenó a todas las mujeres participantes en las pruebas de atletismo que pasaran por una revisión ginecológica antes de competir. La asociación llevó a cabo esta acción en respuesta a una acusación acerca de que pseudohermafroditas estaban compitiendo en los eventos de mujeres. Parece como si una mujer que sea buena en el deporte no puede ser realmente una mujer. En 1968 se introduce un análisis cromosómico para las mujeres atletas como prerequisite de la competición olímpica. En 1967 Katherine Switzer es la primera mujer en correr el Maratón de Boston, aparentando ser un hombre llevando una gorra de béisbol. En 1972, de la lista de mujeres participantes en las Olimpiadas (unas 1300), pertenecían sólo a 61 de las 122 naciones participantes.

Bajo la presidencia de Juan Antonio Samaranch (presidente del Comité Olímpico Internacional desde 1980) se les permitió finalmente a las atletas olímpicas ser financieramente recompensadas por su trabajo a través del uso de cuentas. Este escalón abrió el camino no sólo para mejores ejecuciones sino también para la inclusión de deportes más desafiantes y agresivos para mujeres y para prolongar las carreras deportivas de las mujeres (Welch y Costa, 1994).

En la tabla 2.1. puede verse la evolución de la participación masculina y femenina en los Juegos Olímpicos desde sus inicios hasta la actualidad, así como los eventos que se han permitido en cada Olimpiada a las mujeres.

Tabla 2.1. Participación masculina y femenina en los Juegos Olímpicos de verano (1896-1996).

AÑO	CIUDAD	Nº COMPETIDORES			Nº DE PAISES CON COMPETIDORES		EVENTOS PARA MUJERES
		H	M	%M	H	M	
1896	ATENAS (GRECIA)	311	0	0	13	0	NINGUNO
1900	PARIS (FRANCIA)	1319	12	0,9	13	5	TENIS (NO OFICIAL) GOLF (NO OFICIAL)
1904	SAN LUIS (EEUU)	617	8	1,2	12	1	+ ARCO
1908	LONDRES (INGLATERRA)	2034	43	2,07	28	3	TENIS ARCO PATINAJE
1912	ESTOCOLMO (SUECIA)	2491	55	2,16	28	10	NATACION TENIS
1920	AMBERES (BELGICA)	2628	76	2,89	29	12	PATINAJE TENIS NATACION
1924	PARIS (FRANCIA)	2956	136	4,4	44	20	+ ESGRIMA
1928	AMSTERDAM (HOLANDA)	2724	290	9,62	46	24	+ GIMNASIA (EQ.) + ATLETISMO
1932	LOS ANGELES (EEUU)	1281	127	9,02	34	17	+ JABALINA + 80 metros vallas (No gimnasia)
1936	BERLIN (ALEMANIA)	3738	328	8,07	49	26	+ GIMNASIA
1948	LONDRES (INGLATERRA)	4062	385	8,66	58	33	+ SALTO LONGITUD + LANZAM. PESO + PIRAGÜISMO
1952	HELSINKI (FINLANDIA)	4407	518	10,51	69	41	GIMNASIA (IND.)
1956	MELBOURNE (AUSTRALIA)	2813	384	12	67	32	
1960	ROMA (ITALIA)	4736	610	11,41	84	47	Reintroducción de los 800 metros
1964	TOKYO (JAPON)	4457	683	13,29	93	53	+ VOLEIBOL + 400 metros
1968	CIUDAD DE MEXICO (MEXICO)	4749	781	14,12	112	53	+ PENTATHLON

Tabla 2.1. Participación masculina y femenina en los Juegos Olímpicos de verano (1896-1996).

(Continuación)

AÑO	CIUDAD	Nº COMPETIDORES			Nº DE PAISES CON		EVENTOS PARA MUJERES
		H	M	%M	COMPETIDORES	H	
1972	MUNICH (ALEMANIA)	6086	1299	17,59	122	61	+ 1500 metros Reintroduce ARCO
1976	MONTREAL (CANADA)	4834	1251	20,56	92	65	100 metros 200 metros 400 metros 800 metros 1500 metros 100 metros vallas 4*400 relevos SALTO ALTURA SALTO LONGITUD LANZAM. DISCO LANZAM. JABALINA ARCO BALONCESTO PIRAGÜISMO ESGRIMA KAYAC ECUESTRES GIMNASIA NATAACION VOLEIBOL
1980	MOSCU (URSS)	4238	1088	20,43	81	57	+ HOCKEY HIERBA
1984	LOS ANGELES (EEUU)	5458	1620	22,89	140	95	+ 3000 metros + MARATON + TIRO + GIMNASIA RITM. + NATAACION SINCR.
1988	SEUL (COREA DEL SUR)	7105	2476	25,84	158	119	+ 10000 metros + TENIS + TENIS DE MESA
1992	BARCELONA (ESPAÑA)	6658	2708	28,91	169	135	+ CANOE SLALOM + WINDSURFING + JUDO
1996	ATLANTA (EEUU)	7060	3684	34,28			+ SOFTBALL +MOUNTAIN BIKE +VOLEIBOL PLAYA +TRIPLE SALTO +DOBLE MIXTOS EN BADMINGTON +4*200 ESTILO LIBRE EN NATAACION

C) El deporte femenino en España.

A España no llegan las corrientes educativas reformistas del norte de Europa hasta principios del siglo XX, el tipo de ejercicio que se propugna para la mujer debía ser apropiado a la condición y sexo femenino. La imagen femenina asociada durante tantos años a la maternidad y el hogar no iba a ser fácil sustituirla por una imagen femenina más relacionada con la vida pública.

Durante el primer tercio del presente siglo la gimnasia, tanto rítmica como sueca y la danza fueron incorporándose en los colegios e institutos españoles (Rubio y Chamorro, 1993). En 1909 el Instituto de Cultura y Biblioteca Popular para la Mujer, incluye entre sus actividades clases de educación física.

El inicio de las actividades deportivas en las mujeres se realizó en el seno de clubes deportivos que existían en Madrid y Barcelona a principios de siglo. Allí las mujeres de la burguesía se iniciaron en la práctica de algunos deportes como golf y lawn-tennis. El esquí y la equitación contaban igualmente con muchas adeptas. Posteriormente se fueron incorporando el patinaje, tiro con arco y la natación como deportes preferidos por las mujeres. En el primer tercio de siglo la presencia de la mujer en el deporte es muy escasa y la mayoría de las veces se limitaba a hacer acto de presencia.

Los años veinte en el deporte femenino en España se caracterizan por la iniciación a la práctica deportiva de diferentes círculos socio-económicos. Existen pocas mujeres todavía que practiquen diversos deportes. Se fomentan los concursos y encuentros deportivos femeninos. La gimnasia se considera idónea para las mujeres. Se pone de moda el excursionismo, aumenta el interés por el esquí y el ciclismo. Surgen deportes de equipo. Aparece la Sociedad Cultural Deportiva en Madrid y en Barcelona, para impulsar el deporte en mujeres de clase social media-baja (Instituto de la Mujer, 1990).

En 1924, España envió a dos mujeres a participar en los Juegos Olímpicos de París: Rosa Torres y Lili Álvarez (recientemente fallecida a los 93 años), pero la Federación Internacional de Atletismo negó la participación femenina en dichos juegos.

En 1928 se fundó el primer club femenino de deporte en Barcelona: Club Femeni d'Esports. En 1931 ya contaba con 2000 socias y 10 equipos de baloncesto, fomentando también otros deportes como el balonmano, hockey, natación y atletismo. El club pretendía la acogida de todas las jóvenes interesadas, especialmente de clase media-baja, con la finalidad de formar madres saludables. Tuvo gran importancia la labor divulgativa. En los siguientes años aparecen numerosos clubes y asociaciones deportivas femeninas.

Durante los años 30 la participación femenina en las actividades deportivas fue cada vez en aumento. Las deportistas españolas más destacadas se caracterizan por participar en diferentes modalidades más que estar especializadas en una, como es el caso de Manolita Pérez (100 metros lisos, vallas, lanzamiento de jabalina y de disco, etc.) y Lili Álvarez (ciclismo, esquí, tenis, patinaje sobre hielo, automovilismo, etc.).

En 1931 se celebran los Campeonatos de España de Atletismo Femenino. En 1935 se funda el Club de Deportes Femenino de Madrid. En este mismo año se celebra el Primer Campeonato de España de Cross Femenino. Asimismo, es la primera vez que en el Torneo Internacional de Ajedrez hay una sección femenina. En 1936 se celebran pruebas para niños y niñas en los campeonatos escolares de atletismo (Instituto de la Mujer, 1990).

Antes de que estallara la Guerra Civil, la incorporación de la mujer a la vida social y política, así como a la práctica deportiva siguió un ritmo similar al de otros países europeos. Entre los años veinte y treinta se promueve bastante el deporte entre hombres y mujeres. Los más practicados por las mujeres fueron: tenis, natación y esquí (compatibles con su condición femenina).

En la etapa franquista la dirección y el fomento del deporte español se encomiendan a Falange Española Tradicionalista y de las JONS y el deporte femenino quedaba a cargo de la Sección Femenina, que impulsaba las actividades físicas “adecuadas” para las mujeres, evitando cualquier práctica deportiva con connotaciones varoniles. Todo esto condiciona el tipo de actividad física que se favorecía, como es la gimnasia de tendencia neo-sueca, con aportaciones de ritmo, coordinación y relajación. En cuanto a los deportes, los más fomentados, ya que se consideraban más aptos para la mujer, eran el balonvolea, baloncesto y balonmano. Las profesoras de Educación Física eran formadas en la Academia de Mandos "Isabel la Católica", también llamada "La Almudena".

En 1953 se decreta la obligatoriedad en la enseñanza media de actividades deportivas educativas y de gimnasia. En los años sesenta se promulga la Ley de Educación Física y la creación del INEF, al que sólo pueden acceder los varones (las mujeres se incorporan en el curso 1977-78). En esta década se amplía el número de deportes practicados por las mujeres. Aparecen deportistas de elite. La prensa empieza a hablar de los logros deportivos femeninos. En 1960 las mujeres participan por primera vez en los Juegos Olímpicos (Roma) después de la Guerra Civil, en las modalidades de esgrima, gimnasia y natación, con un total de once mujeres españolas (García Bonafé, 1992).

La práctica deportiva de las mujeres en España inició realmente su expansión a comienzos de la década de los años 70. Con la Constitución de 1978, el deporte fue reconocido como un derecho al que debían tener acceso todas las personas sin distinción de sexo. En estos años la participación femenina cubre casi todas las modalidades deportivas. Se expande el deporte profesional femenino. La presencia de mujeres en encuentros deportivos internacionales es cada vez mayor. En 1972, en los Juegos Olímpicos de Munich participó España con una gimnasta, tres nadadoras y una tiradora de arco. En 1976 en los Juegos de Montreal había tres gimnastas españolas, seis nadadoras y una atleta.

Los años ochenta se caracterizan por un acceso a la mayoría de las modalidades deportivas por parte de las mujeres. Asimismo, aumenta la

participación femenina en todas las competiciones y proliferan las actividades físicas ligadas al ocio, bienestar, salud, estética, etc.

En 1980, Juegos Olímpicos de Moscú, España llevó a tres gimnastas, cinco nadadoras y dos atletas. En 1981, dos mujeres son elegidas miembros del Comité Olímpico Internacional en el Congreso de Baden-Baden. En 1984, en los Juegos de Los Angeles, dos atletas, seis gimnastas deportivas, cuatro gimnastas rítmicas, tres nadadoras, dos tiradoras con arco y una tiradora olímpica. En 1988, en los Juegos Olímpicos de Seúl, la participación femenina asciende a 32 (otra referencia habla de 42), en las modalidades de: vela, tenis, natación, natación sincronizada, gimnasia, atletismo, tiro con arco, gimnasia rítmica, tiro olímpico y tae-kwondo (Instituto de la Mujer, 1990).

1992 fue el gran año para el deporte español con la celebración de los Juegos Olímpicos en Barcelona, con un amplio programa de preparación durante los años anteriores (programa ADO 92) cuya repercusión en el deporte femenino dio lugar a medallas de oro para Miriam Blasco y Almudena Muñoz en judo, para Theresa Zabell y Patricia Guerra en vela, medallas de plata para C. Pascual en gimnasia rítmica y para Conchita Martínez y Arantxa Sánchez Vicario en dobles femeninos en tenis y medalla de bronce para Arantxa Sánchez Vicario en tenis individual femenino. En las Olimpiadas de Atlanta (1996) el equipo olímpico español conquistó el decimotercer puesto en cuanto a medallas ganadas con un total de 17 de las que podemos destacar las femeninas con medalla de oro en vela para Theresa Zabell y Begoña Vía y para el equipo de gimnasia artística que conquistó su primer título olímpico, medalla de plata en tenis para Arantxa Sánchez Vicario y bronce en dobles femeninos para Arantxa y Conchita Martínez. Bronce en judo para Isabel Fernández y Yolanda Soler.

Participación femenina en el deporte.

Las mujeres participan considerablemente menos que los hombres en el deporte. Hemos encontrado algunos datos sobre la participación deportiva por géneros en diferentes países europeos, que veremos a continuación. Igualmente tenemos datos sobre la participación deportiva en España y también hemos encontrado algunos datos a nivel de Andalucía.

De la encuesta llevada a cabo por la Oficina Regional para Europa de la Organización Mundial de la Salud (1986) se concluye que las chicas son notoriamente menos deportistas que los chicos, y por término medio, ofrecen un nivel de actividad deportiva tres veces menor que el de los chicos. También en la práctica de actividades físicas no deportivas se sitúan las chicas por debajo de los chicos, ya que diariamente sólo el 33% de las encuestadas realizan actividades físicas, frente a un 45% de jóvenes varones que así lo hacen. Existe discriminación sexual en el deporte y se manifiesta en unas pautas deportivas notablemente inferiores para el caso de las chicas (García Ferrando, 1988).

Por su parte, Talbot (1988) hace una serie de generalizaciones sobre la relación entre género y práctica deportiva en Gran Bretaña. El número de hombres que hacen deporte duplica al de mujeres. La disparidad se hace mayor cuando no se tiene en cuenta el andar o el paseo a pie en la lista de actividades deportivas. Por otra parte, los hombres suelen hacer deporte más a menudo que las mujeres y practican más variedad de deportes que las mujeres.

Augustini et al. (1994) estudiaron la participación deportiva en niños y adolescentes franceses. Los chicos practican más deporte que las chicas. El 86% de los varones practican al menos una actividad frente al 80% de las mujeres. El 30% de los que lo practican dedican más de cuatro horas a la semana, frente al 19% de las mujeres

Con población española también se han realizado estudios sobre prácticas deportivas. García Ferrando es uno de los que más ha investigado sobre los españoles y el deporte. Según las encuestas, el 27% de la población española emplea su tiempo libre en hacer deporte (datos de 1990). Ante la pregunta sobre las actividades en las que le gustaría emplear el tiempo libre, la alternativa de hacer deporte es elegida por el 27% de los varones, frente al 19% de las mujeres. El estudio realizado por el mismo autor en Abril y Mayo de 1992 muestra que los jóvenes varones que hacen deporte como actividad de ocio lo practican de forma cotidiana (todos los días) con mayor frecuencia que las jóvenes, el 31% frente al 18%. Entre los varones, el 27% practican un deporte, del 40% practican varios, el 17% antes practicaban y ahora no y el 16% no practican ninguno. En cuanto a las mujeres, el 19% practican uno, el 20% varios, el 22% antes si y ahora no y el 39% no practican ninguno. El 5% de los varones participa en ligas nacionales frente al 1% de las mujeres. El 20% de los hombres participan en ligas locales frente al 9% de las mujeres. El 25% de los hombres compiten con los amigos por diversión frente al 13% de las mujeres y el 39% hacen deporte sin competir frente al 68% de las mujeres. En cuanto al interés de los jóvenes por el deporte, el 33% de los varones dicen tener mucho interés frente al 16% de las mujeres. El 46% de los varones muestran bastante interés frente al 37% de las mujeres. Y el 17% de los varones dicen tener poco interés frente al 34% de las mujeres. Por último, el 4% de los varones no tienen ningún interés frente al 13% de las mujeres.

En el estudio realizado por Alvarez en 1992, igualmente se comprobó que las niñas y jóvenes participaban mucho menos en el deporte de base que los niños y jóvenes. Por su parte, Aguinaga y Comas (1997) han encontrado que la actividad preferida por los jóvenes para el tiempo libre es practicar deporte, aunque lo hacen a menudo el 34,3% de promedio. La cantidad de chicos que le dedican tiempo (46,7%) es superior al de chicas (22%). El 16% hacen deporte a diario, cosa que hace 20 años solamente lo hacían el 1,4% de los jóvenes. (Estudio realizado por el INJUVE con una muestra de 1200 españoles entre 14 y 24 años). Podemos citar también el estudio realizado por el Centro de Investigaciones Sociológicas (CIS) en 1998, de ámbito nacional, en el cual se ha observado que la práctica deportiva realizada en el tiempo libre por los hombres (63%) supera a la de las mujeres (37%).

En nuestro entorno más cercano también se ha investigado sobre las prácticas deportivas y el género. García et al. (1996) realizaron un estudio sobre hábitos deportivos en la provincia de Granada encontrando que el 34,7% de los granadinos realizan algún tipo de deporte reglado, de los cuales el 70,6 son varones y el 29,4 son mujeres. Por su parte, Pérez et al. (1996) pretendían examinar los hábitos de salud e higiene en la Actividad Física con alumnos de 3º de ESO de la provincia de Málaga, con el fin de poner en práctica un proyecto interventivo. Encontraron que los alumnos están mucho más concienciados que las alumnas hacia la práctica deportiva continuada fuera del centro.

En cuanto a los deportes más practicados citaremos datos de los diferentes estudios analizados. Los deportes más practicados por la población española, según las encuestas realizadas por García Ferrando (1990) son: natación, fútbol, baloncesto, tenis, ciclismo, carrera a pie, gimnasia de mantenimiento, fútbol-sala, atletismo, balonmano, voleibol, pelota (frontón), gimnasia rítmica, etc. Los deportes practicados semanalmente son en el siguiente orden: fútbol, baloncesto, natación, gimnasia de mantenimiento, carrera a pie, tenis, ciclismo, fútbol-sala, atletismo, etc. En la provincia de Granada, García et al. (1996) observaron que los deportes más practicados por el conjunto de la población eran fútbol y bicicleta. Gili-Planas et al.(1994) encontraron que los deportes más practicados por las mujeres en las Islas Baleares son: gimnasia, ciclismo y natación, mientras que los hombres practican mayoritariamente fútbol. Por su parte, Augustini et al. (1994), encontraron que los chicos franceses practican mayoritariamente fútbol (45%) mientras que el más practicado por las chicas es danza (24%).

Son varios los estudios que han analizado la práctica deportiva en relación con la edad y el género de los participantes. Veamos algunos de ellos:

El estudio realizado por Ignico (1990) relacionó la edad, el género y el tipo de actividad preferida. Las actividades eran: deportes de equipo y de contacto, gimnasia y danza y actividades deportivas individuales. Ningún chico (entre 7 y 13 años) seleccionó las actividades de gimnasia y danza, pero las preferencias de las chicas fueron distribuidas más igualitariamente a través de los tres tipos de actividades.

Engel (1994) encontró que los niveles de participación deportiva decrecen con la edad en una muestra de mujeres jóvenes adolescentes del Norte de Inglaterra. Los grupos de edad estudiados fueron 12-13 años y 15-16 años. El descenso en los niveles de participación fue más pronunciado en los deportes estereotípicamente masculinos.

En el estudio llevado a cabo por Gili-Planas y cols. (1994), sobre prácticas deportivas, en una muestra en las Islas Baleares, encontraron que para los grupos de edad entre 18-35 y 36-50, los varones realizan más deporte que las mujeres, sin embargo, para el grupo de más de 51 años no encuentran diferencias significativas.

En otro estudio realizado por Sánchez (1995), se encontró que en los rangos de edad de 10-19 y 20-29 años, la mayoría de los sujetos han realizado o realizan actividades físicas al menos una vez por semana, mientras que en los rangos de edad de 50-59 y 60-74 años, la mayoría no realizan ningún tipo de actividad física. Estos datos concuerdan con los de García Ferrando (1990) que indican que las personas de menos de 35 años son las que en mayor proporción practican deporte.

Veamos otras variables que se han estudiado en relación con la práctica deportiva y el género:

Vázquez (1993) opina que las variables que más discriminan la práctica deportiva de las mujeres son la edad y el estatus socioeconómico y ocupacional, por lo que no se puede hablar del colectivo de mujeres en general, ya que no es homogéneo. Talbot (1988) también encontró que las diferencias de participación entre mujeres de distintos niveles socioeconómicos son mayores que las diferencias existentes entre hombres. Asimismo, la disminución de la participación al correlacionarla con niveles decrecientes de educación, es más marcada entre las mujeres que entre los hombres.

García Ferrando (1990) opina que al ser los jóvenes los que muestran una mayor preferencia por la práctica deportiva, es lógico que haya más personas solteras que optan por el deporte. A esto hay que añadir, en opinión de Talbot (1988), que los

cambios en la participación asociados con el matrimonio y los hijos ocurren de forma más temprana entre las mujeres que entre los hombres.

En cuanto a las categorías de grupos estudiadas por García Ferrando (1990) se encontró que los estudiantes, con independencia del tipo de estudio, son los que muestran un nivel de preferencia superior por practicar deporte, mientras que las amas de casa y los jubilados son los que menos preferencia muestran por el deporte y esto es mayor en el medio rural y semiurbano.

Como podemos observar en los diferentes estudios realizados sobre participación deportiva, en todos los casos el interés y la práctica deportiva son significativamente superiores en los varones que en las mujeres. Se han dado una serie de argumentos como razones explicativas de estas diferencias. Veamos a continuación las principales áreas que se han abordado para tratar de localizar las causas:

Explicaciones dadas de las diferencias deportivas entre hombres y mujeres.

A) Razones biológicas.

Las diferencias físicas entre hombres y mujeres son obvias y de todos es sabido que aspectos puramente físicos tales como la talla y la masa muscular favorecen el rendimiento deportivo en general. En este apartado vamos a analizar punto por punto los diferentes sistemas de nuestro organismo y vamos a ver cómo existen aspectos diferentes en todos ellos en el cuerpo de los hombres y en el de las mujeres, en unos más que en otros. Sin embargo vamos a comprobar que las diferencias no son tantas como creemos y que incluso, los factores físicos están interaccionando con factores psicosociales, con lo cual, es muy difícil estudiar los distintos aspectos aisladamente.

a) Introducción.

Jackie L. Hudson (1994), profesora de biomecánica de la Universidad-Chico del estado de California, llevó a cabo un método de comparación “pulgada por pulgada” entre dos deportistas que han batido récords del mundo. Por un lado Carl Lewis, cuya talla es de 6,2 pies y batió el récord del mundo de hombres en 9,92 segundos. La autora con unos simples cálculos ha hallado una velocidad relativa de 5,36 su altura por segundo. Por otro lado la atleta Florence Griffith Joyner (recientemente fallecida) que medía 5,6 pies y corría los 100 metros en 10,49 segundos, su velocidad relativa era de 5,64 alturas/segundo. Esto quiere decir que la mujer más rápida del mundo en las Olimpiadas de Seúl (1988) era un 5.3% más rápida que el hombre más rápido del mundo. Lo que la autora pretendía era sencillamente buscar una forma de comparación utilizando una fórmula matemática para llegar a una medida relativa, ya que en términos absolutos las diferencias biológicas entre hombres y mujeres no permiten comparar de forma equilibrada.

Por otra parte, la mujer es más flexible que el varón debido a la relaxina (hormona femenina), la cual ablanda los ligamentos y permite que las mujeres aprovechen al máximo sus músculos. Las corredoras dan zancadas más grandes que los hombres y se estiran más al saltar vallas. Un estudio sobre 42 corredoras sugiere que, con el entrenamiento adecuado, las mujeres corren mejor que los hombres. Con relación a su estatura las mujeres dan zancadas más largas, dan más zancadas por minuto y hacen menos contacto con el suelo. Cuando las comparaciones se hacen en términos absolutos los hombres son más rápidos, pero si las medidas se hacen en el contexto individual las habilidades físicas de las mujeres aparecen como iguales (si no superiores) a las de los hombres. Como vemos, es sobre todo una cuestión de cómo se toman las medidas (Hudson, 1994).

Al analizar los récords del mundo alcanzados por hombres y mujeres se puede observar que en deportes de velocidad tales como correr o nadar las mujeres

están alcanzando a los hombres. Por ejemplo, en 1927, el récord de los hombres para los 100 metros fue de 10.6 segundos y el de las mujeres de 12,2 (una diferencia del 18,75%) y en 1977 el récord fue de 9,95 y 10,88 respectivamente (una diferencia del 8,55%). La brecha es cada vez más pequeña. Los récords del mundo en casi todos los eventos deportivos están probando que las atletas de elite dan ejecuciones físicas cada vez más cercanas a las de los varones. En 1990 la corredora de ultramaratón Ann Trason recorrió 230 kilómetros en 24 horas, conquistando el título de resistencia de EEUU. Shelley Taylor-Smith, nadadora australiana ganó el maratón de 36 millas de Atlantic City dos veces, estableciendo un récord de pista en 1992. Penny Dean, nadadora de resistencia, cruzó en 1978 el Canal de la Mancha en siete horas y cuarenta minutos, batiendo el récord anterior por más de una hora. Nadie ha logrado hasta el momento superarlo.

Boutilier y Sangiovanni (1985) destacan las siguientes evidencias al respecto: en primer lugar, el nivel de forma física es más importante que el género al determinar los efectos del ejercicio; en segundo lugar destacan que hay más diferencias dentro de cada sexo que entre ellos en las respuestas al ejercicio energético, es decir, las mujeres y los hombres atletas tienen más parecido entre ellos que con las personas no atletas de su propio sexo. Por último sugieren que las respuestas al ejercicio en ambos sexos son muy positivas tanto en el aspecto fisiológico como en el psicológico.

En la misma línea, Christensen (1993) observa como hombres y mujeres muestran diferencias dentro de cada sexo en medidas tales como altura y peso, anchura de hombros y caderas y desarrollo muscular. Igualmente la autora opina que si se tomaran las medidas fisiológicas encontraríamos más diferencias en cada sexo que entre los sexos.

Las habilidades de las mujeres y hombres de elite parecen ser semejantes. Si una mujer joven adulta tiene desactualizado su potencial, ¿a qué edad dejó de desarrollarlo?. En un estudio de Hoffman et al. (1990) en el que se comparaban la forma física de niños y niñas de 6 a 14 años, las chicas de 6 años eran un 3,5 más lentas corriendo que los niños de 6 años. Cada año que pasa las chicas pierden un

2,7%. La mitad del deterioro en ejecución fue atribuido a la mejora de los chicos y la otra mitad al hecho de que las chicas no desarrollan sus capacidades físicas.

¿Por qué mecanismos los chicos llegan a mejorar? ¿Es por un descenso en la grasa corporal, un incremento en la capacidad cardiovascular, una efectiva utilización de la técnica?. Por otra parte, ¿a través de qué mecanismos las chicas llegan a ser peores?, ¿incremento en grasa, descenso en la capacidad cardiovascular, inefectiva utilización de la técnica? A la edad de 6 años tanto niños como niñas aumentan en grasa en la misma proporción hasta los 12 años. El efecto de la grasa no parece ser el responsable de la diferencia en ejecución, tampoco parece serlo la capacidad cardiovascular. En el mismo estudio anterior las chicas excelentes fueron similares a los chicos excelentes (aunque ligeramente más lentas). Parece que la excelencia está más asociada a la semejanza entre los sexos que a la diferencia. Como vemos, las diferencias en ejecución en la edad infantil no parecen ser explicables en términos de una inferioridad biológica, esas diferencias pueden ser explicables en términos de esfuerzo. Si las niñas y mujeres creen que no tienen la capacidad de los niños y hombres, entonces ellas no desarrollarán mentalmente sus habilidades. Si no dedican un esfuerzo significativo al desarrollo de sus capacidades, entonces no desarrollarán corporalmente sus habilidades físicas. Se necesita una práctica refinada y enérgica para conseguir un movimiento habilidoso y técnicamente perfecto. A las niñas se las incita a practicar actividades que requieran poca habilidad y un limitado uso del espacio y de la fuerza. Si las mujeres no dedican horas y horas a practicar deportes y juegos enérgicos, si no desarrollan su fuerza y espacio y si no aprenden habilidades motoras no podrán de ninguna manera llegar a realizar buenas ejecuciones en el campo deportivo (Hoffman et al., 1990).

La inactividad física durante los años de crecimiento está vinculada a una salud pobre a lo largo de la vida. Además, la inactividad física durante los años de crecimiento puede comprometer la calidad del crecimiento. Cuando las niñas llegan a ser mujeres hay todavía más restricción en el movimiento: ropa ceñida, zapatos de tacón, posturas, etc. (Hudson, 1994).

b) Diferencias anatómicas.

Las mujeres tienen las extremidades más cortas y la cabeza más pequeña, son de menor estatura y pesan menos. Como media la mujer mide 10,8 centímetros menos que el varón y pesa 10,15 kilos menos. La mujer, por lo general, tiene un menor desarrollo de la caja torácica y, por tanto, de la capacidad pulmonar total. Sin embargo, en estudios funcionales no existen diferencias significativas en los volúmenes ventilatorios entre unas y otros.

La pelvis de la mujer es más ancha y menos profunda, siendo la angulación del fémur menor. Las rodillas de las mujeres son más anchas con relación a su altura. Su centro de gravedad está un 6% más bajo que en el hombre. Todo esto, así como la cadera más ancha, da lugar a una mayor estabilidad. Además disponen de una mayor laxitud ligamentosa y articular, esto contribuye a una mayor ejecución técnica de los movimientos, facilitando su aprendizaje y la menor predisposición a lesiones. El esqueleto del hombre es más robusto y denso, pero en ello también contribuyen factores hereditarios, hormonales, nutricionales, y el propio ejercicio físico que estimula la osteogénesis. La cantidad y variedad de actividad física ejercida tienen más influencia sobre la solidez y densidad del hueso que el propio sexo. La curvatura de la columna lumbar está más acentuada en la mujer (Christensen, 1993).

c) Fuerza y resistencia muscular.

La fuerza muscular es la habilidad de un músculo o grupo de músculos para ejercer una fuerza máxima contra una resistencia. La resistencia muscular es la habilidad de un músculo o grupo de músculos para mantener una fuerza submáxima sobre un periodo extenso de tiempo.

Cuando las medidas de fuerza son expresadas en puntuaciones absolutas, es decir, el peso máximo levantado, los hombres son considerablemente más fuertes

que las mujeres en la parte superior del cuerpo. La fuerza absoluta corporal superior (extremidades superiores) en las mujeres es de un 40 a un 50% más baja que en los hombres, mientras que la fuerza absoluta corporal inferior (extremidades inferiores) es sólo de un 20 a un 35% más baja que la de los hombres. En comparación al tamaño, los muslos femeninos son iguales de fuertes que los masculinos. El patinaje de velocidad es un deporte donde el éxito depende principalmente de la fuerza de los músculos de los muslos. El récord mundial para los 500 metros de la patinadora estadounidense Bonnie Blair es inferior en dos décimas de segundo al tiempo de calificación para la misma prueba de hombres en los Juegos Olímpicos de invierno del 92. Esta diferencia regional parece estar relacionada con factores sociales debido a que la mujer realiza menos ejercicio con la parte superior.

Las reservas elevadas de grasa corporal suponen una desventaja en los deportes que necesitan fuerza y potencia, o en aquellos en los que el atleta tiene que desplazarse, como correr o elevarse. Las mujeres tienen mayor proporción de grasa corporal que los hombres y al contrario ocurre con la proporción de músculo. Las mujeres son más eficientes en el ejercicio estacionario que en el que implica desplazamiento. Ello se debe a que la mujer tiene que transportar también la grasa o peso inerte y a que, al ser su superficie corporal mayor, la resistencia al avance es también mayor. Al contrario ocurre en natación, la grasa de muslos y caderas ayuda a mantener las piernas en posición horizontal. Se cree que las curvas del pecho de las mujeres ayudan a dirigir el agua a lo largo de sus cuerpos, reduciendo el arrastre y aumentando la velocidad. En definitiva, el cuerpo femenino es más hidrodinámico y la grasa corporal aumenta la flotabilidad por lo que tiene ventajas sobre el varón y de hecho, las marcas se aproximan mucho más en este deporte que en otros. La nadadora Janet Evens (EEUU) en los Juegos Olímpicos de Seúl (1988) batió el récord de los 400 metros establecido por Mark Spitz en 1968 por dos segundos.

Las mujeres atletas tienden a tener una composición corporal más parecida a la de los varones atletas que a la de la media de las mujeres no atletas. Incuestionablemente, el mantenimiento de una grasa corporal óptima es deseable, no sólo para maximizar la ejecución en los eventos deportivos sino también por razones de salud. Aunque la ejecución en ciertos eventos deportivos está asociada

con niveles bajos en grasa corporal, se debe dar prioridad a la salud y el bienestar (Freedson, 1994).

En el siguiente cuadro vemos las proporciones aproximadas de grasa corporal y de tejido muscular en la población general adulta joven según los distintos autores consultados:

Tabla 2.2. Proporción de tejido adiposo y tejido muscular en hombres y mujeres (población general de adultos jóvenes).

	Proporción de tejido adiposo		Proporción de tejido muscular	
	Hombres	Mujeres	Hombres	Mujeres
Rubio y Chamorro (1991)	15%	25%		
Estruch (1992)	10%	17%	40%	33%
Christensen (1993)	15-18%	22-25%		
Olabarrieta (1993)	18%	23%		
Freedson (1994)	15%	27%		
Messner (1994)	15%	25%	40%	23%
Colors (1995)	15%	27%	40%	23%

La media en proporción de grasa corporal en mujeres adultas jóvenes es de un 5-10% más grasa que la media de mujeres atletas. El valor más bajo que se ha conocido en una mujer atleta ha sido de un 6%. Muchas mujeres corredoras de larga distancia tienen entre un 12 y un 15% (Christensen, 1993). Según Rubio y Chamorro (1993) los límites mínimos que se pueden alcanzar de grasa corporal son de un 3% en hombres y un 9% en mujeres. Según la revista Colors (1995) un nivel de grasa corporal por debajo del 12% en mujeres puede producir trastornos en el ciclo menstrual, mientras que los hombres pueden llegar a niveles del 4% sin producir efectos negativos.

La diferencia en fuerza entre hombres y mujeres es mayor que la diferencia aeróbica y anaeróbica. La principal razón de esta diferencia está en la composición muscular. Los hombres tienen menos grasa corporal y más masa muscular debido a su mayor peso corporal y menor grasa relativa. Sin embargo, la

calidad del músculo es idéntica en hombres y mujeres, es decir, la fuerza por unidad o área transversal del músculo es la misma. Esto significa que dados músculos de igual tamaño, hombres y mujeres deberían tener la misma fuerza. La distribución del tipo de fibra muscular es la misma para hombres y mujeres. Hay dos tipos básicos de fibra muscular: fibra rápida, utilizada en movimientos rápidos y fuertes y fibra lenta, utilizada en actividades lentas, más prolongadas y de resistencia. La distribución de estas fibras varía de un músculo a otro, un músculo puede contener de un 30-70% de fibras rápidas o un 70-30% de fibras lentas. Los atletas de resistencia (tanto hombres como mujeres) tienden a tener porcentajes más altos de fibras lentas y los atletas de deportes que requieren fuerza y potencia tienden a tener porcentajes más altos de fibras rápidas. La diferencia en los tipos de fibras es mayor en atletas que participan en diferentes tipos de entrenamientos que entre hombres y mujeres. Otra diferencia observada entre los sexos en el entrenamiento de peso o fuerza ha sido la respuesta inicial al entrenamiento. Para las mujeres los incrementos iniciales en fuerza son el resultado de cambios neurales, es decir, la fuerza aumenta debido a la participación de un mayor porcentaje de fibras musculares, más que debido al incremento del tamaño de la fibra muscular. Para los hombres, los incrementos iniciales en fuerza son el resultado de la hipertrofia o incremento del tamaño de la fibra muscular. Las mujeres mostrarán también hipertrofia, pero esto ocurre después de algunas semanas de entrenamiento. Las mujeres, además, tienen niveles más bajos de testosterona, que inhiben el desarrollo excesivo de los músculos. Algunas mujeres, en su deseo por ganar competiciones de *bodybuilding*, utilizan esteroides anabólicos y de esta manera desarrollan mucho los músculos debido a los niveles de testosterona que se igualan a los de los hombres. De esta manera también se exponen al riesgo de este abuso provocando daños en el hígado y los riñones y enfermedades coronarias (Christensen, 1993).

La capacidad anaeróbica se refleja en la posibilidad de un individuo de realizar un esfuerzo de alta intensidad en un tiempo muy corto. Los deportes que requieren esta capacidad anaeróbica son aquellos de velocidad y altos niveles de fuerza. La concentración muscular de enzimas responsables de la potencia anaeróbica es igual en hombres y mujeres, ya que cada kilo de músculo tiene la misma cantidad de enzimas. Pero debido a que las mujeres generalmente tienen

menos masa muscular que los hombres, ellas tienen, por tanto, menos capacidad anaeróbica y están en desventaja cuando compiten contra hombres con el mismo nivel de entrenamiento (Christensen, 1993).

d) Capacidad cardiovascular.

Para desarrollar y mantener una buena capacidad cardiovascular es necesario el ejercicio aeróbico. Para aumentar esa capacidad cardiovascular, el ejercicio debe satisfacer una frecuencia, intensidad y duración específicos, asimismo, la actividad debe implicar grandes grupos musculares. La capacidad cardiovascular se puede determinar midiendo ya sea directa o indirectamente el consumo máximo de oxígeno. Las diferencias sexuales en volumen máximo de oxígeno son atribuibles a las diferencias en el porcentaje de grasa corporal. La grasa corporal es generalmente considerada metabólicamente inactiva pero incrementa el coste de energía, es decir, el consumo de oxígeno.

Otra diferencia sexual está en la capacidad de transporte de oxígeno del sistema circulatorio, concretamente en la concentración de hemoglobina. La hemoglobina es una proteína que se encuentra en las células de la sangre y lleva oxígeno desde el pulmón hasta el músculo que está trabajando. La concentración media de hemoglobina en la mujer es aproximadamente un 10% más baja que en el hombre. Esto se traduce en una capacidad de transporte de oxígeno un 10% más baja en la mujer (Freedson, 1994).

El tamaño del corazón es más pequeño en la mujer que en el hombre, por lo tanto, bombea menos sangre. Los pulmones también son más pequeños, lo cual se traduce en una menor capacidad para la entrada de oxígeno. Pero el potencial para mejorar la capacidad cardiovascular es similar para hombres y mujeres.

La diferencia en rendimiento en las actividades aeróbicas entre hombres y mujeres se ha estimado entre un 15 y un 20%. Sin embargo, muchos récords del mundo actuales en atletismo y natación muestran una diferencia en rendimiento del 8-10%, este dato sugiere que muchas de esas desventajas desaparecen con el propio entrenamiento (Christensen, 1993).

e) Sistema esquelético.

El hueso es un tejido dinámico que está en continua transformación a través del ciclo vital. Durante las tres primeras décadas de vida se produce un crecimiento óseo longitudinal y se alcanza el máximo desarrollo de la masa ósea. El componente genético y la raza son los principales factores predeterminantes que afectan la masa ósea, pero también hay otros factores que determinan el máximo desarrollo óseo y su mantenimiento como son: factores hormonales, nutricionales y la actividad física. La pérdida ósea ocurre como fenómeno natural con el envejecimiento, a veces esta pérdida ósea desemboca en osteoporosis y fracturas (De Souza et al., 1994). El ejercicio continuo proporciona ventajas en el sistema esquelético ya que aumenta la densidad ósea. Esta prevención debería empezar en la juventud y continuar a lo largo de toda la vida (Christensen, 1993).

f) Sistema endocrino.

La menarquía es el inicio de la pubertad y de la menstruación en las mujeres. En EEUU la media de edad está en los 12,8 años (Christensen, 1993), pero hay muchas diferencias de unos países a otros y hay muchos factores que influyen como: raza, alimentación, etc. Las chicas que empiezan a entrenar a una edad muy temprana experimentan un retraso en la menarquía. Las niñas entrenadas empiezan su menstruación entre 0,5 y 2,5 años más tarde que las no entrenadas. El tiempo de retraso parece estar relacionado con el número de años de entrenamiento antes de la menarquía. Por otra parte, no hay evidencia de que este retraso afecte negativamente a la menstruación más tardía o a la función reproductora.

El ciclo menstrual puede aumentar, deteriorar o no afectar el rendimiento. Aunque hay cambios asociados con la función menstrual que pueden afectar el rendimiento (incrementa el tamaño del pecho, incrementa el peso e incrementa la temperatura corporal en la ovulación), las investigaciones al respecto han proporcionado resultados conflictivos sobre los efectos. Para la mayoría de las

atletas la función menstrual ni aumenta ni disminuye el rendimiento. También se ha observado que las mujeres han ganado medallas olímpicas en todas las fases del ciclo menstrual, incluso durante la menstruación. Por otra parte también se ha visto que aunque las atletas informen que su rendimiento no es afectado por el ciclo, ellas interrumpen o reducen el entrenamiento durante su periodo menstrual. No hay que olvidar que los cambios físicos y mentales asociados con el ciclo menstrual varían enormemente de mujer a mujer y de ciclo a ciclo (Christensen, 1993)

El grupo de atletas que más importancia dan a la menstruación son las nadadoras, quienes se muestran más reacias que los otros grupos a entrenar durante la menstruación. Esto probablemente es el resultado de la interiorización de las antiguas creencias de que las mujeres no deben bañarse durante la menstruación (Ussher, 1991). Un estudio realizado por Astrand et al. (1963) con 27 nadadoras entre 12 y 16 años, analizaba los cambios de rendimiento ocurridos a lo largo del ciclo menstrual. Descubrió máximas de rendimiento durante la menstruación en una mujer, durante la semana siguiente a la menstruación en tres mujeres y ninguna variación en todo el ciclo en dieciséis mujeres. Todas las mujeres competían si un acontecimiento tenía lugar durante el periodo menstrual, sin embargo, 20 de las 27 no entrenaban normalmente durante la menstruación. Astrand sugiere que los factores psicológicos pueden ser responsables del efecto perjudicial que la menstruación tiene en el rendimiento. En una revisión de la investigación realizada sobre el rendimiento atlético, Elderlyi (1962) informó que del 42 al 48% de las mujeres no mostraban cambio alguno de rendimiento durante la fase menstrual, del 13 al 15% mostraban una mejora del rendimiento y el 33% mostraban un rendimiento inferior a su medida acostumbrada. Elderlyi atribuyó cualquier descenso de la eficacia a factores nerviosos y emocionales más que a cambios hormonales, declarando que las mujeres atletas padecen sentimientos de inferioridad que pueden impedirles competir a su nivel de rendimiento. Un estudio con 66 mujeres participantes en las Olimpiadas de Tokio, realizado por Zaharieva (1965), encontró que un 15% declaraba un descenso del rendimiento en la fase premenstrual y un 17% durante la menstruación. El 63% sentían que podían alcanzar su máxima forma en una competición durante la menstruación, mientras que el 26% estaban inseguras y mostraban una falta de confianza en sí

mismas. Había una notable diferencia entre la seguridad de las nadadoras y la de las jugadoras de balonvolea. Las de este último grupo tenían más confianza en sí mismas que las del primero. Las nadadoras entrenaban menos durante la menstruación que ningún otro grupo de atletas (Ussher, 1991). McFarland y Ross realizaron un estudio en 1985 sobre el estado de ánimo durante la menstruación. Encontraron que las mujeres que participaban en este estudio distorsionaban sus recuerdos del pasado afirmando que durante la menstruación su estado de ánimo se encontraba decaído y alterado (un registro anterior de cómo se sentían durante ese periodo mostraba que eso no era cierto). En este caso el resultado se explica porque las mujeres tienen asumida la creencia de que la menstruación produce trastornos no sólo físicos sino también psíquicos (Morales y Moya, 1996).

Cockerill et al. (1994) realizaron un estudio sobre la influencia del ciclo menstrual sobre la ejecución de una tarea motora. La ejecución de las mujeres sobre el seguimiento de la tarea no variaba significativamente entre las fases del ciclo menstrual. Las mujeres puntuaban peor en general que los hombres.

Aunque algunas evidencias sugieren que el ejercicio regular disminuye la incidencia de dismenorrea (periodo menstrual doloroso), muchas atletas informan que no hay cambios en la función menstrual mientras entrenan y/o compiten (Christensen, 1993).

También se ha estudiado la incidencia de oligomenorrea (periodos menstruales que ocurren cada 39 a 90 días) y amenorrea (el término se refiere a la falta de menstruación, ya sea la no aparición en una joven que ya debiera tenerla por su edad y desarrollo -amenorrea primaria-, o bien, que habiéndose instaurado, desaparece a intervalos o de forma prolongada por múltiples causas -amenorrea secundaria-; las causas podrían ser: pérdida de peso, tensión física y emocional, estrés, alteraciones menstruales anteriores, etc.). Boutilier y Sangiovanni (1985) declaran que entre un 15 y un 20% de las atletas han experimentado algún tipo de amenorrea. Las distintas investigaciones existentes no se ponen de acuerdo en su incidencia, esto puede ser debido a que han utilizado diferentes definiciones de los términos, sujetos de diferentes edades y atletas de diferentes deportes. En lo que sí hay bastante acuerdo es en que hay una alta incidencia de alteraciones menstruales

en atletas muy jóvenes, en atletas que entrenan muy intensamente, y en atletas cuyos deportes requieren un cuerpo excesivamente delgado (Wells, 1992).

Muchos factores han sido vinculados con la “amenorrea atlética” pero ninguno parece ser el principal causante de la misma. Se han identificado los siguientes factores que tienen que ver: bajo porcentaje de grasa corporal, irregularidades menstruales anteriores, desequilibrio hipotalámico, estrés psicológico, bajo peso, volumen e intensidad de entrenamiento y el ritmo al que se ha incrementado la intensidad y el volumen de ejercicio, edad de la menarquía, dieta baja en proteínas y estado nutricional (Estruch, 1992; Christensen, 1993). La incidencia de amenorrea tiende a ser más alta entre atletas que repentinamente incrementan el volumen y la intensidad del ejercicio durante el entrenamiento. Algunas mujeres pueden requerir la implicación de algunos factores para alterar la función menstrual, mientras que otras pueden desarrollar amenorrea con un factor solamente. La existencia de una variabilidad individual hace difícil el estudio de los desórdenes menstruales inducidos por el ejercicio y demuestra la necesidad de técnicas estrictas y bien controladas. Los primeros estudios no consideraban estos trastornos como un problema serio de salud, ya que cuando las mujeres disminuían su entrenamiento, ganaban peso y se regulaban sus funciones menstruales y no tenían problemas a la hora de embarazos. Pero en los años 80 se encontró que la densidad mineral de los huesos de atletas jóvenes con problemas de amenorrea era menor que los grupos control, esto es, tenían problemas de osteoporosis (Christensen, 1993). De Souza et al. (1994) han observado que las causas se pueden encontrar principalmente en factores nutricionales y del metabolismo energético, por lo que recomiendan que los esfuerzos en investigación deberán centrarse aquí.

Otro tipo de amenorrea es la menopausia que es el cese de la menstruación ya sea de forma natural o quirúrgica. Ocurre un descenso drástico en la circulación hormonal (particularmente estrógenos). Aunque la capacidad de ejercicio desciende con la edad (en parte debido a los cambios en los niveles de actividad), la menopausia en sí misma no perjudica la capacidad para el ejercicio. Las mujeres postmenopáusicas muestran la misma capacidad para mejorar las funciones físicas que las mujeres premenopáusicas de la misma edad. El ejercicio es recomendado

para las mujeres postmenopáusicas como un factor importante en la prevención de la osteoporosis, además, es importante para la prevención de la pérdida de las funciones fisiológicas a menudo asociadas con la edad, particularmente la fuerza, que puede deteriorar las actividades de la vida diaria para muchas personas de edad mayor.

g) Embarazo.

Un capítulo especial merecería el tema del embarazo en las mujeres deportistas. Parece que las mujeres embarazadas pueden ejercitar y mejorar su forma física con poco riesgo para ellas mismas y para el feto. Pero se deben tener en cuenta algunas precauciones: si el embarazo es de alto riesgo o complicado el ejercicio debería ser evitado y la mujer debe informar a su obstetra sobre su interés por practicar ejercicio y preguntar si es contradictorio. Hay acuerdo general en que el ejercicio debería ser de baja a moderada intensidad (no requiriendo altos niveles de oxígeno o glucosa) y de relativamente corta duración (así la temperatura corporal no se elevará por largos periodos de tiempo). Pero no hay acuerdo acerca de cómo de moderado debería ser el ejercicio y durante cuánto tiempo se debería practicar (Christensen, 1993; Carreras et al., 1995).

Los cambios en el sistema cardiovascular se producen pronto en el embarazo para hacer frente a las demandas crecientes del útero y la placenta de más sangre y oxígeno. En el embarazo, la mujer está oxigenando la sangre del feto al igual que la suya propia, de modo que el corazón trabaja más duramente. Tanto el embarazo como la mejora de la forma física aumentan el volumen de la sangre. Sin embargo, el embarazo aumenta la frecuencia cardíaca en reposo mientras que la mejora de la forma física disminuye la frecuencia cardíaca en reposo. Esto quiere decir que la reserva cardíaca (frecuencia cardíaca máxima menos frecuencia cardíaca en reposo) en una mujer embarazada que está en buen estado físico se halla influenciada por factores contrarios.

Es importante tener en cuenta el aumento del peso corporal y el tipo de ejercicio cuando se consideran los costes de energía del ejercicio durante el

embarazo. El consumo suplementario de energía con el ejercicio que comporta el sostenimiento del peso está estrechamente relacionado con el aumento de peso del cuerpo. Por tanto, el coste aparente en energía del ejercicio, independientemente del aumento en el peso corporal, no se altera significativamente durante el embarazo. Se puede incluso decir que las actividades realizadas sosteniendo un mayor peso durante el embarazo, que requieren por tanto un mayor nivel de aporte de energía, puedan producir un efecto de entrenamiento. El aumento de la curvatura de la columna lumbar que se produce a medida que el útero se agranda produce un cambio en el centro de gravedad de la mujer. Esta debe inclinarse progresivamente más hacia atrás para compensar el gradual aumento de peso del útero y de su contenido. Esto tiene repercusiones importantes en la práctica deportiva y la ejecución de los ejercicios, dado que el centro de gravedad de una mujer cambiará con el crecimiento del feto. Se producirán también modificaciones en los modelos de movimiento y cambios en el equilibrio.

No se han realizado valoraciones directas sobre la capacidad de esfuerzo físico durante el embarazo. La frecuencia cardíaca durante la realización de un ejercicio submáximo muestra que la capacidad para el ejercicio se mantiene bien. Sin embargo, el peso extra arrastrado durante el embarazo se añade al esfuerzo del ejercicio, por lo tanto, la capacidad de esfuerzo aparente queda reducida en muchas actividades. Hay que tener en cuenta que la capacidad para el ejercicio queda afectada también por factores somáticos y psíquicos. La mayoría de las mujeres sienten que no pueden mantener los mismos niveles de esfuerzo que mantenían antes del embarazo.

Parece lógico esperar que un buen nivel de forma física capacita a una mujer para soportar mejor las tensiones del embarazo. Parece ser que la buena forma física influye más en el desarrollo adecuado del parto que en el peso, altura y características saludables del niño al nacer. La mayoría de los estudios indican que las mujeres deportistas tienen mayores posibilidades de tener embarazos normales que las mujeres sedentarias.

Las mujeres buceadoras japonesas y coreanas bucean para recoger perlas y comida a lo largo de todo el año. En invierno la temperatura del agua puede

descender hasta 10 grados centígrados. Se inician en esta profesión de pequeñas y frecuentemente continúan en ella hasta los 65 años de edad. Las gestaciones no interrumpen su trabajo. Una buceadora embarazada puede trabajar hasta el día de su parto y a partir de entonces amamantar a su bebé entre inmersiones. No existe evidencia de que las mujeres buceadoras tengan historiales ginecológicos y obstetras diferentes a los de las mujeres no buceadoras de su comunidad.

La posibilidad de lesión fetal directa ocasionada por trauma durante el ejercicio materno ha constituido una importante preocupación. La creencia de que las sacudidas y el traqueteo producidos cuando la madre corre pueden ser perjudiciales para el feto es descartada por la mayoría de los obstetras, los cuales señalan que el saco del líquido amniótico que rodea al feto hace la función de una almohada amortiguante. No hay evidencias que indiquen ninguna contraindicación para el ejercicio durante un embarazo normal. Aparentemente la madre y el feto están bien equipados para tolerar las reducciones en la reserva cardíaca o el flujo de sangre uterina experimentados durante el ejercicio.

Los programas de ejercicio para las mujeres embarazadas deberían ser individualizados y las mujeres habitualmente activas deberían continuar sus modelos normales de ejercicio y modificarlos a medida que el embarazo progresa. Hay que tener cuidado con el excesivo calor y la deshidratación. Se debe evitar la competición durante este periodo. Son preferibles los ejercicios rítmicos que facilitarán el retorno venoso al corazón, ya que la reserva cardíaca se reduce durante el embarazo y la sangre se acumula en las piernas.

Diversos trabajos han puesto de manifiesto una mejora en el rendimiento tras la maternidad, debido quizá a factores psicológicos (Estruch, 1992). Una encuesta realizada a 15 atletas de nivel internacional, que habían estado embarazadas muestra que cuatro de ellas renunciaron a las competiciones después del parto, seis establecieron nuevos récords mundiales y cinco mejoraron sus actuaciones anteriores. Al parecer, los requisitos físicos de la maternidad pueden incluso mejorar la actuación atlética. Miki Gorman ganó el maratón de Boston antes y después de ser madre.

Se cuentan muchas anécdotas sobre deportistas embarazadas como ocurrió en los Juegos Olímpicos de Melbourne (1956) donde tres ganadoras de medallas de oro estaban embarazadas. En 1952 una saltadora de trampolín embarazada ganó el tercer puesto. Algunas mujeres han completado un maratón en su octavo mes de embarazo. También existen ejemplos de mujeres que han conseguido medallas de oro después de haber tenido hijos, como en el caso de la corredora holandesa Fanny Biankerskoen y Andrea Mead Lawrence. Margaret Smith Court ganó tres torneos de tenis en 1973. Evonne Goolagong Cawley ganó un open de Australia y Wimbledon. Valerie Brisco ganó tres medallas de oro en atletismo en los Juegos Olímpicos de 1984. Evelyn Ashford hizo el mejor tiempo en los 100 metros en 1986. Ingrid Krismansen estableció récords en las carreras de 5000 y 10000 y en el maratón (Wells, 1992).

B) Razones históricas.

Como hemos visto anteriormente, la división sexual del trabajo dio lugar a una diferenciación bien clara de las actividades que debía realizar una mujer. Los historiadores establecen esta división cuando se produjo la aparición de la agricultura y las sociedades nómadas se hacen sedentarias. La mujer se dedica a tareas reproductivas, domésticas y de cuidado de la tierra y el hombre se encarga de intercambios comerciales, política y defensa del territorio. Llega un momento en que hombres y mujeres acaban especializándose en diferentes actividades, las cuales llegan a ser consideradas propias y específicas de cada uno. Y a esto hay que añadir que cada tipo de actividad desarrolla unos rasgos de personalidad, actitudes y comportamientos. Las prácticas deportivas competitivas, a lo largo de los diferentes momentos históricos y culturas, se presentan fuera del círculo doméstico, en espacios públicos, lo cual hace más difícil el acceso de las mujeres como participantes.

La concepción de actividad deportiva asociada al mundo masculino ha sido apoyada y reflejada por la ciencia, la religión, las artes, las leyes, la educación, la costumbre y la tradición. A lo largo de los siglos arrastramos una deuda en el terreno deportivo femenino y un potencial físico desactualizado y atrofiado que difícilmente

unas medidas gubernamentales pueden solventar, aunque es un paso importante sin el cual otros cambios no se iniciarían.

C) Razones educativas.

El modelo de educación física responde en bastantes casos a un modelo androcéntrico. El profesorado tiende inconscientemente a orientar a las niñas y a las jóvenes hacia actividades de tipo expresivo, de flexibilidad, de coordinación, etc., respondiendo a los estereotipos femeninos existentes. Los conocimientos, actitudes, valores y comportamientos del profesor parecen ser de gran importancia para el éxito o fracaso de la enseñanza mixta en la educación física (Alvarez, 1992).

Subirats (1991) desarrolla la hipótesis de que sigue existiendo discriminación en el sistema educativo, pero que esta discriminación no incide en los niveles de éxito escolar sino en el nivel de formación del género, devaluando la personalidad femenina de manera tal que las niñas interiorizan su papel secundario y su inseguridad en el mundo público (esto ocurre incluso en alumnas muy brillantes). Por esta razón su comportamiento posterior a la hora de enfrentarse a situaciones competitivas, ya sea en el mundo laboral o en el deportivo, responde a una infravaloración personal, a una inseguridad que hace que valoren menos sus logros de lo que lo hacen los muchachos y, por tanto, tiendan a abandonar.

En un estudio llevado a cabo por Nuñez y Loscertales (1995), sobre las conductas no verbales en el aula, observaron que los niños se levantaban más de la silla y, en general, se movían más que las niñas. Los niños corrían al entrar y al salir más que las niñas (aunque había menos diferencia entre ellos al salir). En cuanto al espacio ocupado por unos y otras, fue curioso observar que así como en el aula las niñas ocupaban la franja intermedia y los niños los sitios primeros y últimos, en el patio son los niños los que ocupaban las zonas centrales y las niñas las zonas periféricas. Tradicionalmente, los varones han ocupado un lugar privilegiado en los espacios públicos, mientras que en los espacios privados es la mujer la que ocupa el

lugar central. Como vemos en el colegio el patrón se repite. Estos mismos datos son compartidos por Vázquez (1991).

La participación de la mujer universitaria en el deporte es muy escasa. La mayoría piensan que al estudiar en la Universidad no pueden dedicar tiempo al deporte. Hay un desconocimiento generalizado sobre la oferta de actividades deportivas universitarias. No se informa suficientemente sobre las instalaciones y actividades deportivas, por lo que las instalaciones están infrautilizadas por parte de las mujeres. A pesar de estos datos, existe constancia evidente de la amplia y variada oferta deportiva en las universidades. La razón de su fracaso en cuanto a la práctica de las mujeres puede ser la mala enseñanza en la anterior etapa escolar y la falta de información (Peláez, 1992).

En palabras de Sheila Scraton: "Es necesario un nuevo programa de la educación física, orientado hacia la afirmación, la confianza, la salud, la buena forma física y la capacidad para desafiar las definiciones patriarcales de sumisión, pasividad, dependencia, etc." (Fasting, 1992).

La coeducación es algo más que tener a niños y niñas en el mismo aula, es tratar de transmitir, desde la infancia, el conocimiento de las diferencias reales entre hombres y mujeres y la necesidad de igualdad social. Para ello es primordial la toma de conciencia del profesorado. La coeducación supone: una intervención intencionada y explícita, afecta tanto al alumnado como al profesorado, parte de la aceptación del propio sexo y propicia una comunicación entre los sexos basada en el respeto mutuo (Nuñez y Loscertales, 1995).

D) Razones sociales.

El interés y la implicación de las mujeres en el deporte es el resultado del complejo proceso de socialización. Los procesos de socialización implican dinámicas complejas entre consideraciones psicológicas, sociales y culturales de aprendizaje y desarrollo. Estos procesos juegan un rol clave en la integración de

los individuos en la sociedad, transmitiendo valores y tradiciones culturales de una generación a la siguiente. Los procesos conectan a los individuos con la sociedad impartiendo importantes conocimientos que establecen lazos sociales entre los individuos. A través de la socialización los individuos aprenden a comportarse en concordancia con las expectativas de otros en el orden social. Este aprendizaje social es logrado a través de una red de creencias ideológicas que socialmente concuerdan con las expectativas sobre las conductas apropiadas, actitudes y valores en un amplio rango de situaciones (Greendorfer, 1993).

El proceso de socialización diferencial marca la participación deportiva de niños y niñas. Ambos tienen experiencias completamente distintas que comienzan desde muy temprano y que tienen que ver con las características que se asignan a cada sexo biológico, que se traducen en expectativas sociales de lo que se considera conductas apropiadas para cada sexo.

La socialización infantil a través de los juegos para niños y niñas prepara el camino a la división en los deportes. Así, los juegos basados en estrategias de oposición derivan hacia juegos de niños y los basados en la cooperación se convierten en juegos de niñas. En los juegos de niños se permite un cierto grado de violencia controlada y los de las niñas se basan en habilidades ligadas al estereotipo femenino como coordinación, ritmo, y son más estáticos. Asimismo, las mujeres tienden a elegir deportes practicados en su mayoría o en gran proporción por mujeres (Teoría del Aprendizaje Social), evitando de alguna manera el “conflicto de rol” y también porque las deportistas destacadas sirven como modelos de rol. De la misma manera los niños tienden a elegir deportes practicados en su mayoría por hombres y a rechazar deportes típicamente “femeninos” como: patinaje artístico, gimnasia rítmica, etc., por miedo a las bromas que puedan recibir. Así, los estereotipos se siguen reforzando (Puig, 1986; Vázquez, 1991).

La socialización deportiva es una continuación de la socialización del rol sexual, que para los chicos refuerza unas características, las cuales son desaprobadas para las chicas (Gregson y Colley, 1996). A esta idea de cómo se evalúa de diferente forma a las niñas y a los niños ante un comportamiento

idéntico, la autora Margit Eichler le llama la doble norma, la cual es definida como: "Todas las normas, prácticas y reglas que evalúan, recompensan y castigan comportamientos idénticos en mujeres y hombres de forma diferente... Esa doble norma está institucionalizada hasta tal punto que cualquiera de sus manifestaciones parece totalmente natural a las personas a las que afecte".

La socialización en el deporte, como una continuidad con la socialización dentro de rasgos conductuales masculinos tales como competitividad y liderazgo, está en conflicto con la socialización del rol sexual para las mujeres. Al parecer, esta incompatibilidad percibida entre feminidad y la participación deportiva llega a ser particularmente aguda en la adolescencia, cuando el estatus de las chicas llega a estar estrechamente vinculado a su feminidad (Engel, 1994).

Es difícil diferenciar las influencias sociológicas y psicológicas sobre las chicas y mujeres y su participación deportiva ya que están presentes e interactúan conjuntamente. Estas influencias están directamente relacionadas con los roles de género o las conductas que nuestra sociedad ha establecido como aceptables para las mujeres (Murray y Matheson, 1993).

En conclusión, las diferencias de género en las actitudes de los niños hacia el deporte son bastante fuertes y surgen en una edad muy temprana. Esas diferencias de género parecen ser una consecuencia más de la socialización del rol de género que de las diferencias aptitudinales "naturales" (Eccles y Harold, 1991).

E) Otros obstáculos.

a) El tiempo de la mujer.

El deporte de base está ligado al concepto de ocio. Existen estudios que constatan una menor disposición de tiempo libre en las mujeres que en los hombres, así como una fragmentación de ese tiempo libre en las mujeres (Alvarez, 1992).

Si analizamos la historia de las mujeres en diferentes épocas, vemos como un gran sector de la población femenina (campesinas, obreras, etc.) han desempeñado siempre una doble labor: productiva y reproductiva, pero el concepto del tiempo es diferente antes de la Revolución Industrial y después. Antes existía un ritmo marcado por un tiempo de la naturaleza y la mujer compaginaba ambas tareas, cada una a su debido tiempo. Sin embargo, con el trabajo en las fábricas se impuso un horario de reloj y, por tanto, una nueva disciplina. A partir de este momento, el tiempo del trabajo productivo, "profesional" y pagado, se considera el tiempo central y rígido en torno al cual se organizan los demás tiempos. En oposición está el trabajo reproductivo, no remunerado, que incluye el trabajo doméstico y el trabajo de cuidado de las personas.

El horario reglamentado de trabajo en los últimos años en España ha sido de ocho horas diarias, distribuidas en las horas centrales del día, mañana y tarde y de lunes a viernes. Este modelo tradicional de organización del tiempo, fruto del desarrollo industrial, ha dado lugar a la homologación de los horarios de trabajo para todas las personas, y por tanto, horarios de reposo y de tiempo libre.

La experiencia del tiempo, tanto del tiempo cotidiano, como del tiempo del curso de la vida, es diferente entre mujeres y hombres. En la evaluación que las personas hacen de la cantidad de tiempo libre de que disponen podemos apreciar, según estudio realizado por Prats y cols. (1995), que las mujeres disponen de menos tiempo libre que los hombres, ya que, a pesar de su menor presencia en el mercado de trabajo, siempre arrastran la carga del trabajo doméstico. Asimismo, al llegar a la jubilación, el trabajo doméstico sigue presente como una carga casi exclusivamente femenina. La cantidad de tiempo libre disponible es mayor entre la gente más joven, disminuye en las edades centrales y tiende a crecer a partir de los 55 años, coincidiendo con la salida del mercado de trabajo.

En el citado estudio, una buena proporción de mujeres manifiesta la necesidad de disponer de más tiempo libre, pero puntualizando que no se trata de necesitar más horas, sino de poder disponer del tiempo que ya tienen distribuido de otra manera, menos fraccionado, a fin de poder utilizarlo en lo que se desee, es decir, poder sacarle una rentabilidad mayor. El tiempo libre y el tiempo de trabajo

doméstico están muy interrelacionados y con frecuencia se ceden o se roban horas mutuamente. (Prats y cols., 1995).

M. García Ferrando, encontró que la mayoría de las personas que hacen deporte alegan el motivo de estar en forma. Como hemos expresado anteriormente, diversos autores (Marin, 1988; Klein, 1988 y Talbol, 1988) observaron que este concepto es diferente para hombres y para mujeres. Los hombres relacionan el estar en forma con una mayor capacidad para la acción, mientras que las mujeres lo conciben más como una mejora de la apariencia física, incluso un incremento de la capacidad de seducción.

La mujer vive en función de las necesidades de los demás (padres, esposo, hijos) y esto le impide vivir en función de ella misma. Esto es lo que ha impedido a la mujer lo que se ha llamado la experiencia corporal propia gratuita, es decir, aquella experiencia corporal relacionada con la satisfacción puramente del movimiento y del derroche de energía que empieza y termina en el propio individuo que la realiza. Este tipo de experiencia se le ha limitado a la mujer desde pequeña, la satisfacción del movimiento, por ello no es extraño que en la edad adulta no muestre interés por el deporte (García Ferrando, 1990).

Por otra parte, los espacios asignados a la mujer han sido los privados, es decir, el hogar, tiendas, mercados, etc., mientras que los espacios públicos de producción y ocio son reservados a los hombres. El deporte se concibe como una actividad pública y esto ha sido un obstáculo para la práctica de actividades deportivo-recreativas por parte de las mujeres, ya que se suelen realizar al aire libre. Esto quizá explique el hecho de que las mujeres prefieran los gimnasios en lugar de los campos o canchas, más preferidos por los hombres (Buñuel, 1992).

El deporte practicado de forma regular proporciona unos beneficios muy saludables como por ejemplo: provoca alteraciones neurofísicas y bioquímicas que reequilibran las formas de expresión pasiva, mejora el sentimiento de dominio personal y bienestar, subsana los estados de depresión y nerviosismo, mejora la vitalidad y estética del cuerpo, previene las enfermedades cardiovasculares, la obesidad y alteraciones psicológicas derivadas, asimismo se ha visto que incrementa

la autoestima entre los desempleados. Todos estos beneficios son de carácter compensatorio, es decir, contrarrestan determinadas insatisfacciones, cansancio y frustraciones de la vida diaria proporcionando un nuevo equilibrio. Codina (1991) opina que la práctica de deporte con esta finalidad, es decir, con carácter compensador no puede considerarse como tiempo libre para la persona.

b) Ocupaciones y esferas.

Deportistas

Llegar a ser un deportista profesional supone superar muchos obstáculos. Para las mujeres esas dificultades aumentan aun más debido al proceso de socialización al que han sido sometidas, cuya direccionalidad es totalmente opuesta a las exigencias del deporte competitivo (Adedeji, 1982; Mayo, 1992 y Buceta, 1992). Mayo (1992) agrupa la problemática de la joven, que decide dedicarse al deporte por encima de todo, en torno a cuatro áreas: familia, trabajo-estudio, club y medios de comunicación.

En muchos casos el abandono de la casa de los padres es obligatorio para trasladarse a otra ciudad que disponga de los medios y la infraestructura necesaria para los entrenamientos. Esto supone un costo emocional para la joven. En el caso en el que permanezca en el hogar familiar es necesario que reciba el apoyo necesario tanto a nivel emocional y afectivo como en cuanto a dieta adecuada, descanso necesario, etc. Esto no siempre ocurre así. Pocas mujeres casadas llegan al deporte de alto nivel y las pocas que llegan tienen que afrontar además las responsabilidades familiares y el trabajo de casa que incluso aumenta, por ejemplo, el lavado de ropa es superior al de otra familia cualquiera y en cuanto a la dieta, esto es un aspecto muy importante en el deporte y supone dedicar tiempo en tareas de compra y cocina.

En la mayoría de los casos la mujer no cuenta con ayudas para dedicarse exclusivamente al deporte, por lo que tienen que trabajar o estudiar para labrarse otro porvenir paralelo. En ambos casos, tanto si trabaja como si estudia, se ve obligada a

llegar tarde y a faltar debido a competiciones, entrenamientos, fisioterapeuta, etc., lo cual supone una merma en el rendimiento tanto deportivo como laboral.

Los clubes son asociaciones que no suelen contar con muchos medios de financiación y a veces no pagan o pagan tarde y es frecuente que durante los meses de vacaciones no paguen. En la mayoría de los casos no cuentan con médicos deportivos, fisioterapeutas y masajistas, por lo que en caso de lesiones, éstas son atendidas fuera del ámbito deportivo y se recuperan mal debido a la urgencia de una recuperación rápida para poder competir, de manera que se suelen producir problemas crónicos que acortan la vida y la calidad deportiva de las mujeres.

Las empresas patrocinadoras invierten en deporte gracias a la rentabilidad publicitaria que les va a suponer. El deporte femenino es considerado menos interesante y espectacular que el masculino, por lo que apenas aparece en los medios de masas como la televisión y por lo tanto los empresarios no consideran rentable invertir en él.

Entrenadoras

Una característica común en las mujeres entrenadoras es el esfuerzo para minimizar o hacer invisible su estatus minoritario y acentuar su ejecución. Todo ello en el esfuerzo por alcanzar una identidad como miembro competente de la comunidad. El desafío de las mujeres entrenadoras es demostrar su competencia, al mismo tiempo minimizando la desventaja de su visibilidad aumentada. Estos esfuerzos están continuamente socavados por el género en el deporte. La realidad es que la mayoría de los entrenadores son hombres y muchas de las mujeres entrenadoras trabajan con atletas que previamente no han sido entrenados por una mujer (Theberge, 1993).

La baja proporción de mujeres entrenadoras supone una falta de modelos de rol visibles para las mujeres en el deporte. Las profesoras de educación física y las entrenadoras tienen una influencia sobre las mujeres atletas que va más allá de los aspectos técnicos de entrenamiento. La posición de entrenador dota a la persona de un aura de poder, prestigio y estatus así como una visibilidad en la toma de

decisiones. La ausencia de mujeres de tales posiciones puede reforzar la estereotipia de género tradicionalmente asociada con el mundo deportivo y de la mujer en general. Esta ausencia puede significar no sólo que hay menos mujeres que hombres que consideran el entrenamiento como una carrera, sino que también hay menos mujeres que tendrán la posibilidad de continuar su implicación deportiva una vez que haya finalizado su propia participación atlética.

Oportunidad, poder y proporción son aspectos que diferencian y separan a hombres y mujeres en puestos laborales como el de entrenador. Estos aspectos no son entidades estáticas independientes sino que son fuerzas dinámicas interactuantes. Por ejemplo, un incremento en el acceso al poder de una persona puede aumentar sus oportunidades, un incremento en la proporción de mujeres puede crear más posiciones para mujeres (Knoppers, 1994).

Puestos administrativos.

Las mujeres también están ausentes de las posiciones administrativas de alto nivel que es donde se determinan las políticas y se toman las decisiones sobre el deporte a nivel mundial. De los 167 presidentes de los Comités Olímpicos Nacionales del Mundo, sólo seis eran mujeres en 1992 y sólo cinco eran secretarías generales. Como miembros del Comité Olímpico Internacional, de los 94 miembros sólo 7 eran mujeres y antes de 1981 no había ninguna. El presidente Juan Antonio Samaranch ha sido un fuerte defensor de la participación femenina en el movimiento olímpico (DeFrantz, 1993).

Servicios de consultoría y psicología del deporte.

Yambor y Connelly (1991) realizaron un estudio con mujeres consultoras y psicólogas del deporte que trabajaban con atletas, estudiantes deportistas y entrenadoras. Encontraron que en la relación mujer psicóloga – hombre cliente prevalecen un número de actitudes y estereotipos que pueden presentar obstáculos al éxito de este tipo de servicio. Como en tantos otros campos que tradicionalmente han sido considerados de dominio masculino, la mujer tiene que hacer esfuerzos muy superiores al hombre para conseguir un resultado similar y poder presentar

credenciales que prueben que ellas son conocedoras y competentes en esta área. La mujer se ve obligada a demostrar continuamente su efectividad y para ello necesita grandes dosis de confianza. Por otra parte, cualquier error es mucho más visible que si lo comete un profesional varón en el mismo campo. A pesar de estas dificultades, las autoras animan a otras mujeres a que sean conscientes de todo esto y que se preparen para cortar con esta cadena y se dediquen ellas mismas a conseguir la excelencia en el área.

c) Tratamiento de los Medios de Comunicación.

La evidencia demuestra que los deportes de mujeres están infrarrepresentados y que lo que se ofrece en los medios es inferior a lo ofrecido sobre el deporte masculino (Sabo et al., 1992; Duncan et al., 1994; Alexander, 1994; Birrell y Theberge, 1994). Los medios de comunicación, por tanto, contribuyen a fomentar el estereotipo del deporte como ámbito masculino, lo que aporta a los jóvenes más modelos sociales con los que identificarse que a las jóvenes (Alvarez, 1992).

El deporte masculino es tratado como importante por los medios de comunicación, mientras que los logros femeninos son a menudo trivializados. Alexander (1994) llevó a cabo un estudio sobre el deporte femenino en los medios de comunicación impresos en Inglaterra, con una representación de siete periódicos nacionales, durante la celebración de los Campeonatos del Mundo de Atletismo de 1991 y las Olimpiadas de 1992. Realizó un análisis cuantitativo en términos del número de líneas escritas, titulares y fotografías, concluyendo que existe un sesgo considerable de género que no puede ser justificable por el hecho de que hay mayor participación masculina y mayores éxitos, ya que es totalmente desproporcionado el tratamiento diferencial que hace la prensa. Este hecho tiene una serie de consecuencias. Por un lado, la transmisión de un mensaje a las mujeres atletas de que ellas no son tan importantes como los hombres atletas y que sus logros no son tan dignos de noticia. Por otro lado las jóvenes atletas no reciben modelos de rol como los jóvenes. Son necesarios modelos de rol que demuestren que es aceptable para las chicas la participación deportiva y que su éxito será

reconocido. Asimismo, las patrocinaciones y las facilidades preferentes de entrenamiento están muy relacionadas con los medios. El tratamiento de la información que hacen los medios sobre el deporte femenino, devaluando sus logros, repercute sobre el interés de la gente. Las empresas que patrocinan buscan que sus productos lleguen al mayor número de gente posible, si el deporte femenino no es noticia, lo lógico es que las mujeres deportistas reciban menos oportunidades de las grandes empresas.

En una revisión llevada a cabo por Birrell (1984) en EEUU encontró que la cobertura del deporte femenino en los periódicos es de un 15% del total de los artículos. Boutilier y Sangiovanni (1985) explican que el problema es mayor que la infrarrepresentación numérica ya que el mensaje que transmite es la imagen del deporte como un mundo masculino.

Según informa el WGWS (Working Group on Women in Sport), en un estudio realizado en 1985, el 2% de los reportajes deportivos en los principales periódicos de Australia estaba dedicado al deporte femenino. En 1984 el porcentaje era del 1,3%. En 1980 las fotografías de deporte masculino aparecían trece veces más a menudo que las de mujeres y en 1984 la proporción fue de doce veces más que las de mujeres (Bryson, 1994).

Birrell y Theberge (1994) establecen una serie de constantes que prevalecen en los medios de comunicación sin distinción de tipos ni de nacionalidades: 1) Una baja representación de las mujeres atletas en los medios. 2) La trivialización y marginalización de las mujeres atletas, es decir, las noticias deportivas femeninas aparecen muy aisladas y quitándoles importancia en comparación con los logros masculinos. A menudo las noticias que aparecen sobre las deportistas tienen más que ver con una crónica social que con el logro deportivo, el interés se suele centrar en su estado civil, quién es el novio o marido, etc. 3) Otra constante es la objetificación y sexualización de las mujeres atletas, esto es, a veces la indumentaria utilizada y ciertas posturas son enfocadas por los fotógrafos y las cámaras, dándoles un tratamiento más erótico que deportista. 4) La descripción de la implicación de las mujeres en el deporte como trágica y 5) La construcción de

las mujeres como atletas innaturales y de las mujeres atletas como mujeres innaturales.

d) Mitos y creencias.

En virtud de lo que acabamos de ver, podemos constatar la existencia de una serie de mitos y de creencias sobre el deporte femenino ampliamente extendidos, pero que son inexactos o erróneos. Entre ellos destacaremos los siguientes:

Creencias que tienen que ver con la debilidad física de las mujeres:

Los cuerpos de las mujeres son inferiores a los de los hombres porque ellas están más determinadas por su naturaleza física (menstruación, embarazo, cuidado de los hijos, etc.).

La menstruación debilita a la mujer.

Los cuerpos de las mujeres son más blandos, débiles y vulnerables a las lesiones que los de los hombres y por tanto necesitan ser protegidos.

El ejercicio enérgico tiene efectos potencialmente negativos sobre las funciones fisiológicas y psicológicas de las mujeres.

Las mujeres son pasivas y frágiles.

Los cuerpos de las mujeres no están capacitados para deportes que requieran contacto físico, particularmente aquellos que enfatizan el uso del propio potencial corporal para vencer al oponente.

Creencias que tienen que ver con la reproducción:

Las actividades de movimiento son útiles para las mujeres sólo cuando les ayudan a aumentar la salud, dando lugar a cuerpos potencialmente procreativos.

Las mujeres no deben hacer ejercicio cuando están embarazadas ni durante la menstruación.

La participación deportiva de las mujeres puede dañar sus órganos reproductores e inhabilitarlas para tener hijos, especialmente las actividades extenuantes.

Creencias relacionadas con la feminidad de las deportistas:

Las mujeres que participan y sobresalen en deportes que requieren contacto físico son masculinas o no son mujeres “de verdad”.

Las mujeres que participan en entrenamientos enérgicos se pondrán feas, abultarán sus músculos y perderán su feminidad.

La participación en ciertos deportes influirá en la preferencia sexual de una atleta, la apariencia masculina hace a las mujeres lesbianas. Las deportistas de elite son necesariamente lesbianas.

Las mujeres deportistas son algo perversas y antinaturales.

Creencias relacionadas con la moral y la estética:

No es apropiado para las mujeres participar en eventos en los cuales: el contacto corporal sea necesario para vencer al oponente, halla que vencer la resistencia de un objeto pesado utilizando la fuerza corporal y en los que el cuerpo se mueva en el espacio a través de largas distancias o por periodos prolongados de tiempo (Metheny, 1965).

Los deportes de contacto no son dignos de ninguna mujer que se respete a sí misma.

La participación femenina en el deporte es una anomalía social.

Creencias relacionadas con el interés por el deporte:

A las mujeres no les interesa el deporte.

El deporte es interesante sólo cuando es masculino.

Hoy podemos rebatir todas estas creencias falsas acerca de los peligros que supone la práctica deportiva en las mujeres. Como hemos visto anteriormente hay ciertas diferencias biológicas entre hombres y mujeres pero en ningún caso se puede hablar de inferioridad del cuerpo femenino ni de debilidad de éste. Las mujeres están demostrando que pueden practicar deportes que requieren contacto físico, grandes desplazamientos, levantar grandes pesos, deportes de riesgo y aventura, etc. El Comité Olímpico Internacional en cada temporada olímpica está incorporando programas femeninos de estos deportes, aunque de forma un poco lenta y con grandes dificultades. El estado de bienestar y de salud que proporciona la práctica deportiva afecta al organismo en su conjunto y no sólo al sistema reproductivo. Este sistema, como parte de un organismo puede verse favorecido con la práctica deportiva tanto en hombres como en mujeres. El ejercicio tiene efectos positivos sobre las funciones fisiológicas y psicológicas de hombres y mujeres. Como hemos visto también anteriormente la práctica deportiva no solo no perjudica la maternidad sino que se recomienda a las mujeres embarazadas la práctica de ejercicios que favorecerán su estado de salud y un parto sin problemas. Asimismo, la práctica deportiva durante la menstruación es totalmente recomendable. Los conceptos de feminidad y masculinidad no son algo estático sino que han ido cambiando a través del tiempo y de las diferentes culturas. Lo que en el siglo XIX podía ser considerado como poco femenino y, por tanto, nada atractivo, como por ejemplo, un cuerpo de mujer fuerte y bronceado; hoy este modelo aparece en las revistas de moda y de salud. Asimismo, en culturas orientales como es la cultura china, este mismo tipo de mujer está más relacionada con clase social baja que con feminidad o masculinidad. El interés sexual de una persona (tanto hombres como mujeres) no cambia por practicar un tipo de deporte u otro, eso es algo mucho más profundo y que tiene que ver con la propia identidad.

Al igual que hemos recogido de la bibliografía una serie de mitos sobre la mujer deportista, también hemos encontrado una serie de respuestas y argumentos en contra de esas creencias falsas:

Los estudios muestran que hay pocas limitaciones significativas a la participación general de las mujeres en el deporte, desvaneciéndose así muchos de

los mitos sobre las habilidades físicas de las mujeres. Es una cuestión cultural más que “natural” (Boutilier y Sangiovanni, 1985). El mito de la fragilidad femenina proporciona una justificación ideológica para la continua exclusión de las mujeres de las demandas físicas y ocupaciones peligrosas o arriesgadas. Un cambio significativo en la cobertura de los medios de los deportes de mujeres podría proporcionar un asalto frontal al mito de la fragilidad (Theberge y Cronk, 1994).

El útero y los ovarios son internos y están bien protegidos, mientras que los testículos son externos y bastante vulnerables al daño, por lo tanto, existe más riesgo de daño en los órganos reproductores masculinos que en los femeninos como consecuencia de lesiones y golpes en el deporte (Christensen, 1993).

La creencia de que la participación en ciertos deportes influirá en la preferencia sexual de un atleta puede dar lugar a descensos en el auto-concepto y la auto-estima tanto para atletas heterosexuales como homosexuales. La aceptación de los demás como individuos primero y después como atletas ayudará a aliviar los prejuicios (Murray y Matheson, 1993)

El argumento de que a las mujeres no les interesa el deporte no se sostiene ya que cada vez es mayor la participación de las mujeres de todas las edades y especialmente está aumentando la implicación de las amas de casa en programas de actividad física para mejorar la salud y el bienestar psíquico (Blanchard y Cheska, 1986; Durán, 1987).

Las hazañas de atletas destacadas en la primera mitad de siglo tales como Mildred “Babe” Didrikson de EEUU y Fanny Blankers-Koen de Países Bajos hicieron desvanecer en gran parte el mito de la fisicalidad limitada femenina. “Babe” Didrikson fue aclamada en EEUU como “la mujer atleta más importante de los años 20” por su habilidad en batir récords en los eventos de atletismo. Y Fanny Blankers-Koen demostró que la habilidad suprema atlética no es incompatible con la imagen popular de feminidad y maternidad. Entre 1938 y 1948 batió siete récords del mundo en cinco eventos atléticos diferentes, ganó cuatro medallas de oro en los Juegos Olímpicos de Londres en 1948 y después logró dos récords del Mundo adicionales en dos eventos diferentes. Ella consiguió estos destacados

logros mientras tenía y aumentaba una familia. En las Olimpiadas de 1948 tenía 30 años y estaba embarazada de tres meses.

Como veremos a continuación, en China hay una ausencia de los prejuicios profundamente asentados con respecto al género que han sido comunes en el desarrollo histórico occidental, centrados en la noción de que el deporte es “dominio masculino”. Las mujeres chinas están, de esta manera, desafiando los presupuestos culturales sobre la conducta que está directamente relacionada con la composición biológica y demostrando que muchas de las características masculinas y femeninas que se han dado por supuestas por la ideología dominante de la sociedad occidental, están determinadas por la costumbre social más que por los genes. Esto no quiere decir que la creencia china de que la habilidad de los corredores para correr más rápido que las corredoras no tenga componente genético. Mas bien hay una firme convicción de que la desventaja biológica de las mujeres en la ejecución física puede ser compensada por las superiores habilidades de trabajo duro, disciplina y resistencia condicionados socialmente.

El caso de las deportistas chinas. Un desafío a las creencias occidentales sobre el deporte femenino.

La ejecución de las atletas chinas de élite en los 90 no ha tenido precedente en la historia del deporte. No sólo han dado un gran avance en el oscuro mundo de los campeonatos y han batido récords sino que también han sobrepasado la ejecución de sus compatriotas masculinos en el deporte internacional.

En la modalidad deportiva de carreras, en el espacio de un año, 1993, las mujeres chinas ganaron tres títulos mundiales, tres récords junior y tres récords del mundo, corrieron los cuatro maratones más rápidos del mundo y cubrieron las cuatro primeras plazas de la Copa del Mundo de Maratón. En natación, las mujeres chinas no ganaron medallas de oro en las Olimpiadas de 1988, se llevaron cuatro

medallas de oro en los campeonatos del mundo de 1991 y en las Olimpiadas de 1992 y en 1994 triplicaron el total. Esto nos da una idea del rápido progreso que están ganando las mujeres chinas en el ranking del mundo.

Desafortunadamente el florecimiento ha sido arruinado por el escándalo de las drogas que ha envuelto a las deportistas chinas. Estos balances no sólo hacen dudar de los logros deportivos sino que ponen en cuestión la validez de los récords y el estatus de China como una nación deportiva del mundo.

A finales de 1991, el año en que la Unión Soviética se desintegraba, cuatro principales entrenadores de natación de Alemania del Este publicaron una declaración confesando un extenso uso de esteroides anabólicos entre sus nadadores en los años 70 y 80. Y un gran flujo de evidencia ha emergido, particularmente de la anterior Unión Soviética y Alemania del Este, de administración de drogas controladas por el estado. Es ahora conocido que tras la unificación de Alemania un gran número de doctores y entrenadores del deporte de Alemania del Este se fueron a trabajar a China.

Aunque es verdad que las drogas fueron utilizadas en los países del Este de Europa y ahora están siendo utilizadas en China, lo mismo es también verdad en los países occidentales. Sea cual sea la política ideológica, el listón en la competición internacional es muy alto. Hoy en el deporte internacional hay implacables presiones sobre los atletas por parte de entrenadores, patrocinadores, el público e incluso los gobiernos. Ciertos países con pocos logros sociales, económicos o científicos, o países que desean demostrar la superioridad de su sistema socio-político utilizan el deporte para realzar su prestigio. La promoción del deporte ha llegado a ser un asunto político principalmente y si se cree que el éxito es posible a través del uso de drogas, entonces se utilizan. Es posible que en algunos países los atletas, entrenadores o médicos sean obligados a utilizarlos, incluso aunque ellos no crean en la ética del procedimiento del doping.

Donde otros canales han sido cerrados, el éxito en el deporte parece haber ayudado a países como: Cuba, la Unión Soviética y Alemania del Este a alcanzar una medida de reconocimiento y prestigio internacionalmente. China ha heredado

la estructura deportiva soviética con sus entrenadores profesionales, la medicina y la ciencia del deporte. Los principales clubes deportivos patrocinados y financiados por las fuerzas armadas y de seguridad, el sistema de clasificación deportivo y las escuelas residenciales. Pero China mejoró el sistema aumentando el número de residencias y de entrenadores y las horas de entrenamiento diario. Los deportistas están distribuidos en centros deportivos provinciales de equipos, en residencias deportivas y en escuelas libres de elite. Todos entrenando con alojamiento y pensión completa gratis.

Fuera del deporte competitivo, las mujeres chinas también están demostrando considerable resistencia y habilidad para, por ejemplo, escalar el Monte Everest y cruzar uno de los desiertos más extensos y peligrosos del mundo, el Taklakan de Xinjiang, el primero explorado por mujeres. Esta rápida emergencia de la mujer china como una fuerza dominante en tal amplio rango de deportes, cerebral y muscular, lleva a una cantidad de preguntas tales como: ¿Cómo han superado las mujeres chinas muchos de los obstáculos a los que se han enfrentado las mujeres occidentales en el deporte?. ¿Cuál es la motivación del gobierno por la aparentemente priorización del deporte de las mujeres?. ¿Cómo ha sido alcanzado el éxito y a qué precio?

El entrenador de natación Chen Yunpeng dijo que los destacados logros hechos por las mujeres atletas han estimulado a las autoridades deportivas chinas para canalizar más fondos y recursos humanos hacia los eventos de mujeres que a los de hombres, resultando en una amplia participación y un mayor nivel técnico entre las mujeres. Esta es la versión oficial que justifica el mayor apoyo al deporte femenino. Por otra parte, también se ha defendido con frecuencia el hecho de que estas deportistas son chinas en primer lugar y mujeres en segundo. Su identidad china es vista como más importante que su identidad de género. Esto es un fenómeno rígido y diferente a la dicotomía hombre – mujer que impregna a las naciones occidentales, pero es cercano a la situación en el deporte de Europa del Este y Cuba.

También existen unos antecedentes históricos y sociales. En contraste con la experiencia histórica occidental que, desde la Grecia Antigua hasta los tiempos

recientes, ha mirado más el deporte como dominio masculino, en China las artes marciales (la principal forma de deporte indígena que sobrevive hasta hoy) no han sido dominio exclusivo del hombre joven viril. La figura de la mujer guerrera ha existido a lo largo de los siglos y es una característica de las novelas de artes marciales y otros textos literarios y óperas. Hay evidencia de que en la Dinastía Song (960-1279 d. C.) una forma de fútbol llegó a ser más popular que nunca entre las mujeres, con los pies atados, extendiéndose desde los asistentes de la corte hasta el público general. La lucha practicada tanto por hombres como por mujeres fue un entretenimiento popular de la corte y las mujeres de alto nivel llegaron a ser muy famosas.

Esta implicación tradicional de las mujeres en los deportes de combate ayudó a mantener el rol activo de la mujer de cara a la introducción de los deportes occidentales con su sesgo masculino durante la colonización de China y el periodo republicano (1912-1949). Los deportes occidentales fueron introducidos en China a través de las escuelas occidentales y especialmente por los YMCA. El sesgo occidental contra la mujer en los deportes se reflejó en la limitada participación de las mujeres chinas y éstas no fueron incluidas en los Juegos Deportivos Nacionales organizados por los occidentales desde 1910 hasta 1944. Sin embargo, cuando los chinos se hicieron paulatinamente con la organización de los Juegos, la situación cambió. Así, los 3^{os} Juegos Nacionales en 1924 (periodo republicano) contenían tres exhibiciones deportivas para mujeres y en los 4^{os} Juegos Nacionales en 1930 añadieron cuatro deportes para mujeres (atletismo, voleibol, baloncesto y tenis). Las mujeres también participaron en el 2^o Festival de Artes Marciales de 1932 y en los 7^{os} Juegos Nacionales en 1948.

Está claro que las mujeres no sólo han tenido una implicación largamente aceptada en el deporte en China, sino que también ellas han tenido la posibilidad de practicar deportes de combate como: lucha, boxeo y otras formas de combate con armas, con aparición oficial y aprobación masculina. Igualmente, ha habido una buena acogida en China al bodybuilding femenino. Como Susan Brownell escribe: “En China una mujer que juegue al fútbol puede ser considerada vulgar pero nunca marimacho”.

Desde la Dinastía Song (960 d.C.) la educación de la elite china poco a poco enfatizó la mente a expensas del cuerpo. Partiendo de esto, los deportes tendieron a ser marginalizados en la educación de la clase imperante. En la Dinastía Qing (1644-1911) los escolares pasaron gran parte de sus vidas memorizando una vasta suma de conocimientos con el fin de pasar el Examen Imperial y subir de escala social. A mediados del siglo XIX la situación china difería marcadamente de la de Europa Occidental, especialmente de Gran Bretaña, donde el carácter deportivo fue una parte integral de la educación en los muchachos de clase media y alta. La influencia de esta concepción histórica del deporte en China persiste todavía hoy en la conciencia popular. Como resultado de ello el deporte es todavía ampliamente visto como una actividad perteneciente sólo a las clases bajas, del pueblo sin educación y, por tanto, encaja perfectamente como ocupación aceptable para las mujeres. Un significativo número de atletas mujeres de elite son de familias rurales y de bajo nivel educativo, en contraste con EEUU, Europa Occidental e incluso Japón. Para las deportistas chinas el deporte es un canal abierto al avance social y material.

Hay que tener presente que China es un país en desarrollo. Sólo el 1,8% de la población ha recibido educación superior en 1987 y sólo el 33% de ellos son mujeres, 230 millones son iletrados, de los cuales el 70% son mujeres. Por otra parte, la esperanza de vida de la mujer ha aumentado de 35 años en 1950 a 71 en 1991 (76 en Beijing). Dadas las actitudes populares hacia el deporte y la posición educacional más baja de las mujeres, es menos probable que los hombres se dediquen a una actividad relativamente poco importante para ellos.

Veamos otro aspecto importante. De los 1200 millones de personas que hay en China, el 80% viven en el campo y más de la mitad de la población rural son mujeres (unas 550 millones). Hay ciertas características de la mujer rural en China que las predispone al deporte. Por un lado, como ya hemos dicho, el deporte ha sido tradicionalmente visto como un pasatiempo de clase baja y por tanto abierto a la mujer, especialmente a las campesinas en la histórica jerarquía de la sociedad dominada por los hombres. Por otro lado, la naturaleza de la labor campesina requiere un físico fuerte y una dureza mental que son afines a las cualidades que requiere el entrenamiento deportivo. Además, es un país comunista que

ideológicamente ha glorificado la labor manual y a los trabajadores, la noción de una mujer fuerte, dura, muscular ha sido aprobada oficialmente y propagada como estereotipo ideal que ha reforzado el estereotipo tradicional descrito anteriormente. Las mujeres son también más obedientes y disciplinadas que los hombres. Sin embargo, la versión oficial prefiere resaltar la ausencia de la polarización occidental entre la mujer débil y el hombre fuerte. Pero no existe igualdad de oportunidades más allá del deporte. Incluso en el deporte la mayoría de las posiciones importantes de administración y entrenamiento son llevadas por hombres.

El entrenador Ma Junren fue presionado para conseguir con los deportistas varones lo que había conseguido con las mujeres y tomó en 1994 a un grupo de atletas. El experimento duró unos dos meses, al cabo de los cuales los deportistas abandonaron alegando haber tenido una discusión sobre dinero. Este entrenador trabaja deliberadamente con mujeres del campo, honestas, obedientes y trabajadoras. Su más destacada protegida, Wang Junxia, la titular de los récords del mundo desde los 1.500 metros hasta los 10.000 y receptora del trofeo Jesse Owens en 1994, el mayor honor atlético del mundo, nació en un pueblo, hija de campesinos pobres y decía que tenía que correr 16 kilómetros todos los días para ir al colegio y volver. Durante el entrenamiento con Ma, ella y otras mujeres atletas tenían que correr 220 kilómetros a la semana o casi un maratón al día, a veces ella tenía que correr 170 kilómetros en cuatro días. Algunos críticos chinos acusaron a Ma de “crueldad e inhumanidad”. Era intolerante ante la más ligera desviación del estricto régimen que suponía no tener novio, no poder arreglarse y llevar el pelo rapado. En una ocasión llegó a decir que guardarán al hermano muerto de Wang en un accidente de coche y aplazarán el funeral durante algunas semanas hasta después de los campeonatos de los cuales ella tenía que competir. Dijo lo mismo cuando murió el padre de otra corredora. Un estricto régimen existe también para las nadadoras, quienes informaron al periódico *Le Monde* cómo entrenaban y competían 364 días al año, con dos horas diarias de gimnasia de calentamiento seguidas de seis horas en la piscina. Nada de televisión, tiempo libre, novios, ni derecho a visitar a sus familiares durante los entrenamientos, incluso en vacaciones. Yang Aihua (nadadora de 400 ms. estilo libre) con 16 años campeona del mundo declaró nadar 120 kilómetros a la semana.

El espíritu de obediencia y aptitudes condicionadas socialmente para el duro trabajo y la resistencia han sido reforzados por la tradición filosófica del Confucionismo. Se esperaba que las mujeres fueran obedientes al hombre (padre, marido, hijo) y ser humildes, sumisas y respetuosas. A pesar del intento de las autoridades comunistas por eliminar estas actitudes, el Confucionismo continúa teniendo un impacto sustancial sobre las atletas chinas para aguantar increíbles cargas de entrenamientos, aventajando, de esta manera, a los hombres.

Sin embargo, los tiempos están cambiando. La apertura del país al mercado, a la televisión y a otros medios de comunicación de la cultura occidental, la moda de las mujeres y otros estímulos están claramente contribuyendo a una reformulación del género y del rol de la mujer en la sociedad, especialmente en los centros urbanos. El consumismo y el placer están arriesgando el sistema de valores dominante y está aumentando el número de mujeres que son económicamente independientes de los hombres. Estos procesos se están reflejando en el deporte. Un ejemplo es que a finales de 1994, 16 de las 19 atletas que entrenaba Ma Junren abandonaron los entrenamientos, como Wang Junxia dijo: "... La presión fue demasiado grande..."

El factor principal que ha facilitado el progreso de la mujer china en el deporte tiene que ser buscado en varios elementos intrínsecos a la sociedad china y formado por actitudes hacia el deporte y la mujer condicionadas históricamente que difieren marcadamente de aquellas que han formado los valores dominantes del deporte en la sociedad occidental, al menos desde la Antigua Grecia. Tales factores incluyen la implicación largamente mantenida de la mujer en las artes marciales, la visión general del deporte como una actividad de clase social baja, la procedencia rural de muchas mujeres deportistas y la influencia de la filosofía Confucionista que ha inculcado en la mujer la obediencia, sacrificio, disciplina, humildad y respeto a los hombres. También hay que destacar la ideología socialista de igualdad de oportunidades para la mujer en el periodo dominado por Mao.

La rápida transformación social y económica que ha abierto a China desde principios de los 80 a la influencia penetrante de los valores de mercado y el

consumismo occidental está socavando las actitudes tradicionalistas, las filosofías (Confucionismo, Taoísmo y Budismo) y las instituciones. Esta tendencia es probable que crezca más fuertemente y que dé lugar a una mayor independencia económica en las mujeres, que erosione el patriotismo y la lealtad hacia la sociedad china. Es también probable que las mujeres rechacen el tipo de entrenamiento llevado por Ma Junren (Riordan y Jinxia, 1996).

Conclusiones.

Hay dos dimensiones fundamentales que subyacen a la hegemonía masculina en el deporte. La primera vincula la masculinidad con las habilidades altamente valoradas y visibles y la segunda vincula la masculinidad con el uso positivamente sancionado de la agresión/fuerza/violencia. Las actividades deportivas en las cuales las mujeres tienen predominio tales como patinaje sobre hielo y gimnasia son tratadas como diferentes de los deportes “reales” como son definidos los de interés masculino (Bryson, 1994).

Veamos una serie de indicadores que muestran cómo el deporte es todavía un dominio masculino a pesar de los cambios rápidos que están ocurriendo en nuestra sociedad:

- Se aprecian diferencias significativas de género en la proporción de participación.
- Predominio de hombres en la organización, entrenamiento y administración del deporte.
- Exclusión relativa de las mujeres de una actividad que es culturalmente valorada y públicamente apoyada. La baja representación de las mujeres en el deporte es un ejemplo de su desigual acceso a los recursos valorados de nuestra sociedad.
- Cantidad y calidad de la cobertura de los medios de comunicación del deporte femenino (Theberge, 1994).

Birrell y Richter (1987, 1994) establecen una serie de características que prevalecen en el deporte actual: énfasis por ganar en los procesos de juego y diversión; naturaleza jerárquica del deporte, simbolizada por la relación tradicional de poder entre jugador y entrenador; elitismo basado en la destreza; exclusividad representada por el sexismo, racismo, clasismo, heterosexismo, edad, talla, etc.; la desacreditación de los oponentes que enajena a los jugadores unos frente a otros y, por último, una ética de compromiso que a menudo coloca los resultados por encima de la seguridad del individuo.

CAPITULO III:
GENERO Y DEPORTE. ANALISIS
PSICOSOCIAL.

Introducción.

Como hemos visto en el capítulo anterior, las mujeres se implican menos en el deporte que los hombres. Hay una serie de razones históricas, sociales, educativas, etc., que pueden explicar esas diferencias. Existen también unas diferencias físicas evidentes entre hombres y mujeres, pero ya hemos visto también cómo incluso esas diferencias también están relacionadas con factores psicosociales. Un análisis psicosocial puede completar la perspectiva del capítulo anterior y este es el análisis que vamos a desarrollar aquí.

El objetivo primordial de los psicólogos sociales es investigar el funcionamiento de la mente individual en sociedad. La vida humana está definida por una serie de productos y actividades sociales como son: el lenguaje, la ciencia, la música, las artes, el deporte, la cultura, la ley, la religión, el estatus social, la jerarquía, la educación, el amor, el matrimonio, el sexo, etc. Muchas de estas actividades son exclusivas de los seres humanos. Los aspectos psicológicos humanos hacen posible una sociabilidad, y de la misma manera, la vida social determina aspectos de nuestro funcionamiento psicológico. Los psicólogos sociales estudian la determinación mutua entre mente y sociedad. Existen procesos psicológicos como percibir, sentir, recordar, evaluar, etc., que determinan la forma en que funciona la sociedad y cómo tiene lugar la interacción social. Los procesos sociales, a su vez, determinan las características de la psicología humana (Turner, 1996). Nos situaríamos, pues, en una postura que permite explicar el comportamiento social humano y los aspectos dinámicos de la interacción social (Del Cerro, 1989).

Para nuestro análisis vamos a basarnos en dos modelos teóricos que exponemos a continuación y que van a servirnos de eje en nuestra investigación. Dichos modelos son: La teoría de la Acción Razonada de Fishbein y Ajzen y el Modelo de Elección de Logro de Eccles. Hemos elegido la teoría de la Teoría de la Acción Razonada porque es un modelo simplificado de cómo influyen en una

conducta determinada tanto aspectos internos o personales como externos o sociales, interactuando ambos y dando lugar a una predisposición hacia una conducta u otra. La teoría de Eccles la hemos elegido como complemento a la anterior, ya que ésta contempla más específicamente la influencia de los estereotipos y las diferencias de género a la hora de tomar una decisión. Este modelo además ha sido validado en contextos deportivos por diferentes autores y parece ser de bastante utilidad a la hora de explicar el comportamiento humano. Estos modelos son psicológicos pero en todo su desarrollo tienen siempre presente que existe una interacción con la actividad social y con los procesos sociales.

Modelos teóricos.

A) TEORIA DE LA ACCION RAZONADA

Fishbein y Ajzen (1975) y Ajzen y Fishbein (1977, 1980) habían realizado algunos trabajos sobre actitudes, basándose en los cuales propusieron un modelo de predicción y comprensión del comportamiento humano llamado Teoría de la Acción Razonada. Según esta teoría, los seres humanos se guían por el razonamiento y tienen en cuenta las implicaciones de su conducta antes de realizar o no un comportamiento, utilizando para ello la información que tienen a su alcance. Puesto que la mayoría de las conductas relevantes están bajo el control de la persona, la teoría considera la intención de realizar o no una conducta como el determinante más inmediato del comportamiento.

La intención de conducta se considera dentro de este modelo como una función de dos factores: uno personal y otro social. El factor personal es la “actitud” hacia ese comportamiento concreto, entendida como la valoración que el sujeto hace de ese comportamiento, es decir, hasta qué punto lo considera positivo o negativo. El factor social o “norma subjetiva” lo constituye la percepción que la

persona tiene de la presión social para que realice o no una determinada conducta, es decir, la percepción del sujeto de lo que otras personas, importantes para él (sus referentes u otros significativos) piensan sobre lo que debe realizar o no.

La actitud depende de las creencias sobre los resultados del comportamiento y de la evaluación que se hace de esos resultados. La norma subjetiva depende de las creencias sobre lo que piensan determinados individuos respecto a si debe realizar o no el comportamiento y de la motivación de la persona para acomodarse a esas opiniones.

Dentro de la teoría, la intención de realizar un comportamiento se maximiza cuando la persona evalúa como bueno ese comportamiento y cree que los otros significativos para ella piensan que debe realizarlo. En el caso de que las actitudes hacia el comportamiento y la norma subjetiva vayan en dirección opuesta, el factor que tenga más peso decidirá la intención de conducta. El peso relativo de cada uno de esos factores, actitud hacia el comportamiento y norma subjetiva, puede variar de unos individuos a otros y determinar la intención de conducta. La intención será un predictor más exacto de la conducta que la actitud o la norma subjetiva por separado. Una conducta que surja de una intención de una persona, y que tenga en cuenta tanto su propia orientación como la de su ambiente social más próximo, se puede calificar como una conducta razonada.

Este modelo excluye cualquier otro factor (características de personalidad, roles sociales o variables demográficas) para explicar el comportamiento. Esas variables se consideran externas al modelo. Se postula que ejercen su influencia sobre la conducta, no de forma directa sino a través de las creencias normativas y actitudinales que la persona mantiene y a través del peso relativo que concede a las actitudes y a la norma subjetiva.

Para Fishbein y Ajzen la actitud se define como el posicionamiento de un sujeto en un continuo evaluativo, es decir, la actitud se va a reducir a un componente de carácter afectivo-evaluativo. Sería el posicionamiento del sujeto en un continuo de agrado-desagrado. Para estos autores la variable más próxima a la conducta es la “intención” que manifiesta el sujeto hacia esa conducta. Por ello, lo

que van a intentar predecir es la intención de conducta de un sujeto, y esta intención de conducta (IC) está determinada por dos variables: la actitud (A) y la norma subjetiva (NS).

$$IC = A + NS$$

Los autores proponen una operacionalización matemática de la actitud, según la cual, la actitud (A) es el producto de dos cosas: de la probabilidad que el sujeto cree que existe de que una determinada acción tenga unas consecuencias (P); y de la importancia que esas consecuencias tengan para el sujeto (I) (Ajzen y Fishbein, 1980; Ajzen, 1987).

Los autores consideran como determinante inmediato de las actitudes las creencias del sujeto. Estas creencias pueden extraerse pidiendo al sujeto en un formato libre que describa al objeto social considerado. Una vez que tenemos las descripciones de una muestra de sujetos representativa de la población, destacamos aquellas creencias mayormente compartidas por la población dada, estas serían las creencias modales. Ajzen y Fishbein recomiendan considerar como las más relevantes entre cinco y nueve. Estas serían las creencias salientes. Por ejemplo, el sujeto puede pensar que practicar deporte tiene unas consecuencias positivas como mejorar la salud, mejorar el aspecto físico, etc. Por otra parte también puede estimar unas consecuencias negativas como: tener lesiones, cansancio físico, etc. Asimismo, cada una de estas consecuencias tiene un peso mayor o menor para el sujeto, es decir, la persona puede pensar que la práctica de ciertos deportes como el esquí, provoca lesiones, pero él no da ninguna importancia a esta consecuencia. A cada una de las consecuencias se le daría un valor y a la importancia que el sujeto da a cada consecuencia se le daría otro valor. Todo esto se sumaría según la siguiente fórmula:

$$A = \sum P * I$$

El concepto de Norma Subjetiva (NS) intenta recoger la presión del medio social sobre el sujeto. Matemáticamente los autores consideran que es el resultado del producto de dos factores: qué cree el sujeto que los otros significativos

esperan de él (E); y la importancia que el sujeto da a la opinión de los otros significativos (I). Siguiendo el mismo ejemplo anterior, el sujeto sabe que a su padre no le gusta que vaya a esquiar porque es un deporte de mucho riesgo y costoso económicamente, pero a él no le importa lo que piense su padre y por encima de todo quiere ir a esquiar. Lo mismo ocurriría con la opinión de otros significantes: madre, hermanos, amigos, profesores, etc. A cada una de las supuestas opiniones de los significantes y a cada uno de los valores otorgados a cada opinión se le daría una puntuación. Finalmente, se aplicaría la fórmula que sigue:

$$NS = \sum E * I$$

Fishbein y Ajzen proponen que la conducta (C) es aproximadamente equivalente a la intención de conducta (IC) que manifiesta el sujeto. Por lo tanto, la fórmula que representa el modelo sería:

$$C = IC = A + NS$$

Después de todas estas operaciones el modelo puede predecir si el sujeto tiene intención de ir a esquiar y si realmente va a llevar a cabo su propósito.

Una de las críticas a este modelo se ha basado en que sirve para explicar perfectamente las conductas voluntarias del sujeto, el problema surge en aquellas conductas que escapan del control voluntario, como querer adelgazar, encontrar trabajo, aprobar unas oposiciones, etc. En la intención de realizar una conducta de este tipo influye el control percibido por la persona, es decir, el sujeto puede tener una actitud favorable hacia ese objetivo y percibir una presión social muy fuerte para conseguirlo, pero en su intención va a tener un peso muy fuerte la probabilidad subjetiva de lograrlo. Por control percibido se entiende la estimación que hace la persona sobre si posee o no la capacidad para llevar a cabo la conducta y si existen las oportunidades adecuadas. Este elemento introduce una modificación en el modelo, según la cual la intención de conducta sería igual a la actitud más la norma subjetiva más el control percibido y la acción se puede

calificar como planificada en lugar de razonada. La incorporación del control percibido podría mejorar el pronóstico de la intención (Morales et al., 1996).

$$C = IC = A + NS + CP$$

Si hemos elegido la Teoría de la Acción Razonada en lugar de la Teoría de la Acción Planificada es porque entendemos que la práctica deportiva en sí o la decisión de hacer deporte sería una conducta voluntaria y controlada de la persona.

Figura 3.1. Representación gráfica de la Teoría de la Acción Razonada (Ajzen y Fishbein, 1980)

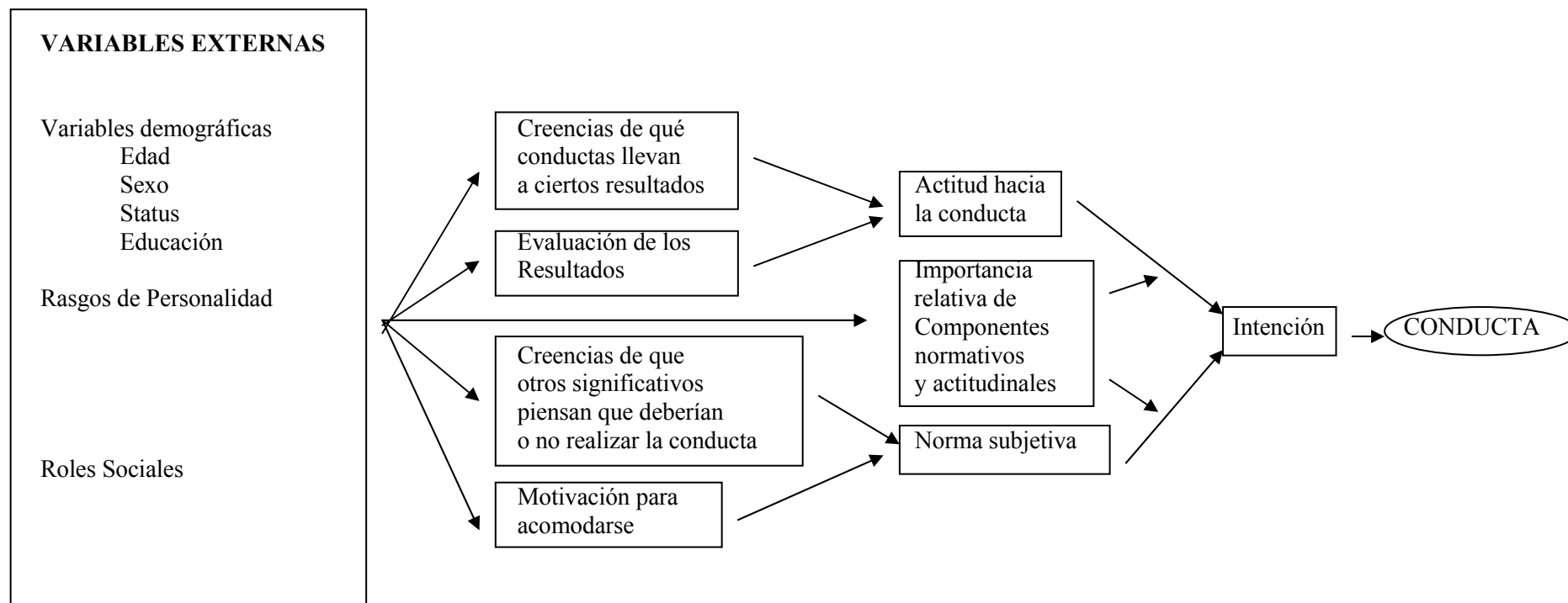
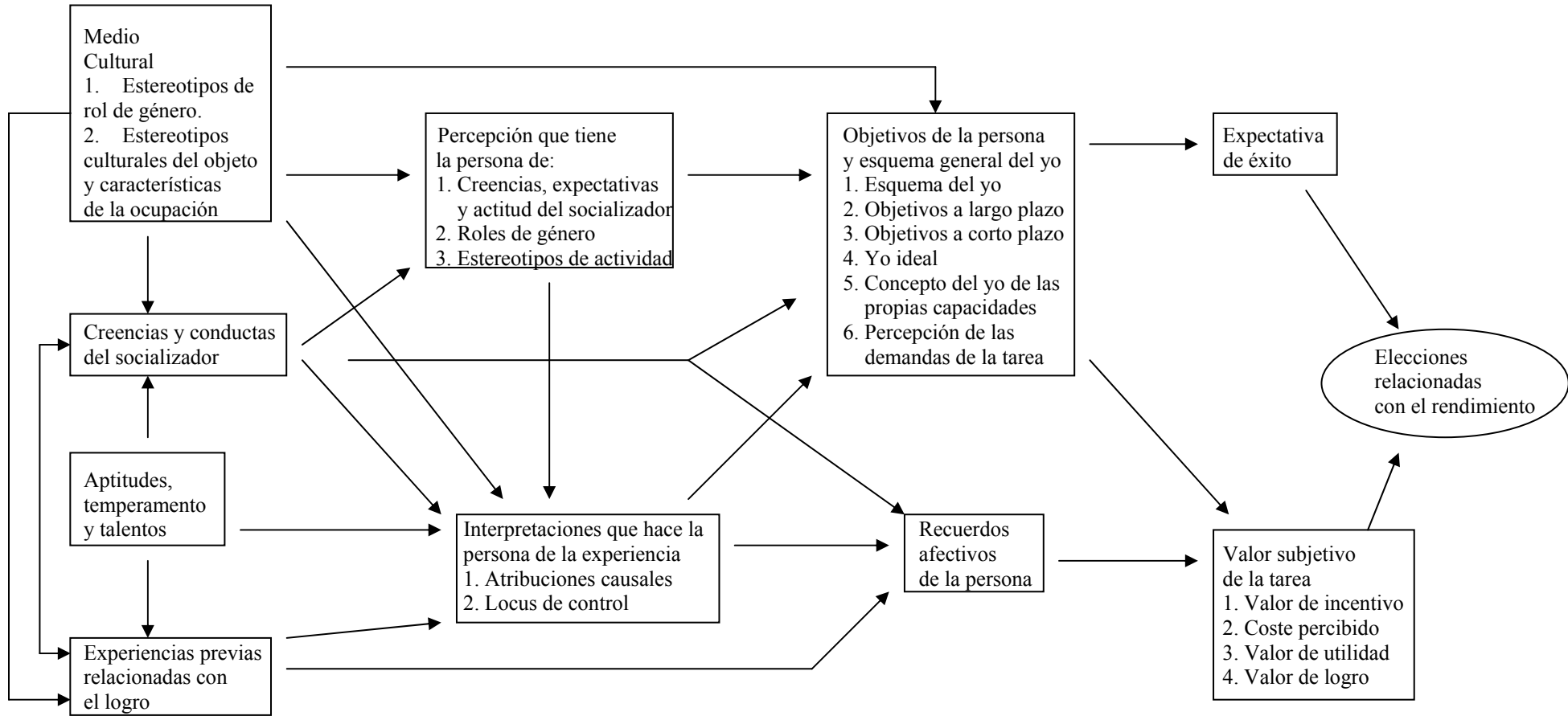


Figura 3.2. Representación gráfica del Modelo General de Logro y Elección de Tarea (Eccles 1983, 1987)



B) MODELO DE ELECCION DE LOGRO

Eccles propone un modelo de diferencias de elección en función del género, que incorpora a los modelos clásicos de expectativa-valor una serie de variables psicológicas y psicosociales como el auto-concepto de género y las normas culturales (Eccles, 1983, 1987; Eccles et al. 1984, 1990 y 1991). Recoge la influencia de los estereotipos y roles de género sobre la percepción que la persona tiene de sí misma, sobre la percepción e interpretación que la persona hace de su conducta y sobre las elecciones, a través de las expectativas de éxito y de la valoración subjetiva que hace de determinadas elecciones. La autora parte del supuesto según el cual no es la realidad misma la que influye en las elecciones sino la interpretación que la persona hace de esa realidad. El sujeto está envuelto en un proceso de socialización que conlleva unos estereotipos y unos roles de género que inciden directamente en la percepción que tiene de su mundo social y en la interpretación que hace de su experiencia personal. Todo esto influye en el autoesquema general del sujeto. Todo este proceso contribuye a las expectativas de éxito y a la valoración subjetiva de la tarea que la persona relaciona con cada una de las posibles elecciones (López Saez, 1995).

La autora plantea que los estereotipos de género influyen en aspectos centrales para el individuo como son la identidad, auto-concepto, valores personales y características estereotipadas asociadas a cada tarea. Como consecuencia van a afectar al valor de realización personal que cada individuo asocia a las distintas opciones entre las que hace la elección.

El modelo relaciona la elección con las expectativas de ejecución y con la importancia o valor que las personas asignan a las opciones posibles. Las expectativas de ejecución son importantes mediadores de la elección conductual. Eccles (1985) sugiere a su vez unos mediadores importantes de las expectativas de ejecución: auto-

concepto de habilidad, estimación de la dificultad de la tarea, interpretación de experiencias previas, identificación con los roles de género masculinos y femeninos, las creencias y conductas de socializadores significativos tales como padres, pares y otros, etc. El valor de la tarea es la segunda influencia en la elección de conducta. Se trata de una cualidad de la tarea en sí misma que contribuye incrementar o decrementar la probabilidad de que un individuo la seleccione. Se puede subdividir en cuatro componentes: Valor de utilidad, Coste percibido, Valor de incentivo y Valor de logro (López Saez, 1995).

En suma, el modelo está basado sobre la asunción de que la elección de actividades se hace en el contexto de una variedad de elecciones. Esas elecciones, tanto si se hacen consciente o inconscientemente, están guiadas por las expectativas de uno sobre el éxito de las distintas opciones, por los valores personales centrales (necesidad de logro, necesidad de competencia, metas personales, orientación motivacional y esquema de rol de género), por valores más utilitarios (importancia de la participación en una actividad para las futuras metas de uno) y por el coste potencial de invertir tiempo en una actividad más que en otra. Veamos más detenidamente los diferentes componentes del modelo.

a) Las expectativas como mediadoras de la elección.

La autora considera las expectativas de éxito como importantes mediadores de la elección conductual. Es probable que las diferencias de género encontradas en la implicación en varios deportes (actividad estereotipada de rol de género masculino) estén mediadas por las diferencias de género en las expectativas de éxito en esos deportes. Eccles (1985) sugiere las siguientes actitudes y creencias como mediadores críticos de expectativas de ejecución:

Auto-concepto de habilidad

La influencia del auto-concepto de habilidad sobre las conductas relacionadas con el logro y la elección de actividades ha sido estudiada por diversos autores (Deeter, 1989; Nicholls, 1984; Eccles, 1983; etc.). Estos autores coinciden en que el auto-concepto de habilidad es un predictor crítico de la elección de tarea.

Dificultad percibida de la tarea.

Parecería lógico que las expectativas de éxito estuvieran inversamente relacionadas con la dificultad percibida de la tarea. La autora propone una relación curvilínea, sugiriendo que la gente prefiere tareas que sean moderadamente difíciles a tareas que sean demasiado fáciles o muy difíciles.

Atribuciones causales y otras influencias sobre la interpretación de la propia ejecución

No es el éxito o fracaso en sí sino la interpretación que se hace sobre sus consecuencias lo que influye en las expectativas de ejecución futuras. La investigación en atribuciones causales proporciona el mejor ejemplo de esta orientación. De acuerdo con la Teoría de la Atribución, el impacto del éxito y el fracaso sobre las auto-percepciones, expectativas de éxito futuro y auto-confianza en la habilidad de uno dependen de la atribución causal hecha para el éxito o fracaso. La atribución del éxito a la habilidad y/o esfuerzo tendrá mejores consecuencias psicológicas que la atribución del éxito a la suerte, tarea fácil o ayuda externa. Igualmente, las atribuciones de fracaso a la dificultad de la tarea o esfuerzo insuficiente tendrá mejores consecuencias psicológicas que la atribución de fracaso a la falta de habilidad. Las diferencias de género en las atribuciones causales son un importante mediador de las diferencias de género en las expectativas de éxito.

Más importante incluso que la atribución causal es la visión que tienen hombres y mujeres de cómo ellos pueden incrementar su habilidad en varios deportes. Si piensan que las diferencias individuales en habilidades deportivas particulares son principalmente resultado del talento natural, es más probable que abandonen si no lo hacen bien durante el periodo inicial de aprendizaje deportivo. Pero si piensan que las diferencias individuales son debidas principalmente a las diferencias en práctica y entrenamiento, persistirán a lo largo del periodo de aprendizaje inicial.

Estereotipos del rol de género

Los teóricos cognitivos sugieren que el auto-concepto de los niños se deriva en parte de sus interpretaciones de las actitudes y conductas de los demás sobre ellos. La estructura del rol de género y los estereotipos de rol de género son dos componentes salientes particulares del mundo social de los niños. Por tanto, las creencias de rol de género y los estereotipos pueden influir en el desarrollo del auto-concepto de los niños, en sus percepciones del valor de las diferentes actividades y en sus expectativas de ejecución de éxito en varias tareas.

La evidencia indica que las mujeres son estereotipadas como menos competentes que los hombres, especialmente en los dominios atléticos e intelectuales cuando realizan una tarea igualmente bien. Si como estas autoras argumentan, el estereotipo influye en el desarrollo del auto-concepto de los niños, la incorporación de ese sesgo cultural de los estereotipos del rol de género resultaría en un menor auto-concepto de las chicas de sus habilidades atléticas e intelectuales.

Creencias y conductas de otros significativos

Padres, amigos, hermanos, televisión, entrenadores, profesores, vecinos, etc. contribuyen a la formación de creencias y auto-percepciones. El modelo de Eccles y cols. centra la atención sobre el rol significativo que otros juegan en la formación de

auto-percepciones en dos líneas principalmente: como intérpretes de experiencia y como proveedores de experiencia.

b) Los valores como mediadores de la elección.

El valor de la tarea es la segunda influencia en la elección de tarea. En el modelo de Eccles (1985) el valor de la tarea se asume que es una cualidad de la misma que contribuye a incrementar o disminuir la probabilidad de que un individuo la seleccione. La autora ha dividido el constructo en cuatro componentes:

Valor de utilidad

Será más probable que los individuos participen en ciertas actividades si ellos sienten que su participación será de alguna utilidad para ellos. La utilidad puede ser conceptualizada de varias maneras: si esa actividad está dentro de las metas del individuo, si le permite conocer gente de su misma edad, etc.

Coste percibido

La participación en una actividad también tiene un coste que se puede conceptualizar en tiempo, energía, tener que renunciar a otras actividades, respuestas negativas de padres, pares, etc., memoria afectiva negativa asociada con una participación pasada, etc.

Valor de incentivo

Se refiere a las recompensas inmediatas, intrínsecas o extrínsecas.

Valor de logro

Eccles y cols. conceptualizan el valor de logro en términos de las necesidades y valores personales que una actividad cumple para el individuo.

La gente desarrolla imágenes de quiénes son y/o quiénes les gustaría ser. Esas imágenes incluyen concepciones de su personalidad y capacidades, metas y planes a largo plazo, esquemas respecto a los roles adecuados para hombres y para mujeres, auto-esquema, valores personales, etc. Eccles (1985) propone que la gente selecciona actividades que cree que son consistentes con su autoimagen y rechaza actividades que cree que son inconsistentes con esas imágenes.

La socialización de los roles de género influye en el desarrollo del auto-esquema, en los valores personales y en los estereotipos de las características asociadas con varias actividades de logro. Una forma en que la socialización del rol de género puede afectar los valores de la tarea es a través de su impacto sobre la importancia que hombres y mujeres asignan a varias características personales. Por ejemplo, el rol de género masculino coloca más valor sobre la competitividad, fuerza y destreza física que el rol de género femenino. Los hombres, por tanto, participarán con más probabilidad en actividades atléticas precisamente porque ellos dan más importancia a demostrar su competencia atlética. Por otra parte, si participar en deportes es visto como una actividad altamente masculina, las mujeres que quieran ser femeninas participarán con menos probabilidad en deportes que en otras actividades consideradas “femeninas”. La participación diferencial en determinados deportes por parte de chicos y chicas reflejaría el mismo fenómeno.

La memoria afectiva asociada con varias actividades es también una influencia importante. La gente evaluará más altamente aquellas actividades que ellos asocian con recuerdos positivos que aquellas que asocian con recuerdos negativos. Las expectativas respecto al éxito probable o fracaso afectarán también al

valor dado a cada actividad. La gente valora más altamente aquellas actividades en las que ellos creen que pueden tener éxito con un nivel de esfuerzo apropiado. Por otra parte, así como los socializadores influyen en el desarrollo de la auto-percepción y en las expectativas, asimismo también afectan al valor que los niños otorgan a varias actividades.

Deeter (1989) llevó a cabo un estudio para evaluar el Modelo Cognitivo de Expectativa-Valor de conducta de logro de Eccles (1983) en la actividad física. Este modelo hipotetizaba que la variable de expectativa y la variable de valor de la tarea predecían índices de conducta de logro. El autor encontró que el modelo era bastante estable a través de las muestras pero que el valor predictivo no era muy alto. Por otro lado, el modelo representó mucho mejor una de las muestras que la otra. Se ha encontrado más apoyo para las variables de expectativa que para las variables de valor de la tarea, al predecir los índices de logro.

De acuerdo con los resultados, el autor llevó a cabo una posterior exploración (Deeter, 1990). El propósito fue evaluar las relaciones consistentes que se encontraron entre ciertas variables y que no están incluidas en el modelo original y hacer modificaciones al modelo correspondiente con otra perspectiva teórica que permita más interacción de las variables de expectativa y valor de la tarea.

Este modelo ha sido validado por Eccles y Harold (1991) en el contexto deportivo a través de dos estudios, uno centrado en adolescentes y otro con niños de escuela primaria. El modelo se considera útil, por tanto, para el entendimiento de las diferencias de género en la participación deportiva. Las autoras han proporcionado evidencia mostrando que el modelo de Eccles sirve para el logro deportivo en niños, que el género influye en las percepciones y conductas de logro deportivo de los niños y que esas diferencias de género parecen ser el producto de la socialización del rol de género. Las autoras informan que los chicos adolescentes ven más valor en el deporte y se ven a sí mismos más capaces en el deporte que las chicas adolescentes y que esas

diferencias de género son más fuertes que en las expectativas y valores para las matemáticas y el inglés.

Por otra parte, los análisis revelaban que la diferencia de género en el tiempo libre empleado practicando deporte (elección de logro) estaba mediatizada o explicada enteramente por esas percepciones, apoyando los enlaces del modelo desde las expectativas y valores hasta la elección de logro. En otro estudio, con niños más jóvenes de escuela primaria encontraron diferencias de género equivalentes sobre las auto-percepciones del valor y la habilidad deportiva. Estos niños también completaron un test motor en el cual los niños puntuaron ligeramente mejor que las niñas. El género contaba sólo un 2% de la variación en el test motor, pero explicaba el 14% de la variación percibida en habilidad deportiva.

Tales diferencias en percepciones y valores estimularon a Eccles a examinar los componentes socioculturales y de socialización del modelo. Los profesores valoraban la habilidad deportiva de los chicos más alta que la habilidad deportiva de las chicas, sugiriendo una influencia socializadora potencial de la escuela. Cuando los niños expresaban los estereotipos de género indicando cómo de importante era la habilidad para los chicos y las chicas, el deporte fue considerado mucho más tipificado sexualmente que las matemáticas o la lectura. Estas proporciones de tipificación sexual correlacionaban con la valoración de los niños de su propia habilidad deportiva, sugiriendo que los estereotipos de género influyen en la confianza deportiva incluso a esta joven edad. Finalmente los niños y niñas estimaban cómo de importante era para sus padres que ellos fueran buenos en el deporte. No nos sorprende que los chicos dieran proporciones más altas, sugiriendo una mayor influencia parental sobre el logro deportivo.

El trabajo de Eccles constituye un marco importante para ayudarnos a entender el género y el logro deportivo. Primero, la investigación de Eccles indica que las diferencias de género existen en la elección y conducta de logro deportivo.

Segundo, el género aparentemente influye en el logro deportivo a través de las auto-percepciones de valor y expectativas. Aunque las características físicas y las aptitudes tienen alguna influencia, el contexto sociocultural y los procesos de socialización parecen ser la primera fuente de las diferencias de género en las auto-percepciones. Estos procesos socioculturales abarcan muchos factores específicos (por ejemplo, influencia parental, influencia escolar, estereotipos socioculturales), que están interrelacionados entre sí en complejos caminos. Aunque no podemos establecer con precisión los predictores y las líneas de influencia, podemos considerar los procesos de socialización para una mejor comprensión del género y del logro en el deporte y el ejercicio (Gill, 1994).

Revisión de las variables más importantes que relacionan género y deporte.

Teniendo en cuenta los modelos elegidos para realizar nuestro estudio y habiendo llevado a cabo una amplia revisión sobre las variables relacionadas con el género y el deporte que aparecen en la bibliografía, hemos realizado una selección de las variables más estudiadas y las hemos agrupado en distintos apartados. En el primero de ellos hemos introducido las que tienen que ver con características individuales; en segundo lugar, las que tienen relación con el medio cultural; seguidamente las relacionadas con las creencias y conductas del socializador y, por último, los factores psicosociales. Veamos a continuación su desarrollo.

A) Características individuales.

a) Características biológicas.

En el apartado anterior hemos tratado ampliamente las diferencias biológicas existentes entre hombres y mujeres, así como el efecto de la práctica deportiva y del entrenamiento sobre cada uno de los sistemas del organismo. Vamos a recordar de forma resumida las diferencias que hemos podido observar en las mujeres y en los hombres deportistas, que no son tantas como creemos, es decir, el nivel de forma física es más importante que el género al determinar los efectos del ejercicio. Como han destacado Boutilier y Sangiovanni (1985), hay más diferencias dentro de cada sexo que entre ellos en las respuestas al ejercicio enérgico.

Anatómicamente las mujeres son de menor estatura y pesan menos que los hombres. La mujer es más flexible que el varón debido a la acción de la relaxina (hormona femenina). Por su parte, los hombres tienen un esqueleto más robusto y denso. Al margen de estas diferencias, se ha comprobado que la cantidad y variedad física ejercida tienen más influencia sobre la flexibilidad ligamentosa y la solidez ósea que el propio sexo. Los hombres son considerablemente más fuertes que las mujeres en términos absolutos y esta diferencia es mayor en las extremidades superiores que en las inferiores. Esto es debido a que los hombres tienen mayor proporción de músculo, mientras que las mujeres tienen mayor proporción de grasa corporal. Sin embargo, la calidad del músculo es idéntica en hombres y en mujeres. Esta diferencia implica un mejor rendimiento de los hombres en las actividades que requieren fuerza y una ventaja de las mujeres en deportes acuáticos (natación, natación sincronizada, etc.). No obstante, las mujeres atletas tienden a tener una composición corporal más parecida a la de los varones atletas que a la media de las mujeres no atletas.

Cuando se trata de ejercicios aeróbicos o de resistencia las diferencias entre hombres y mujeres son menores que en los ejercicios de fuerza. Este tipo de ejercicios están determinados por la capacidad cardiovascular e implican grandes grupos musculares. El tamaño del corazón de las mujeres es inferior al de los hombres, por lo

tanto, bombea menos sangre. Asimismo, los pulmones son también más pequeños, con lo cual, la entrada de oxígeno es menor. Pero el potencial para mejorar la capacidad cardiovascular es semejante para hombres y mujeres. Muchas de las desventajas físicas y fisiológicas desaparecen con el propio rendimiento.

En cuanto al sistema endocrino, las diferencias son más notables, ya que regula la función reproductora, que es el aspecto biológico más diferenciado entre los sexos. Son importantes las diferencias entre mujeres deportistas y no deportistas. Por un lado, las niñas que empiezan a entrenar a edades muy tempranas experimentan retrasos en la menarquía y este retraso está relacionado con el número de años de entrenamiento y con la intensidad de éste. Sin embargo, esto no supone ningún problema de salud para la atleta ni produce trastornos en su función reproductora. Otro aspecto importante es la influencia del ciclo menstrual en el rendimiento, la mayoría de las atletas manifiestan que no se produce alteración alguna en su rendimiento físico antes, durante o después del ciclo menstrual. Hay que destacar también un trastorno que suele darse en las atletas de alto rendimiento muy jóvenes y es la “amenorrea atlética”, la cual ha sido atribuida a muchos factores pero ninguno parece ser el principal causante de la misma. Este trastorno se corrige con un equilibrio controlado entre el entrenamiento y la dieta.

b) Características de personalidad.

Veamos algunos de los aspectos en los que se han encontrado diferencias de género en deportistas:

El estudio de la ansiedad es un tema clásico en el deporte y se han podido observar diferencias de género que se han atribuido a diferentes causas. Según la hipótesis de la U invertida de Yerkes y Dodson, la ansiedad o nivel de activación general del organismo, cuando se presenta en un nivel moderado, contribuye favorablemente a un alto rendimiento de los deportistas, mientras que tanto los niveles más bajos como los muy elevados de ansiedad parecen propiciar un rendimiento

deportivo bajo (Buceta, 1992). Del mismo modo, la activación cualitativamente negativa (miedo al fracaso o preocupación), parece propiciar un rendimiento más pobre, mientras que la activación positiva (motivación por el reto, ambición de vencer, competitividad), favorece un rendimiento más alto aún, presentándose en dosis cuantitativamente más elevadas. Según diversos estudios (Martens, 1977 y Rainey et al., 1987), las mujeres dan puntuaciones más altas en ansiedad que los hombres, así como activación cualitativamente negativa.

Otro tema en el que se han encontrado diferencias de género es el de la actitud ante el riesgo deportivo. Para Lecumberri (1975) arriesgar es “someterse a una situación aleatoria, de la que el sujeto puede salir frustrado o en situación displacentera. Competir es un continuo arriesgar”. Al hablar de riesgo en el deporte podemos referirnos a dos hechos diferentes: riesgo físico, donde entra en juego la integridad del deportista; y riesgo en el juego, en el sentido de asumir una responsabilidad en un momento determinado que implique ganar o perder.

En este apartado nos estamos refiriendo a aquellas modalidades deportivas donde existe un peligro contrastado para la integridad física del deportista. Podemos clasificar los deportes en función del riesgo que suponen en: **deportes de alto riesgo** (alpinismo, automovilismo, motociclismo, fútbol americano, paracaidismo, parapente, saltos de esquí, etc.); **deportes de riesgo moderado** (balonmano, baloncesto, gimnasia, fútbol, etc.) y **deportes de bajo riesgo** (ajedrez, natación, footing, billar, tiro con arco, etc.). Esta clasificación es relativa, ya que medir el riesgo de cualquier modalidad deportiva es algo que va con la forma de practicarla que tenga el deportista (Jodra, 1992).

La vida en si misma, al menos en el mundo occidental, supone un riesgo, ya que a diario tenemos que enfrentarnos a problemas y tratar de resolverlos y cada vez que tenemos que elegir o tomar una decisión, existe una posibilidad de equivocarnos. La mujer históricamente ha estado desresponsabilizada y sometida a la tutela del padre,

esposo y familia, situación que ha cambiado en el último siglo, dando lugar a un cambio cultural en el que la mujer asume la responsabilidad de sus actos.

Existen factores de personalidad, motivacionales, de aprendizaje, sociales, etc., que determinan que el deportista se arriesgue. Así como también hay unos factores determinantes que hacen que la mujer sea menos arriesgada que el hombre: la condición física, la educación que ha recibido, la historia de aprendizaje, etc.

Lecumberri (1975), intentó determinar si el deporte puede ser un estimador adecuado para valorar la actitud de la mujer ante el riesgo. Para ello se pasó una encuesta en la que se medían factores psicológicos que están relacionados con un comportamiento arriesgado y ver si existe una correlación con la preferencia por deportes que impliquen riesgo. De dicho trabajo se obtuvieron una serie de conclusiones. La actitud de la mujer española de clase media ante el riesgo es positiva pero en la práctica, la mujer muestra una clara inhibición ante las conductas arriesgadas, siendo sus comportamientos conservadores. Ese desfase entre la actitud y la práctica es producto de la situación histórica por la que ha pasado la mujer. Estas manifestaciones de inmovilidad antigua, que están profundamente arraigadas, la enfrentan al dinamismo actual, produciéndose un impedimento interno que la incapacita para llevar a cabo sus deseos. Por otro lado, el riesgo es considerado socialmente como virtud masculina, dando lugar a un sentimiento de inferioridad en la mujer en el momento actual. Por su parte, Kerr y Vlaminkx (1997) midieron el grado de ansiedad en chicos y en chicas que participaron en un evento de rappel, observando que fue mucho más estresante para las chicas que para los chicos.

B) Medio Cultural.

a) Estereotipos de género.

Los estereotipos son un "conjunto de creencias compartidas, acerca de los atributos personales que poseen los miembros de un grupo" (Morales y Moya, 1996). En Psicología Social los más estudiados han sido los estereotipos de género, los raciales o étnicos y los nacionales o regionales. En este estudio vamos a tener en cuenta únicamente los estereotipos de género o sexuales.

"Estereotipos sexuales son aquellas creencias compartidas socialmente por las personas de una sociedad dada, que asignan ciertas cualidades, según éstas sean mujeres u hombres. Expresan las opiniones de las personas sobre lo que hacen, típicamente hombres y mujeres, sobre las funciones y roles que desempeñan y sobre los rasgos físicos peculiares de unos y otras" (López y Morales, 1995). Muchas investigaciones sobre estereotipos de género muestran la existencia de una clara asimetría en la asignación de rasgos positivos a hombres y a mujeres. Hay una tendencia a asignar más características positivas a los hombres que a las mujeres y a distinguir a las personas en razón de su género (López y Morales, 1995).

Entre hombres y mujeres existe una diferencia sexual y biológica clara. La mayoría de las culturas han establecido una serie de roles y funciones diferentes para cada sexo y se ha naturalizado. Actualmente en las sociedades occidentales la igualdad legal es un hecho pero las desigualdades entre sexos se siguen manteniendo en todos los sectores.

La investigación sobre los estereotipos de género va dirigida no a cómo los sexos difieren realmente, sino a cómo la gente piensa que difieren. La principal área de estudio de los estereotipos de los roles sexuales ha sido la descripción del contenido de tales estereotipos. Los rasgos atribuidos diferencialmente a hombres y mujeres se pueden agrupar en: aptitudes, intereses y valores y personalidad. Moya (1985) observa que en los últimos años se ha producido un cambio en los estereotipos de género hacia una mayor flexibilidad y convergencia en las concepciones de los estereotipos de hombres y de mujeres.

Moya (1993) apoya la idea de que las diferencias basadas en el sexo biológico representan la categoría social más utilizada a través del tiempo y del espacio, afectando a todos los seres humanos. Cuando se habla de sexo nos estamos refiriendo exclusivamente a la existencia de diferencias anatómicas. El término género reconoce las diferencias biológicas, pero también engloba aspectos sociales de los individuos. Las categorías en general y el género en particular tienen la función de simplificar la compleja realidad social. Nos ayuda, por tanto, a predecir los comportamientos y las consecuencias de los mismos. El autor destaca un aspecto importante de este sistema de categorización y es su carácter asimétrico, las diferencias existentes entre los miembros de las categorías. Esta realidad social está influyendo en la psicología de los individuos.

El género es una de las más importantes categorías en la vida social humana. La dicotomía entre masculino y femenino es de crucial relevancia para cada dominio de la experiencia humana. Todas las culturas saben específicamente que masculino-femenino es una distinción fundamental que está asociada a diferentes conjuntos de rasgos característicos y con diferentes conjuntos de expectativas conductuales. Los psicólogos han estudiado el sexo y el género desde diferentes perspectivas, recientemente el género es visto como una categoría social en cuya base se perciben los juicios, inferencias y acciones sociales (Eckes, 1994).

Huici y Moya (1996) establecen un punto de conexión entre los diferentes estudiosos del estereotipo y es el hecho de considerar los estereotipos como constructos cognitivos que hacen referencia a los atributos personales de un grupo social. Estos atributos se refieren tanto a rasgos de personalidad como a conductas de rol, características físicas y ocupacionales, etc. El análisis de los autores parte del concepto de actitud (como actitud negativa hacia un grupo o categoría social) en el que confluyen tres componentes: cognitivo, afectivo y conductual. El estereotipo tendría que ver con el componente cognitivo entendido como un “conjunto de creencias acerca de los atributos asignados a un grupo”, el componente afectivo

estaría relacionado con el prejuicio ya que se refiere al “afecto o evaluación negativa del grupo” y el componente conductual lo podríamos equiparar al término discriminación, que sería “la conducta de falta de igualdad en el tratamiento otorgado a las personas en virtud de su pertenencia al grupo o categoría en cuestión.

Es difícil establecer por qué surgen los estereotipos, debido a que estos desempeñan diferentes funciones en los distintos contextos. En algunas situaciones los estereotipos simplifican el procesamiento de lo que se percibe. En otras situaciones enriquecen la percepción permitiendo al perceptor ir más allá de la información dada, en otras situaciones ayudan al perceptor a justificar una conclusión particular de conducta. Consistente con estas observaciones, la literatura revisada sugiere que los estereotipos están formados y mantenidos a través de una variedad de procesos cognitivos y motivacionales. Algunas veces los estereotipos nacen de las profecías que se autocumplen, mientras que otras veces tienen su génesis en correlaciones ilusorias y percepciones de hegemonía. En otras ocasiones los estereotipos surgen por nuestra tendencia a relacionar eventos con categorías, mientras que otras veces son mantenidos por nuestra tendencia a recordar información selectivamente.

b) Estereotipos de género en el deporte.

El estereotipo dominante en las sociedades occidentales es el que se basa en el esquema de hombre dominante–mujer sumisa (hombre activo–mujer pasiva; hombre inteligente–mujer sensible; hombre fuerte–mujer débil, etc.). Las diferencias biológicas propiciaban estas radicalizaciones y la cultura facilitó la definitiva simplificación. Todo ello fue derivando en estereotipos, criterios sociales, obligaciones, prohibiciones y tabúes, los cuales a su vez eran internalizados por cada individuo quien asumía su rol conforme a los criterios imperantes.

A lo largo del siglo XIX se fueron configurando diversos estereotipos con respecto a la actividad física de las mujeres: La actividad deportivo-atlética masculiniza a las mujeres. La práctica deportiva es peligrosa para la salud de las mujeres. Y las mujeres no están interesadas en el deporte y cuando lo hacen no lo ejecutan bien como para ser tomadas en serio (Eitzen y Sage, 1978). El primero es el más persistente de los estereotipos. Durante mucho tiempo las mujeres que han mostrado una buena condición física se les ha considerado "masculinas", ya que se identifica masculinidad con "muscularidad" y feminidad con delicadeza y fragilidad corporal.

Una característica de los estereotipos de género en el deporte es su carácter multidimensional e interrelacional, aunque este aspecto todavía no ha sido estudiado en profundidad por los psicólogos del deporte.

Deaux (1985) ha descrito un cambio hacia actitudes más igualitarias en la sociedad general y las actitudes deportivas parecen estar moviéndose en esa dirección. Parece que hombres y mujeres desarrollan actitudes semejantes y que los padres se muestran igualmente positivos hacia la participación deportiva de hijas e hijos. Aunque tales hallazgos reflejan tendencias positivas, los estereotipos de género persisten; de hecho, parecen más persistentes en el deporte que en otros contextos sociales. Metheny (1965) fue uno de los primeros en identificar los estereotipos de género en el deporte. De acuerdo a Metheny, los deportes aceptables para mujeres (gimnasia, natación, tenis, etc.) enfatizan las cualidades estéticas y a menudo son actividades individuales en contraste con aquellas que enfatizan competición directa y deportes de equipo. Aunque Metheny ofreció su análisis hace más de treinta años, los estereotipos de género no están desfasados y el análisis podría servir como modelo hoy.

Más recientemente Kane y Snyder (1989) confirmaron la estereotipia de género en los deportes, como sugirió Metheny y más explícitamente identificaron el aspecto físico como la característica central de la estereotipia de género en el deporte.

Los diferentes estudios no sólo revelan creencias de género en el deporte y el ejercicio sino que también sugieren que tales creencias de género son poderosas, pervasivas y empiezan pronto en la vida (Greendorfer, 1993).

La estereotipia de género ha sido una característica integral del desarrollo del deporte Olímpico. Ha sido más fácil siempre para las mujeres ganar acceso a aquellos eventos que han sido defendidos como más deseables para la biología femenina y menos amenazadores a las imágenes dominantes de feminidad. Se han usado repetidamente argumentos basados en las nociones tradicionales de habilidad femenina para limitar el número de eventos olímpicos para mujeres. Por ejemplo, la polémica prueba de los 800 metros después de las Olimpiadas de 1928 enlenteció tremendamente el desarrollo de las carreras de distancia para mujeres, no fue instaurada esta prueba como evento olímpico hasta 1960 y otros eventos de distancias más largas se instauraron mucho más tarde. A pesar de las repetidas súplicas por conseguir la prueba de 3000 metros en el programa, el COI rechazó incluirla en las Olimpiadas de Moscú porque el Comité dijo que era “un poco dura para las mujeres” y podría afectar adversamente su metabolismo. Con la creciente evidencia científica de que las mujeres pueden ser mejores que los hombres en pruebas de resistencia y debido a que las mujeres habían logrado resultados excepcionales en carreras de larga distancia fuera de las Olimpiadas, la posición del COI fue visiblemente débil. Finalmente el COI cedió e incluyó la prueba de los 3000 metros junto con el maratón por primera vez en las Olimpiadas de 1984. Las mujeres también han sido sistemáticamente bloqueadas de la competición olímpica en eventos de larga distancia de otros deportes y en aquellos que enfatizan fuerza, que requieren contacto físico y los que son potencialmente peligrosos. Todavía existen argumentos para justificar la exclusión de las mujeres del triple salto, el salto de pértiga, boxeo y levantamiento de peso, alegando que el sistema reproductivo femenino es vulnerable a las lesiones de estos deportes. La evidencia muestra que no hay razones médicas intrínsecas para que la mujer debiera cuidarse más que el hombre al participar en estos eventos. Los órganos reproductivos femeninos están firmemente posicionados y enteramente

protegidos dentro de la cavidad del cuerpo y son probablemente menos susceptibles de lesiones que los de los hombres. Y las mujeres, al igual que los hombres, pueden llevar aparatos protectores para cubrir las partes vulnerables (su potencial de lesión es similar y no superior al de los hombres). La razón por la cual se han prohibido deportes peligrosos tales como boxeo a las mujeres y no a los hombres es cultural, no biológica (Hargreaves, 1994). Asimismo, los estereotipos establecidos también condicionan la práctica deportiva, deportes como la pesca, la petanca y el billar los practican mayoritariamente los hombres y son deportes donde no existe riesgo ni se requieren atributos considerados masculinos, como fuerza, agresividad, etc. (Zaragoza, 1991). La inclusión por primera vez en las Olimpiadas de 1984 de dos deportes exclusivamente femeninos (gimnasia rítmica y natación sincronizada) puede verse como una victoria, pero es sólo la confirmación de asociaciones basadas en el género (Hargreaves, 1994).

Un estereotipo muy extendido en el deporte femenino es el que relaciona homosexualidad femenina y práctica deportiva. En los años 30 la forma masculina atlética en las mujeres empezó a connotar características en términos de falta de atractivo para el hombre y también sugiriendo la posible ausencia de interés heterosexual. En los años siguientes a la Segunda Guerra Mundial el estereotipo de atleta lesbiana surgió en EEUU de forma patente, existiendo una relación clara entre masculinidad, homosexualidad femenina y deporte. Paradójicamente esto tuvo un resultado positivo para algunas mujeres ya que el deporte proporcionó un espacio social y físico para algunas lesbianas para valorarse ellas mismas y construir un colectivo cultural. Las lesbianas sufrían condena por su violación del género así como por sus códigos sexuales. El tremendo énfasis sobre la familia, el espacio doméstico y la feminidad en los años 40 y 50 reflejaba la ansiedad de la postguerra sobre la reconstrucción de un orden de género agitado por las dos décadas de depresión y guerra. Los sexólogos atribuían el lesbianismo a tendencias masculinas y libertades a que habían dado lugar la guerra, uniendo esto a una caída general de las distinciones

de género que, a su manera de ver, desestabilizaban las relaciones familiares y maritales.

Este estereotipo ejerció presión sobre las atletas para demostrar su feminidad y heterosexualidad. Muchas mujeres adoptaron una postura como de disculpa hacia sus destrezas atléticas. Incluso cuando competían para ganar desplegaban externamente signos de feminidad en el vestido y la conducta. Tienen un cuidado especial con los medios de comunicación revelando aficiones femeninas como cocinar o coser, hablando de sus novios y mencionan futuros planes de boda.

La cuestión es si las lesbianas simplemente se congregan en espacios deportivos o si un entorno deportivo podría actualmente “crear” o “producir” lesbianas. Algunas mujeres describen cómo en su lucha por aceptar su propia identidad lesbiana, el deporte ofrece un tipo de espacio que permite poner los sentimientos e identidades en su lugar. Las atletas lesbianas usaban el espacio social y físico del deporte para crear una cultura colectiva y afirmativa de la identidad. Para otras mujeres parece que la presencia lesbiana en el deporte las estimula para explorar o actuar sobre sentimientos que ellas no hubieran tenido en otros espacios (Cahn, 1993).

Eukeni Olabarrieta (1993) opina que el estereotipo claro sobre sexo y deporte es el que considera que los deportes más apropiados para los hombres son aquellos que exigen mayor agresividad, competitividad y contacto físico o choque y los más idóneos para la mujer son aquellos que desarrollan la destreza, flexibilidad y armonía. Esto tiene que ver con el papel que tradicionalmente se ha asignado a la mujer, cuya función principal es la procreación y el cuidado del hogar. El autor confirma la opinión de Eitzen y Sage y está de acuerdo en que un estereotipo persistente es el que considera que el deporte viriliza a la mujer, ya que aumenta su masa muscular, reduce el tejido adiposo, modifica su anatomía y, en general, parece "menos femenina".

Los datos de la investigación llevada a cabo por Vázquez (1992), muestran que han desaparecido muchos de los mitos pero perduran otros. Tanto hombres como mujeres consideran que el deporte es bueno para la salud, que las niñas y mujeres deben practicar más deporte del que practican. También se acepta que la mujer realice tareas de dirección y gestión deportiva. No obstante, siguen funcionando los estereotipos sobre qué deportes son más apropiados para las mujeres. Según las mujeres sería en el siguiente orden: natación (44%), gimnasia (39%), tenis (39%), baloncesto (19%) y atletismo (11%). Según los hombres: tenis (39%), natación (34%), gimnasia (30%), baloncesto (23%) y atletismo (20%). Las actividades menos apropiadas para las mujeres son por unanimidad: fútbol, boxeo y rugby.

Al parecer, las actitudes y estereotipos sobre la mujer en el deporte están cambiando. Estos cambios forman parte de otros cambios y movimientos sociales más amplios, que tienen que ver con la incorporación de la mujer al trabajo, los movimientos feministas, la independencia de la mujer, etc. También el deporte se está empezando a considerar como una práctica que forma parte importante de nuestro tiempo de ocio, bienestar, salud y calidad de vida.

A pesar de estas perspectivas de cambio, hay que tener en cuenta que una cosa es lo que la gente piensa u opina (actitudes) y otra muy diferente la práctica real (conducta) y aquí hay un desfase muy grande. Es decir, hay una actitud abierta hacia la práctica de deporte por las mujeres pero las estadísticas muestran cifras muy bajas sobre la práctica real (Vázquez, 1992).

Oglesby (1983), tras una amplia revisión bibliográfica concluye que los estereotipos masculinos dominantes como: agresividad, liderazgo, tenacidad, ambición, originalidad, método, competitividad, resistencia, independencia y objetividad, son rasgos identificables con la actividad deportiva de alto rendimiento, mientras que los estereotipos femeninos dominantes como: obediencia, maternidad, subjetividad,

pasividad, dependencia, ternura, apasionamiento o emocionalidad, son incompatibles con la alta competición deportiva.

El deporte de alta competición, donde destaca la agresividad, dominación, poder y búsqueda de resultados, ha aceptado la presencia femenina sin alterar su esencia y sin enriquecerse de las cualidades supuestamente femeninas de carácter más expresivo. Las mujeres en su lucha por adquirir los mismos derechos en la práctica deportiva se mueven bajo los modelos masculinos (García Ferrando, 1990).

La socióloga húngara Szabo Földesi opina que estos comportamientos de los deportistas, que tenían como objetivo último eliminar los viejos estereotipos y mitos, han dado lugar a nuevos mitos como: La mujer tiene el mismo límite de capacidad que el hombre. No hay relación entre deporte femenino y masculinidad. O la práctica deportiva no es dañina a la salud de las mujeres. Esta sobreestimación del modelo igualitario ignora las diferencias reales de tipo físico y psicológico que existen entre uno y otro sexo. Földesi opina que la solución sería que desaparecieran las barreras sociológicas y psicológicas que impiden todavía que las mujeres alcancen su máximo rendimiento, pero siempre dentro de los parámetros físicos óptimos propios de las mujeres, en lugar de esforzarse por alcanzar o sobrepasar los resultados logrados por los hombres.

Con respecto al segundo mito en el que no se establecía relación entre deporte femenino y masculinidad, por una parte ha sido un gran logro llegar a esta convicción, aunque existen datos que sería necesario investigar acerca de los problemas de identidad sexual que se dan con frecuencia en deportistas mujeres y personas hermafroditas o intersexuales, que han estado presentes en el deporte femenino, así como la utilización de hormonas para incrementar el rendimiento deportivo; temas poco estudiados y sobre los que habría que moverse con mucha delicadeza.

Con relación al tercer mito sobre que el deporte no representa una amenaza para la salud de las mujeres hay que decir que, por supuesto, la práctica moderada y controlada no sólo no afecta sino que mejora la salud. Ahora bien, con frecuencia los excesos de la alta competición, así como la utilización de drogas, han dado lugar a consecuencias dañinas para la salud y el bienestar físico y psíquico tanto en hombres como en mujeres (García Ferrando, 1990).

Es un buen punto de partida en la investigación psicológica del deporte sobre género adoptar una perspectiva psicológica social. Muchas de las conductas del deporte y el ejercicio son interpretables sólo cuando es considerado el contexto social. Los componentes del contexto social varían tremendamente y tales variaciones deben ser consideradas en la investigación sobre género. Por otra parte, el contexto social cambia en un sentido amplio, es decir, las normas y creencias sobre el deporte y el ejercicio varían en el tiempo.

c) Roles.

Por roles entendemos una serie de conductas esperadas. Los roles sexuales se refieren a lo que una persona con un sexo determinado tiene posibilidad de hacer biológicamente, por ejemplo, las mujeres pueden tener niños. Los roles de género se refieren a una serie de conductas consideradas apropiadas para un cierto sexo en una sociedad dada. Los roles de género son culturalmente aprendidos e incluyen actitudes, valores y expectativas, tales como que las mujeres puedan llorar, los hombres no, las mujeres puedan hacer punto, los hombres no, los hombres puedan jugar al fútbol, las mujeres no, etc. (Murray y Matheson, 1993).

Moya (1985) distingue entre rol sexual y rol de género, por rol sexual entiende: "El papel social que uno representa por ser hombre o mujer, se refiere especialmente a una realidad biológica". Utilizando la definición de Money y Ehrhardt (1972)

entendemos por rol de género: "Todo lo que una persona dice y hace para indicar a los otros o a él mismo el grado en el que es hombre, mujer o ambivalente".

Osca y López-Sáez (1994) definen los estereotipos de rol de género como: "las creencias sobre qué actitudes son más apropiadas para los hombres y cuáles para las mujeres". Y por estereotipos de rasgos de género: "las características psicológicas atribuidas diferencialmente a uno u otro sexo".

López (1984) en un estudio sobre roles de género con niños españoles obtuvo los siguientes resultados: La adquisición de aspectos fundamentales del rol sexual y de la identidad sexual tiene lugar antes de los tres años. La conservación de la identidad sexual la adquieren la mayoría entre el 5º y el 6º año. Entre los seis y los ocho años la consolidan. Las preferencias cambian con la edad. Hay una tendencia cada vez más clara a elegir las personas de su propio sexo para jugar, ser amigos y quererles más. La preferencia por los juguetes tipificados es más clara y consistente entre los niños. Las niñas eligen más frecuentemente juguetes "de niño". Las niñas manifiestan preferencia por los miembros del otro sexo con más frecuencia que los niños.

La socialización deportiva es una continuación de la socialización del rol sexual, que para los chicos refuerza rasgos "masculinos" tales como competitividad y liderazgo y para las chicas desaprueba esos rasgos (Gregson y Colley, 1996). Los niños en edad escolar aprenden muy pronto el mensaje sobre la masculinidad del deporte. En un estudio con 2500 estudiantes escolares se encontró que la mayoría de los niños reconocían un héroe deportivo. Ninguno de los niños eligió a una mujer y la mitad de las niñas eligieron a un héroe masculino (Investigación de la Working Group on Women in Sport -WGWS-, 1985).

Algunos autores han destacado la necesidad de roles femeninos en todos los aspectos del deporte. Greendorfer (1977) estudió los modelos de rol que eran significativos en el deporte en cada etapa del ciclo vital. Los resultados muestran que

el modelo de rol masculino fue predominante en todas las etapas para los varones (niñez, adolescencia y adultez) y en la niñez para las mujeres, pero en la adolescencia y la adultez los modelos de rol femeninos llegan a ser más significativos para ellas.

En esta misma línea, Gregson y Colley (1996) encontraron que los miembros de la familia, además de apoyar e incentivar la participación deportiva, también pueden actuar como modelos de roles si están implicados activamente en el deporte. Estos autores encontraron correlación positiva entre participación deportiva de las chicas adolescentes y participación deportiva del padre y de la madre, pero no ocurrió lo mismo con los varones. Esto indica que los modelos de rol parentales no son relevantes para su participación deportiva en la adolescencia. De acuerdo a la Teoría del Aprendizaje Social de Bandura (1977, 1984), la participación deportiva ocurre a través del refuerzo social y el modelaje de conductas sobre personas significativas o modelos de roles.

Por su parte, Lirgg (1992) hace una serie de recomendaciones a las personas que trabajan con chicas jóvenes en ámbitos deportivos. Sugiere que no basta sólo con el desarrollo de las destrezas y habilidades deportivas sino que también es necesario ofrecer modelos de roles y un feed-back apropiado. El peso del proceso de socialización es muy fuerte sobre las mujeres y existen influencias sociales negativas que afectan su confianza e interés por el deporte.

En relación con el estudio de los roles en el deporte ha surgido una amplia investigación sobre el conflicto de rol en las mujeres que practican deporte. Para los hombres el deporte es considerado importante en el desarrollo de la identidad masculina, pero para la mujer existe una incompatibilidad entre feminidad y participación deportiva. Esto llega a ser particularmente agudo en la adolescencia, cuando el estatus de las chicas llega a estar más vinculado a su feminidad. "Una chica que continúa estando comprometida con el deporte en la adolescencia puede verse víctima de un conflicto de roles. Si ella acepta la definición social de feminidad, ella

tendrá el problema de reconciliar su conducta deportiva con las características que la acompañan de agresión, competitividad, independencia, competencia, fuerza y habilidad con un muy diferente conjunto de expectativas sociales de ella como mujer joven" (Engel, 1994).

Del Rey, en un estudio realizado en 1982 sobre mujeres deportistas en la Universidad de Nueva York, observó que las mujeres que practican deportes considerados más masculinos, utilizan un discurso tradicional y se identifican con un punto de vista conservador y femenino, para reevaluar su feminidad y reducir la disonancia cognitiva, mientras que mujeres que practican deportes "femeninos", utilizan un lenguaje y un discurso más liberal porque su disonancia cognitiva es menor.

El conflicto de roles para la mujer deportista de competición se basa en la disparidad inherente a las concepciones tradicionales de lo deportivo y lo femenino (Harris, 1980; Oglesby, 1982; Cagigal, 1983). Methany en 1965 formuló la teoría de que la sociedad acepta mejor a las mujeres que practican deportes que se definen como femeninos, es decir, aquellos que no se encuentran en contradicción con el rol femenino. Efectivamente, la tendencia tradicional como solución del conflicto ha sido, o bien la retirada prematura del deporte, o bien elección de deportes más compatibles con la condición femenina.

Jackson y Harsh (1986) estudiaron la relación entre participación deportiva femenina y conflicto de rol, para ello utilizaron muestras de atletas de diferentes deportes y no atletas. Encontraron que pocas atletas y no atletas mostraban conflicto de rol y en cualquier caso esto fue relacionado con el tipo y grado de participación deportiva. Las levantadoras de peso percibieron significativamente más conflicto que el resto de las deportistas.

También se da un conflicto de roles en los varones que practican deportes considerados como "femeninos", como ocurre en el patinaje artístico, que como

Theberge (1993) expresa, hay un esfuerzo continuo por parte de entrenadores y atletas por afirmara su masculinidad.

Algunas investigaciones (Del Rey, 1977; Harris, 1980, 1987, Goldberg y Chandler, 1991) encontraron que este conflicto de rol se produce porque las demandas deportivas entran en conflicto con el rol de género femenino. Del Rey sugiere que las mujeres a menudo resuelven este conflicto adoptando las conductas femeninas más extremas.

La “teoría de la disculpa” se ha ofrecido como explicación de cómo el antagonismo producido por ese conflicto entre los roles de atleta y mujer se reduce. Como indicadores de la “teoría de la disculpa” se han clasificado una serie de conductas que incluyen el uso exagerado de equipos femeninos tales como: vestidos, maquillaje, cosméticos, negación de tomar el deporte en serio, declaraciones acerca de que el deporte es una forma de sociabilidad, seguir deportes individuales más aceptables socialmente como tenis, afirmación de valores femeninos como la belleza y gracia como justificación por practicar su deporte y adherencia a visiones conservadoras de roles de mujeres. A nivel conceptual la aproximación al conflicto deja los dos roles (mujer y participante deportiva) sin examinar, vagos y amorfos. Cada uno de esos roles tiene grupos de expectativas que vinculan el rol obligatorio a muchos otros roles, a estas investigaciones todavía les falta por especificar la compleja relación en la cual el conflicto puede seguir. Los roles toman forma y son activados en contextos sociales específicos, así una mujer deportista puede percibir su cuerpo como aceptable en contextos atléticos, pero no en encuentros sociales. Sus dilemas pueden tomar formas diferentes en los distintos contextos sociales. La investigación sobre los conflictos de rol ha fracasado al no considerar esas influencias contextuales. El tipo y nivel de implicación deportiva femenina ha sido conceptualizado demasiado estrechamente. La clasificación de la implicación individual versa en equipos, por ejemplo, deja muchas dimensiones sin examinar. La naturaleza de los conflictos potenciales puede también diferir dependiendo de si uno

es un atleta novato o veterano, un jugador “estrella” o de los que están siempre en el banquillo, un aficionado o un profesional, por mencionar algunos factores relevantes.

Las mujeres también traen al deporte no sólo su género sino también otras variables como edad, raza, etnicidad, clase social, preferencia sexual, estatus marital y el aspecto físico. Cada uno de estos aspectos influye en como una mujer es orientada hacia el deporte y como ella se defiende a sí misma como mujer. Por ejemplo, las participantes en equipos deportivos tienen más probabilidad de venir de clases sociales más bajas que las participantes en deportes individuales. Las imágenes conservadoras y tradicionales de los roles de la mujer en la sociedad se encuentran más usualmente entre mujeres de clase baja. Podemos preguntarnos, por ejemplo, si las actitudes conservadoras expresadas por las jugadoras de “softball” en EEUU hacia los roles de la mujer resultan de percibir un conflicto generado por el deporte que practican o por las variables de clase social. Con respecto a la edad, la investigación muestra que las personas en la adolescencia y en la adultez temprana con más probabilidad que las personas maduras enfatizan y exhiben diferencias en los roles sexuales. Puede que sea, pues, la etapa del ciclo vital lo que genera problemas de conflicto de rol más que la participación deportiva en sí misma. Así, si una mujer es rica o pobre, blanca o negra, joven o vieja, homosexual o heterosexual o reside en zona rural o urbana, puede afectar el tipo y cantidad de conflicto que ella puede encontrar con relación a la participación deportiva. Los estudios sobre mujer y deporte tienen que avanzar más firmemente en un reconocimiento de la heterogeneidad social de las mujeres, su localización en diferentes partes de la estructura social, su participación en diferentes subculturas y sus diferentes roles (los cuales pueden afectar las múltiples vías en las cuales se puede percibir el conflicto de rol).

Esta sugerente “teoría de la disculpa” es una manera de resolver el conflicto de rol. Como algunas mujeres eligen practicar deportes socialmente no aceptables,

exponen visiones tradicionales de los roles femeninos o llevan joyas. Esto no significa necesariamente que esas conductas constituyan disculpas. Las investigaciones deberían ser diseñadas para elicitare respuestas cuyos significados tengan que ver con las conductas correspondientes, dejando a un lado la construcción de teorías (Boutilier y Sangiovanni, 1985).

Mucha de la investigación sobre el conflicto de roles está basada en la asunción de que el deporte es una actividad estereotípicamente masculina y que las mujeres que participan en el deporte experimentan conflicto entre sus roles femenino y atlético. La investigación sobre conflicto de roles entre mujeres atletas ha sido evaluada por Hall (1981) y Boutilier y Sangiovanni (1985). Como estas autoras muestran, esta investigación es defectuosa tanto metodológica como conceptualmente. Se han encontrado escalas y medidas inconsistentes, conceptualizaciones de las variables imprecisas, muestras sesgadas y restringidas y fracaso al identificar el contexto, así como otras influencias mediatizadoras, en la relación entre participación deportiva y conflicto de rol. Boutilier y Sangiovanni hacen la puntualización adicional de que la investigación sobre el conflicto de roles está desfigurada por problemas filosóficos en su aceptación no crítica tanto del rol tradicional de las mujeres y sus ordenaciones convencionales en el deporte (Theberge, 1994).

C) Creencias y conductas del socializador. El mantenimiento de los estereotipos y roles.

a) Agentes de Socialización

Todas las teorías enfatizan la importancia de la niñez temprana en la adquisición y desarrollo de la identidad de género. Las Teorías Psicodinámicas

enfatan la esencia del género, mientras que la Teoría del Aprendizaje Social describe cómo varias contingencias ambientales (recompensas, castigos, modelos, etc.) configuran la conducta de género. Tanto la Teoría del Desarrollo Cognitivo como la del Esquema de Género enfatizan la importancia de un organismo activo y pensante mediatizando la influencia de la familia y la cultura. La información relacionada con el género es filtrada a través de las estructuras cognitivas desarrolladas de un niño. Tales estructuras configuran cómo es percibido el mensaje e influyen tanto en la conducta como en las actitudes.

Si intentamos integrar las teorías anteriores para explicar la socialización del género, tendríamos que tener en cuenta los primeros cuidados maternos durante los primeros años de vida (Teorías Psicodinámicas), el tratamiento diferencial y el modelado de las conductas vinculadas al género (Teoría del Aprendizaje Social), los cambios en el desarrollo de las habilidades y estructuras cognitivas (Teoría del Esquema de Género y del Desarrollo Cognitivo), la fuerza de los mensajes culturales respecto al género (Teoría del Esquema de Género) y los roles sociales diferenciales según el género (Teoría del Rol de Género) (Basow, 1992)

El aprendizaje del género es una función de los procesos de socialización, que tienen lugar mediante una serie de instituciones sociales encargadas de enseñar los valores de la sociedad. Las instituciones a través de las cuales aprendemos los valores de nuestra cultura son la familia, educación, religión, política, economía y deporte. La familia, a través del proceso de crianza del niño, es la institución más influyente y penetrante. Para los hombres la institución del deporte en nuestra sociedad es probablemente uno de los reforzadores más fuertes del rol de género masculino (Murray y Matheson, 1993).

Ya hemos visto anteriormente cómo el interés por el deporte varía en hombres y mujeres y esta diferencia tiene mucho que ver con el proceso de socialización a que han sido sometidos desde la niñez temprana. Los miembros

familiares, principalmente los padres son los responsables de la socialización temprana. Ellos aseguran que los niños sean expuestos a actividades que concuerden con sus roles de género; ellos premian a los niños por conductas “apropiadas” y los castigan por conductas “inapropiadas” (Greendorfer, 1993). Los padres continúan tratando a hijos e hijas diferencialmente, los estereotipos de rol de género continúan siendo una fuerza dominante en la socialización temprana y las diferencias sexuales encontradas en los estilos de juego de los niños pequeños y los niños más mayores son bastante semejantes a las encontradas en investigaciones de hace 40 años. Las investigaciones indican que los padres continúan siendo físicamente más rudos y juegan más a saltar y a actividades motoras gruesas con los niños varones que con las niñas, que los padres continúan estimulando más las actividades motoras para los chicos y a menudo castigan a las chicas por participar en juegos activos que implican destrezas motoras gruesas, y que los padres (así como los profesores) tienden a participar en juegos físicamente activos con los chicos pero no con las chicas.

Las primeras investigaciones sobre socialización deportiva femenina se centraban casi exclusivamente en atletas de edad escolar y muchos de los hallazgos revelan sólo perfiles generales descriptivos. Por ejemplo, a diferencia de sus contrapartes masculinas, la mujer atleta tiende a ser la nacida en un lugar intermedio o la más joven, pero no en primer lugar. Al igual que los atletas varones empiezan su implicación deportiva a una edad temprana (alrededor de los 8 ó 9 años) y uno de sus padres o los dos practicaron activamente deporte en su niñez, lo cual puede ser la razón de su introducción en el deporte y la actividad física, como una actividad familiar “normal” o “esperada”. Además, las mujeres atletas percibían a una edad muy temprana que ellas estaban por encima de la media en el nivel de destreza y habilidad y no se sabe con claridad quién en la familia influyó en su implicación deportiva inicial. Así que parece que la probabilidad de que una mujer llegue a ser una atleta tiene que ver con los patrones de implicación deportiva de la familia en la que ha nacido (específicamente historia deportiva parental), así como con la raza y los antecedentes de clase social. Aunque las experiencias escolares parecen influir en

su implicación deportiva, parece que no es la principal influencia en los procesos iniciales de socialización. Más bien, la escuela refuerza las habilidades aprendidas previamente (Greendorfer, 1993).

Bandura (1977, 1984), en su Teoría del Aprendizaje Social, sugiere que la participación deportiva depende de las características personales de los atletas, la influencia de los agentes de socialización, así como la existencia de oportunidades para participar en los deportes de interés.

La propuesta de Greendorfer (1977) fue estudiar los procesos por los cuales las mujeres llegan a estar socializadas dentro del deporte, utilizando para ello el paradigma del aprendizaje social. El foco principal de esta investigación fue el rol de los agentes de socialización. Los agentes de socialización influyen en los resultados de los procesos de socialización a causa de su prestigio y poder para distribuir amor, recompensas y castigos (mecanismos para inculcar y confirmar valores, conducta normativa y sanciones). Varios agentes pueden jugar un rol en los procesos de socialización deportiva. Se comprobó que el grupo de pares fue la influencia principal a través de cada etapa del ciclo vital, la familia era un fuerte agente socializador durante la niñez, pero no tenía un efecto significativo durante la adolescencia y demostraba ser significativamente menos influyente durante la adultez. Los maestros y entrenadores servían como agentes significativos sólo durante la adolescencia. La familia es el agente socializador más influyente sobre los niños. Dentro de la familia, los padres son más influyentes que los hermanos y el padre más que la madre.

En 1978, Greendorfer realizó otro estudio cuyo objetivo era determinar los factores socioeconómicos que pueden influir en la implicación deportiva femenina. Con respecto a la influencia de los agentes de socialización no se encontró relación entre tipo de deporte e influencia de familia y pares o entre estatus socioeconómico e influencia de la familia y pares.

Varios son los autores que han estudiado la influencia de los distintos agentes de socialización sobre la práctica deportiva de los niños y jóvenes de ambos sexos. McElroy (1983) estudió la influencia de los padres pero diferenciando la interacción padre-hijo del mismo sexo y del sexo contrario, con relación al tipo de orientación de los niños hacia el deporte. Encontró que los padres influyen en el niño del sexo opuesto de una forma diferente a como influyen en el niño del mismo sexo. La influencia sobre el niño del sexo opuesto parece reforzar una orientación no tradicional en el deporte en niños pero una orientación tradicional deportiva en niñas.

En la misma línea, Higginson (1985) observó que la influencia de los agentes de socialización era significativa sobre las jóvenes atletas, variando la importancia del agente según la etapa del ciclo vital, así antes de los 13 años es más importante la influencia parental más que la de los profesores (entrenadores), siendo al contrario a partir de esta edad.

Por su parte, Gregson y Colley (1996) encontraron correlación positiva entre participación deportiva de las chicas entre 15 y 16 años y participación deportiva del padre y de la madre, pero no hubo correlación positiva en la participación de los chicos de la misma edad varones.

Eccles, Jacobs y Harold (1990) opinan que los padres distorsionan sus percepciones de las de sus propios hijos en las actividades estereotípicas de rol de género, tales como las prácticas deportivas. El género del niño influye en las atribuciones causales de los padres para la ejecución de sus hijos de actividades estereotípicas de rol de género. Esos sesgos perceptuales influyen en la autopercepción de los propios niños y en la elección de actividades.

En la investigación llevada a cabo por Colley, Eglinton y Elliott (1992), con 60 niños de 9 años, se encontró que la participación deportiva familiar (padres), así como el poseer atributos masculinos, eran factores que correlacionaban positivamente con la

implicación deportiva de las niñas tanto antes como después de la adolescencia. Las autoras hipotetizaron que la participación deportiva de los padres puede ser más crucial para la participación deportiva de las mujeres después de la adolescencia que antes.

Asimismo, con relación a los agentes de socialización, Weiss y Barber (1995) estudiaron las percepciones de apoyo recibido de los agentes de socialización en una muestra de atletas y no atletas de ambos sexos. Los resultados indicaban que las mujeres atletas percibían más apoyo social que sus pares de los demás grupos.

Además de estos agentes de socialización mencionados existen otras fuerzas socializadoras igualmente potentes aunque actúan sobre un nivel más impersonal, nos referimos a los medios de comunicación, el sistema educativo, las religiones, etc. (Basow, 1992).

b) Experiencias previas.

Los juguetes, los juegos y las conductas deportivas son aprendidos. Son el resultado explícito del tratamiento diferencial y de las prácticas de socialización que empiezan cuando damos a los niños balones y estímulos azules y a las niñas muñecas y estímulos rosas. Y estas prácticas continúan a través de la niñez temprana y tardía. Existe un tratamiento diferencial que se muestra de múltiples maneras, como por ejemplo, no exponiendo a las hijas al desarrollo de destrezas motoras, no ofreciendo a las hijas una variedad de actividades deportivas, no estimulándolas a desarrollar patrones de habilidades motoras que les permita mover sus cuerpos de la misma manera que se les permite a los hijos. En la mayoría de los casos los padres no son conscientes de que limitando las oportunidades en el juego y en el desarrollo de habilidades motoras temprana están imponiendo límites sobre el desarrollo de habilidades deportivas más tarde.

Las diferencias de género en nivel de actividad parecen incrementar con la

edad, desde la infancia a través de la adolescencia mediana. Los chicos generalmente puntúan más alto que las chicas en actividades de tipo motor. Estas diferencias parecen ser debidas a una interacción entre factores biológicos y ambientales. A pesar de las fuertes expectativas de que las diferencias de género son grandes y amplias, los hallazgos de las investigaciones revelan más semejanzas que diferencias, especialmente en el área cognitiva. En el aspecto físico los sexos difieren claramente en los aspectos relacionados con los roles reproductivos de hombres y mujeres. Las diferencias en conducta motora tienen que ver con aspectos no sólo biológicos sino también sociales (Basow, 1992).

O'Brien y Huston (1985) realizaron dos estudios para evaluar el nivel de actividad motora en bebés de ambos sexos durante el periodo de juego. En el primer estudio había una muestra de 52 bebés de 12, 18 y 24 meses de edad. Se les observó jugando con juguetes estereotipados masculinos, femeninos y neutros. Los niños y las niñas mostraban el mismo nivel de actividad y ambos fueron significativamente más activos cuando jugaban con juguetes estereotípicamente masculinos. En el segundo estudio la muestra era de 27 bebés de 16 y 28 meses de edad. Había juguetes potencialmente productores de alta, media o baja actividad, tanto en las categorías masculina, femenina y neutra. De nuevo se observó que los niños y las niñas no diferían en el nivel de actividad global. Todos preferían juguetes de moderada a alta actividad, pero los niños seleccionaron juguetes estereotipados de niño antes que de niña. Los resultados sugieren que hay dos aspectos que determinan la elección de juguetes en los bebés: la actividad potencial del juguete y el estereotipo social. Muchos juguetes que estimulan el juego vigoroso son culturalmente definidos como masculinos. Así los chicos encuentran considerable correspondencia entre las expectativas sociales y sus propias preferencias. Las chicas, por otra parte, suelen tener pocos juguetes masculinos y los adultos tienden a estimularlas para jugar con juguetes más "apropiados".

Aunque no podemos explicar exactamente cómo los padres transmiten las percepciones estereotípicas de género de juguetes, juegos y deportes a sus hijos o cómo los niños leen los mensajes cuando los chicos son recompensados por

desarrollar habilidades motoras y las chicas no, el hecho es que los niños en edad escolar primaria ya saben por sí mismos que los deportes activos son masculinos y no femeninos. Por otra parte, también perciben que los juegos y deportes masculinos tienen un alto valor de prestigio (Greendorfer, 1993).

A los niños y a las niñas se les dan diferentes juguetes desde el momento del nacimiento, de esta manera los niños desarrollan preferencias por juguetes apropiados según el género desde muy temprano. En general los juguetes de niñas no hacen muchas demandas cognitivas o preparan a las niñas para ningún futuro ocupacional, excepto el rol de maternidad. Estos juguetes también elicitan conductas verbales e interacciones con otras personas. Los juguetes de los niños, por otro lado, tienden a ser más variados, caros, agresivos y creativos. Estos juguetes también tienden a implicar más actividad física y menos contacto interpersonal.

Martínez González (1988) realizó una revisión sobre las diferencias intersexuales en las actividades atléticas y de juego, encontrando que a pesar de las mínimas diferencias morfológicas entre niños y niñas de 3 a 10 años, son considerables las diferencias en sus preferencias de juego y actividades atléticas. Las actividades preferidas por las niñas incluyen juegos con muñecas, casitas, disfraces, dibujo y pintura, entre otras actividades que implican motricidad fina. Las actividades elegidas por los niños están representadas por juegos de construcción, maquetas, coches y camiones y actividades que suponen motricidad gruesa (saltar, correr). Según Maccoby y Jacklin (1974), tales diferencias antes de la adolescencia, en que el dimorfismo sexual se hace patente, son debidas a la diferente respuesta por parte de los padres y del ambiente. Así, en natación, un deporte practicado actualmente en muchos países por ambos sexos, las marcas conseguidas por niños y niñas tienen diferencias poco significativas en preadolescentes, aumentando considerablemente en la adolescencia.

Los chicos juegan en grupos grandes y en juegos que requieren múltiples y complementarios roles. Los juegos de chicos tienen reglas que se pueden ajustar de

acuerdo al tamaño del grupo sin perder el espíritu de juego. Asimismo, pueden ser ajustados de acuerdo al nivel de destreza y permiten formas más complejas y progresivas conforme van creciendo. Los chicos también aprenden a través de sus juegos cómo negociar y establecen discusiones sobre las interpretaciones de las reglas y cómo cumplir con la mayoría de las reglas. Ellos son más estimulados también a jugar en deportes de equipo con una estructura organizativa compleja y fuertemente competitivos, tales como fútbol, baloncesto, etc. A través de estos deportes los niños aprenden a establecer metas y trabajar en equipo, aprenden la importancia de ganar y lo ven como un logro personal y del equipo y para ello aprenden un grado de objetividad emocional necesaria para elegir jugadores. Comprenden y respetan las reglas. El fracaso se difumina y reparte entre los miembros del equipo, con lo cual, el ego individual queda protegido (Greendorfer, 1993).

Las niñas dedican más tiempo en actividades individuales que requieren poca competición y tienen pocas reglas. Los deportes considerados apropiados para las mujeres como patinar, nadar, etc., también tienen pocas reglas y usualmente no implican competición. Se enfatiza más la calidad de la ejecución que ganar. Debido a que los juegos de chicas no proporcionan experiencias u oportunidades similares a las encontradas en los juegos de chicos, el potencial resultante para las chicas no es tan rico. Las chicas tienden a jugar más dentro de casa y esto limita su experiencia con encuentros fuera de casa. También ellas tienden a no jugar en juegos de equipos o competitivos; los juegos de chicas consisten más en tareas repetitivas y solitarias. Debido a que las reglas en los juegos de chicas son pocas, claras y explícitas, esto ofrece poca posibilidad de negociación o discusión cuando hay desacuerdos. Generalmente los juegos de chicas requieren menos estrategias que los de los chicos. Además, los juegos de chicas no proporcionan un progresivo desarrollo de habilidades y no incorporan niveles que permiten una mayor complejidad. Como resultado, los juegos de chicas son menos emocionantes, frecuentemente ellas terminan porque se pierde el interés o se para en un punto arbitrario más que porque

se hallan alcanzado claramente las metas.

Los hombres dedican más tiempo a actividades deportivas que las mujeres y estas diferencias aumentan con la edad. La participación deportiva es una de las principales formas de socialización masculina. La fuerza física del hombre ha llegado a ser menos importante en una sociedad industrial como la actual, por lo que el deporte organizado ha llegado a ser paulatinamente una importante fuente de validación de identidad de género para los hombres. Existe, pues, una íntima relación entre deporte y masculinidad. Los varones atletas tienden a ser más fuertemente tipificados sexualmente que los no atletas y que las mujeres atletas (Greendorfer, 1993).

Debido a que el deporte y el rol sexual masculino están tan cercanamente relacionados, muchas mujeres han vacilado en llegar a implicarse en deportes por miedo a llegar a ser etiquetadas como masculinas o lesbianas. Este etiquetado es un mecanismo de control social para mantener a la mujer “en su lugar”. Aunque algunas mujeres atletas son lesbianas, también lo son algunas mujeres no atletas y en opinión de Basow (1992), contrariamente al estereotipo cultural, la mayor parte de las lesbianas no tienen aspecto masculino. El estigma unido a la participación femenina es mucho menor en los deportes individuales. Las distintas investigaciones no apoyan el estereotipo de que las mujeres atletas son más masculinas sino que muestran altos niveles tanto de rasgos activo-instrumentales como de rasgos expresivo-comunales. Por su parte, las mujeres tipificadas fuertemente como femeninas tienden a evitar deportes considerados masculinos. Por una parte vemos que la mujer atleta es menos tradicionalmente tipificada sexualmente que las mujeres no atletas y por otra parte vemos que los hombres atletas muestran una mayor tipificación sexual masculina. Esto se refleja en una diferencia de actitudes de hombres y mujeres atletas hacia el deporte. Los hombres atletas puntúan más alto que las mujeres en los aspectos competitivos, mientras que las mujeres atletas puntúan más alto en las cuestiones relacionadas con la interacción social. Sin embargo apenas existen diferencias en el

deseo de ejecutar bien o en la diversión en el deporte.

D) Factores psicosociales.

a) Identidad.

Identidad de género

En la literatura encontramos varios términos para referirse a un mismo fenómeno: orientación de rol sexual, identidad de rol sexual, identidad sexual e identidad de género. Este último es el más usado actualmente, aunque los utilizaremos indistintamente conservando el que cada autor que vamos a citar ha usado.

Moya (1985) define la identidad de género como: "La igualdad, unidad y persistencia de la individualidad de uno como hombre, mujer o ambivalente". Para este autor, las categorías de género son mutuamente exclusivas en el sentido de que la pertenencia social a una de ellas impide pertenecer a otra. Para Jackson y Harsh (1986) la identidad del rol sexual es: "La identificación con la conducta que una cultura califica como masculina o femenina". El término se refiere al modelo masculino o femenino que adopta una persona y se aprende a través del proceso de tipificación de género (Escartí et al., 1988). Basow (1992) lo define como los sentimientos subjetivos acerca de la masculinidad o feminidad de uno.

Martínez González (1988) define la identidad sexual como: "El conocimiento del género al que se pertenece" y la orientación sexual como: "El papel sexual que un individuo desea desempeñar". La autora explica como la identidad sexual se establece durante los tres primeros años de vida. Hasta el tercer año es posible el cambio de sexo en aquellos casos de ambigüedad anatómica. La adquisición de la identidad sexual se

produce antes de que se manifiesten las diferencias sexuales conductuales. Es decir, el niño conoce el género al que pertenece antes de establecer papeles sexuales diferenciados.

A partir del año y medio los niños empiezan a mostrar intereses y juegos tipificados socialmente según el sexo (López, 1984). Mediante la observación empiezan a distinguir entre lo que se considera propio de niños y propio de niñas, antes incluso de saber autodefinirse verbalmente como niño o niña. Hacia los dos años se autoclasifican como niño o niña. A los tres años los juegos, juguetes y vestidos están ya claramente tipificados. Muy pronto también verbalizan y conocen bien qué actividades y profesiones son propias del hombre y de la mujer. A partir de los tres años recurren frecuentemente a su identidad para aceptar o rechazar juegos, actividades, gestos, vestidos, etc. La permanencia de género no se adquiere hasta los seis o siete años. Los escolares definen ya como propio del varón ser más atlético y tener mejores habilidades mecánicas y como propio de la mujer el poseer más capacidades verbales y artísticas. Conocen ya la correspondencia entre estereotipo de varón y éxito. La etapa de niñez intermedia y adolescencia se caracteriza por un aumento del conocimiento y consistencia de los estereotipos de género, de forma que cada vez los distinguen con mayor precisión; una permanencia o conservación de la identidad sexual y de género y la adquisición de la diferenciación entre identidad sexual y de género.

Los niños demuestran estar más rígidamente tipificados que las niñas. Las niñas muestran interés por juegos masculinos con más frecuencia que los niños por juegos femeninos y suelen admitir a los niños en sus juegos y actividades. Es mucho más frecuente que las niñas deseen o hayan deseado ser niños que a la inversa. Los niños y niñas perciben, desde muy pequeños, la situación de privilegio del varón en nuestra sociedad (López, 1988).

La investigación sobre desarrollo social en la adolescencia se ha centrado

principalmente en las conductas personales e interpersonales. El antagonismo intersexo entre los niños parece implicar una competición social más que real. Tal antagonismo puede ser predicho desde la Teoría de la Identidad Social que ocurre entre grupos que se perciben a sí mismos de forma positiva. Durante la adolescencia los atributos estereotípicos de los sexos parecen divergir dramáticamente. Tradicionalmente esta divergencia ha sido descrita en términos de responsabilidades individuales de las mujeres (con relación a su familia y a su casa) como opuestas a las responsabilidades corporativas de los hombres (gobierno, defensa, etc.).

Otra evidencia sugiere que a los trece años los chicos mantienen una orientación intergrupo beligerante hacia las chicas, mientras que las chicas empiezan activamente a establecer relaciones interpersonales con los chicos más mayores. Esto es consistente con la idea de que el género de los chicos contribuye positivamente a su auto-imagen debido a que les permite compararse a sí mismos favorablemente con las chicas. Esta comparación está presumiblemente basada no en el rendimiento de los niños y niñas en clase sino en las características estereotípicas de chicos y chicas y hombres y mujeres en general. El desarrollo sexual más temprano en las chicas que en los chicos las sensibiliza hacia su identidad sexual que representa tanto una desviación de su amplia semejanza física con los chicos como una desviación de su auto-imagen previa. Las chicas intentan ganar distintividad positiva sobre los chicos de su misma edad en términos de características femeninas. Entre los criterios más importantes para llegar a ser una mujer puede ser el establecimiento de relaciones interpersonales con los chicos, por ello las cuestiones de atractivo, deseabilidad, sexualidad, etc., adquieren una gran relevancia en la identidad de las chicas. Con la entrada en la pubertad, los chicos reciben fuertes presiones para mantener una máxima diferenciación frente a las chicas de la misma edad. La identidad de grupo masculina segura y dominante probablemente llega a consolidarse y la identidad de género alcanza la máxima saliencia. Los chicos perciben de forma incrementada con respecto a las chicas poder, responsabilidad y estatus. Entre los 16 y los 19 años, los hombres en general mantienen una ideología de rol sexual significativamente más tradicional

que las mujeres (Abrams, 1989; Fernández, 1988).

El proceso de la adquisición de la identidad y el rol sexual es interpretado de forma diferente por los distintos autores de las diferentes corrientes. Para el Psicoanálisis, en la fase genital el niño está biológicamente orientado a preferir sexualmente al progenitor del sexo opuesto, mientras tiene sentimientos ambivalentes para con el progenitor del propio sexo. El miedo a la castración y a perder el objeto amado le hace renunciar a la rivalidad con el progenitor del propio sexo y a identificarse con él. Esa identificación con el progenitor del propio sexo es el mecanismo central del proceso. Este proceso tendrá lugar entre los tres y los seis años aproximadamente. La Orientación Piagetiana mantiene que la adquisición de la identidad y el rol sexual no están determinadas por la programación biológica ni por las influencias ambientales, sino por la organización cognitiva del propio niño. El juicio cognitivo de su identidad sexual lo hace el niño en el segundo o tercer año de vida y la conservación de la identidad de género ocurrirá a los seis o siete años. Las Teorías del Aprendizaje Social defienden que el proceso de sexuación no depende de impulsos biológicos ni de estructuras cognitivas. El sujeto primero aprende a distinguir los patrones de conducta sexualmente tipificados, después generaliza estas conductas a situaciones nuevas y por último practica dichas conductas. Este proceso se aprende a través de los paradigmas de condicionamiento clásico, operante y aprendizaje vicario (López, 1984).

López (1984) hace un análisis de los diferentes términos utilizados en los distintos enfoques. En el psicoanálisis se habla de “identificación”, término que implica sentimientos de suplencia, deseos de ser como otro e imitación de conductas. Las orientaciones cognitivas hablan de “identidad”, que hace referencia a la autclasificación como niño o como niña. Y los conductistas se refieren a “tipificación sexual” como una asimilación de las características conductuales propias de cada sexo en una sociedad determinada. En cualquier caso existe un hecho fundamental y es que la familia es el agente esencial en el proceso de adquisición y si

los modelos no son los adecuados, el proceso de identificación puede ser amenazado y las consecuencias sobre la conducta sexual pueden ser graves.

Muchos han sido los autores que han desarrollado escalas para medir la identidad de género. Los primeros en establecer una escala para medir masculinidad y feminidad fueron Terman y Miles en 1936 y su modelo permaneció vigente hasta 1974. La masculinidad y la feminidad son considerados constructos de personalidad que corresponden con los sexos biológicos y tienen un carácter estable y universal. A partir de estos autores se han realizado y utilizado otras escalas durante varias décadas, basadas todas en el establecimiento de un continuo bipolar opuesto donde la masculinidad está situada en un extremo y la feminidad en el otro y ambas son mutuamente excluyentes. Cada sujeto se situaría en un punto de ese continuo. Estas escalas establecen una analogía entre sexo y género. Todas estas investigaciones se sitúan dentro del Modelo de Congruencia.

A mediados de los setenta algunos autores como Bem (1974) o Spence et al (1975) propusieron los constructos de masculinidad y feminidad como dos dimensiones empíricas y conceptualmente diferentes. De estos autores surge el Modelo de la Androginia en plena crisis del Modelo de Congruencia. El nuevo modelo se fundamenta en la creencia de que masculinidad y feminidad son dimensiones únicas y ortogonales, presentes tanto en varones como en mujeres. De esta manera, una persona podía ser clasificada como masculina (manifiesta muchos rasgos masculinos y pocos femeninos), femenina (muestra muchos rasgos femeninos y pocos masculinos), andrógina (tiene en gran medida rasgos masculinos y femeninos) e indiferenciada (muestra pocos rasgos de ambas categorías). Al desarrollar su perspectiva y medidas, Bem desechó los modelos tradicionales y unidimensionales de los roles de género y defendió la nueva aproximación, construyendo sobre el trabajo de anteriores propuestas de aproximaciones multidimensionales como la de Constantinople (1973), sugiriendo que la masculinidad y la feminidad no deberían ser tratados como extremos opuestos de un constructo simple. Bem sugirió que las

características de personalidad de masculinidad y feminidad no están necesariamente vinculadas al sexo biológico, es decir, los hombres no son inherentemente más masculinos ni las mujeres más femeninas en su personalidad. En la conceptualización de Bem, la feminidad y masculinidad no son extremos opuestos de la misma dimensión de personalidad, sino que son grupos separados de características de personalidad positivas o deseables. Aunque las características típicamente femeninas son vistas como más deseables para las mujeres que para los hombres y las características típicamente masculinas son vistas como más deseables para los hombres que para las mujeres, Bem argumenta que no existe razón para que las mujeres deban poseer solamente características femeninas o los hombres sólo características masculinas. En efecto, Bem sostiene que la gente que es extremadamente tipificada sexualmente (sólo masculina o sólo femenina) es inflexible, con pocas opciones conductuales, mientras que los individuos mentalmente más saludables son andróginos y poseen características tanto masculinas como femeninas. El Bem Sex Role Inventory (BSRI) incluye 20 ítems estereotípicamente femeninos (por ejemplo: afectividad, sensibilidad, etc.) para medir feminidad y 20 ítems estereotípicamente masculinos (por ejemplo: independencia) para medir masculinidad y 20 ítems de relleno (por ejemplo: veraz, feliz, etc.). El Bem Sex Role Inventory fue desarrollado en una concepción de la persona tipificada sexualmente como alguien que ha interiorizado los estándares de conductas deseables sexualmente por la sociedad para hombres y mujeres

Históricamente la androginia ha sido motivo de estudio por parte de la filosofía y la mitología. En la mayoría de los sistemas religiosos el andrógina ha sido considerado como el símbolo supremo de identidad. En el arte y la pintura de las diferentes culturas también ha dejado su huella el mito del andrógino que representa al ser primordial que encierra en una sola persona las cualidades y características del hombre y de la mujer. Este nuevo surgimiento de la idea de androginia despertó gran interés en psicólogos, sociólogos, literatos, feministas, etc., como una idea fascinante e innovadora.

Sin embargo, el Modelo de la Androginia empezó también a recibir fuertes críticas unos años más tarde. Podemos destacar los siguientes puntos débiles: El procedimiento de los ítems ha sido en unos casos validado y en otros invalidado. El incumplimiento de la unidimensionalidad de las escalas de masculinidad y feminidad. El diferente grado de deseabilidad social entre las escalas de feminidad y masculinidad. El tratamiento de la masculinidad y la feminidad es estereotípico y se cuestiona la viabilidad de utilizar estereotipos de género como medidas de diferencias individuales (Sebastián y Aguiñiga, 1988; Martínez-Benlloch et al., 1988).

Principalmente fueron las críticas feministas las que hicieron que Bem rectificara un poco (Moya, 1985) y declaró que el concepto de androginia es insuficiente desde una perspectiva feminista, ya que continúa presuponiendo que hay una masculinidad y una feminidad dentro de nosotros, es decir, que tienen una realidad palpable y no son meros constructos cognitivos derivados de un procesamiento esquemático basado en el género (Bem, 1981). La solución que da Bem es que la sociedad sea no-sexo-esquemática, es decir, que aceptemos ser hombres o mujeres como aceptamos que somos seres humanos. Que la masculinidad y la feminidad sean evidentes pero no problemáticas. A pesar de las críticas, en muchos estudios se ha utilizado el Bem Sex Role Inventory (BSRI). Aquí vamos a ver algunas investigaciones que han estudiado la identidad de género en el contexto deportivo.

Las discusiones teóricas de Bem (1974) y el desarrollo del “Bem Sex Role Inventory” proporcionan el principal impulso para un gran cuerpo de investigación. Spence y Helmreich (1975) también investigaron la orientación del rol de género y desarrollaron el “Personality Attributes Questionnaire (PAQ) como medida de feminidad y masculinidad (Spence, Helmreich & Stapp, 1974). Mucha investigación en psicología deportiva sobre género utilizó los constructos y medidas desarrolladas por Bem o Spence y Helmreich.

Muchos investigadores interesados en el género y la conducta reconocen los límites de las diferencias sexuales tempranas y las aproximaciones al rol de género y van más allá de una simple dicotomía masculino-femenino. Incluso Bem y Spence y Helmreich van más allá de sus métodos iniciales, viendo ahora los constructos y las conductas de género en caminos más complejos (Gill, 1994).

Más recientemente Sandra Bem (1981) ha reconceptualizado la androginia y la tipificación sexual para referirse al esquema cognitivo más que a los tipos de personalidad. Los individuos tipificados sexualmente parecen ser más conscientes que los individuos no tipificados sexualmente (andrógino e indiferenciado) del género y de las cuestiones relacionadas con el género como el número de hombres y de mujeres en una habitación, o si una ocupación es más apropiada o no para un género. Así, la tipificación sexual puede referirse al proceso de construcción de realidad en términos de género. Los individuos no tipificados sexualmente parecen menos preparados para imponer un sistema de clasificación basado en el género.

Aunque bajo algunas circunstancias, los individuos tradicionalmente tipificados sexualmente tienen más probabilidad que otros de aceptar y utilizar la ideología tradicional de género y desarrollar conductas estereotípicas de género, bajo otras circunstancias la estereotipia sexual parece no estar relacionada con las actitudes y las conductas. El género es un constructo multidimensional y la relación entre las dimensiones está empezando a ser explorada. Spence y Sawin (1985) han propuesto reemplazar el concepto más limitante de tipificación sexual (conformidad con los rasgos de personalidad estereotípicos) por el concepto más multidimensional de identidad de género (un sentido fenomenológico de la feminidad o masculinidad de uno mismo). Una persona puede tener una fuerte identidad de género como hombre y evidenciar rasgos de personalidad y conductas expresivas y una actitud igualitaria hacia los roles de género. La teoría de Spence de la identidad de género sugiere que la edad afecta la relación entre rasgos tipificados sexualmente, conductas y creencias. Debemos ser sensibles a la complejidad de la conducta humana. Lo que parece quedar

claro es que el género debe siempre ser tratado en un contexto social. Las conductas relacionadas con el género están influidas por los sistemas de creencias de género de los individuos, los sistemas de creencias de género de otros y por un montón de apuntes situacionales. Además, el sistema de creencias de género de una persona está influido por su rol social vinculado con el género, otros roles sociales y las experiencias de socialización. Tenemos que guardar en mente este modelo multidimensional e interactivo (Basow, 1992).

Otra teoría que trata el tema de la identidad de género es la Teoría de la Identidad Social que tiene que ver con aquellos aspectos de la identidad que derivan de los miembros del grupo. Tajfel (1978) y Tajfel y Turner (1979) acentuaron el hecho de que la sociedad está compuesta de grupos sociales que mantienen relaciones de estatus y poder entre ellos. La estructura de grupo tiene importantes implicaciones para la formación de la identidad. Tajfel siguiendo a Festinger (1954) en la idea de que la formación de la identidad descansa en los procesos de comparación social, es decir, la gente se compara a sí misma con otros semejantes con el fin de evaluar sus opiniones y habilidades. Al igual que existe esta comparación interpersonal, la gente también necesita evaluar el valor de su propio grupo con relación a otros grupos parecidos. A las dimensiones que se utilizan para hacer esas comparaciones entre el propio grupo y los otros se les llama “categorización social”. La identidad social está fundada sobre una internalización de esas categorizaciones sociales.

Williams y Giles (1978) fueron los primeros en aplicar la aproximación de la Identidad Social al género. Describen las relaciones ideológicas entre grupos, en este caso entre hombres y mujeres, desde una instancia teórica más que empírica. Al hacer esto cometen el error de asumir que la feminidad es percibida por todas las mujeres de la misma manera. Otro punto de partida de Williams y Giles es su percepción de la relación entre la identificación del grupo y la ideología dominante que gobierna las relaciones entre grupos entre los sexos. Williams (1984) ha desarrollado posteriormente su propio análisis según el cual la investigación ha sido sesgada hacia

un modelo masculino “agente” de identidad social y de relaciones intergrupo. La visión de Williams es que los grupos masculinos adoptan estrategias que aumentan su distintividad mientras que las mujeres tienden a concentrarse en el fortalecimiento intragrupo, la cohesividad y comunalidad (Skevington y Baker, 1989).

Moya llevó a cabo dos investigaciones sobre la conciencia e importancia de la pertenencia a las categorías de género. En primer lugar, midió la identificación de los individuos con su género y encontró que cuando el grupo de género proporciona una identidad social negativa hay una baja identificación cognitiva con él, mientras que si la identidad es positiva aumenta esa identificación cognitiva. En segundo lugar, encontró que la identificación con el grupo de género es bastante importante tanto para los hombres como para las mujeres. La diferencia entre hombres y mujeres aparece cuando se consideran los aspectos evaluativos y cognitivos de la identidad con el género (Moya, 1993).

La progresiva valoración e incorporación de la mujer a todos los ámbitos de la vida social parece estar conduciendo a una ruptura de la distribución clásica de identidades de género entre hombres y mujeres. Por una parte encontramos un proceso de "androgenización" en las mujeres, quienes, sin dejar de incorporar atributos asociados al estereotipo femenino, incorporan también aspectos tradicionalmente vinculados al varón. En los hombres, por su parte, la tendencia es a una progresiva a-esquemización en términos de género (Moya, 1993).

Las investigaciones sobre identidad de género en el ámbito deportivo han sido muy abundantes. Harris y Jennings (1977) midieron a mujeres corredoras de fondo y también informaron que muchas eran andróginas o masculinas. Del Rey y Sheppard (1981) utilizaron el PAQ con mujeres atletas estudiantes y encontraron que muchas fueron clasificadas como andróginas o masculinas. Myers y Lips (1978) utilizaron el BSRI con mujeres y hombres participantes en deportes de raqueta e informaron que muchas mujeres eran andróginas, mientras que muchos hombres eran masculinos. En

un segundo estudio se estudiaron las razones de los jugadores para participar en un encuentro y fueron clasificados como competitivos o no competitivos. Todos los hombres fueron competitivos y también andróginos o masculinos. Las mujeres competitivas también fueron andróginas o masculinas, pero las mujeres no competitivas tuvieron puntuaciones más bajas en masculinidad y tendían a ser femeninas o indiferenciadas. Más recientemente, Jackson y Harsh (1986) también apoyan el concepto de androginia así como la relación teórica entre deporte y M. En su investigación encontraron que las mujeres atletas (a diferentes niveles de implicación) tuvieron puntuaciones altas en M y en F. Hall, Durborow y Progen (1986) también encontraron en sus estudios mayor proporción de mujeres deportistas andróginas que en el grupo de mujeres no deportistas. Asimismo, Wrisberg y Draper (1988) utilizaron el BSRI con equipos de atletas y con atletas de deportes individuales, informando que tanto hombres como mujeres de equipos fueron principalmente masculinos o andróginos. Hombres y mujeres de deportes individuales diferían en que más mujeres fueron clasificadas como femeninas, mientras que los hombres fueron distribuidos igualmente en la clasificación. Un hallazgo importante de Gregson y Colley (1996) fue que la medida de masculinidad obtenida a través del BSRI fue un predictor altamente significativo de la participación deportiva en mujeres pero no en hombres.

En un estudio con 60 niños de nueve años, realizado por Colley, Eglinton y Elliott (1992), las autoras encontraron que la participación deportiva familiar (padres), así como el poseer atributos masculinos, eran factores que correlacionaban positivamente con la implicación deportiva de las niñas tanto antes como después de la adolescencia. Es difícil determinar cuál es la explicación exacta, las autoras sugieren las siguientes:

- Las mujeres con atributos psicológicos masculinos se sienten atraídas por el deporte.
- El deporte puede estimular el desarrollo de conductas masculinas.
- Las mujeres que practican deporte pueden describirse a sí mismas como poseedoras de atributos masculinos, porque ellas ya han superado la estereotipia de los roles sexuales tomando parte en el deporte.

- Las mujeres que practican deporte pueden ser más conscientes de sus atributos masculinos, porque ellas actúan en una línea masculina en el contexto deportivo.

La relación entre masculinidad y participación deportiva de los varones no es clara ya que, por una parte la mayoría de los varones tienen puntuaciones altas en la escala de masculinidad, y por otra parte un gran número de hombres jóvenes practican deporte. Lo que sí es más frecuente encontrar es una puntuación baja en masculinidad entre varones que no practican deporte. Al igual que en el estudio de Gregson y Colley (1986), aquí también se ha encontrado una asociación significativa entre la participación deportiva de los padres y la de las niñas pero no la de los niños (Colley, Eglinton y Elliott, 1992).

Los sujetos categorizados como prototipos de su propio sexo se resisten a las actividades no apropiadas según su sexo y tienen sentimientos de disconformidad cuando ejecutan actividades del género contrario. Esta evitación podría ser debida a una motivación para mantener la auto-imagen como masculina o femenina, de acuerdo a las normas culturales de masculinidad y feminidad (Koivula, 1995).

Como defiende Oglesby (1983): "El deporte es un proceso a través del cual una combinación de atributos masculinos, tales como independencia y dominancia y atributos femeninos como dependencia (de otros miembros del equipo) y subordinación (de la autoridad) podrían dar lugar a un saludable equilibrio andrógino" (citado por las autoras).

Otros autores han estudiado la relación entre la identidad sexual de los deportistas y otras variables. Así, Wark y Wittig (1979) en su estudio sobre identidad de género y ansiedad competitiva observaron que los hombres tipificados como masculinos según el BSRI eran significativamente menos ansiosos que las mujeres tipificadas como femeninas. Estos hallazgos indican que los hombres que endosan rol sexual masculino son menos ansiosos con respecto a los deportes de competición que

las mujeres que endosan un rol sexual femenino. Todo esto indica que la competición deportiva es considerada un rol masculino en nuestra sociedad.

Por su parte, Wrisberg y Draper (1988) estudiaron la interacción del sexo y la orientación del rol sexual sobre los patrones de cohesión de chicos y chicas adolescentes jugadores de baloncesto. Se encontró que la cohesión estaba más en relación con la orientación de rol sexual que con el sexo en sí, ya que las personas femeninas y andróginas (tanto hombres como mujeres) atribuían más importancia a los componentes de integración del grupo que las personas indiferenciadas y masculinos. Las autoras también encontraron altas proporciones de mujeres andróginas (36%) e indiferenciadas (25%) en sus muestras. Esto es consistente con otros hallazgos según los cuales las mujeres que son atraídas por el deporte tienen menos rigidez en la tipificación sexual. También una alta proporción de varones fueron clasificados como andróginos (24%) e indiferenciados (32%), sugiriendo que las clasificaciones tradicionales de rol sexual (masculino y femenino) pueden disminuir entre la población deportiva.

Autores como Henderson, Stalnaker y Taylor (1988) extendieron la investigación a los encuentros recreativos y exploraron la relación entre orientación del rol de género y barreras percibidas para la recreación. Informaron que las mujeres que eran clasificadas como masculinas percibían menos placer, seguido por las andróginas y finalmente por las femeninas, paralelo a los hallazgos con atletas.

Por su parte, Coakley y White (1992), realizaron un estudio sobre toma de decisiones sobre la participación deportiva en adolescentes, encontrando que la identidad de género fue un factor principal en el proceso de toma de decisiones en todos los aspectos de la vida, incluido el deportivo. Los asuntos relacionados con el género ejercen una influencia especial en el proceso de toma de decisiones.

También podemos citar el estudio de Spangenberg y Lategan (1993). Investigaron la relación entre androginia y capacidad de adaptación tanto a las necesidades personales como a las demandas del medio. Las autoras encontraron que las mujeres con orientación de rol sexual andrógina, muestran mejores habilidades para adaptarse a las necesidades personales y a las demandas del medio, que las mujeres con orientación femenina, masculina o indiferenciada. Esto apoya a Bem (1974). En el repertorio de capacidad de adaptación son esenciales cualidades masculinas tales como autonomía, independencia y asertividad, al igual que también son esenciales cualidades femeninas como: comprensión, cordialidad y ternura.

Como podemos observar, la investigación en psicología del deporte sobre identidad de género sugiere que las atletas mujeres poseen más características de personalidad masculinas o instrumentales que las mujeres no atletas. El deporte, particularmente en los encuentros de alta competición, requiere características instrumentales y asertivas. No es sorprendente que los participantes tengan puntuaciones más altas en instrumentalidad que los no participantes. Tanto el BSRI como el PAQ incluyen “competitivo” como uno de los ítems masculino/instrumental. Las puntuaciones masculinas más altas de las mujeres atletas probablemente reflejan un solapamiento con la competitividad o la orientación de logro en el deporte, más que una conexión con ningún otro constructo o conducta relacionada con el género. En uno de los estudios de Gill y Dzewaltowski (1988) se encontró que la competitividad claramente diferenciaba atletas y no atletas y que esta diferencia se da tanto en hombres como en mujeres. La competitividad fue el único discriminador importante. Las puntuaciones en BSRI y PAQ no añadían ninguna información útil. La participación deportiva está asociada con la instrumentalidad, pero podemos utilizar medidas directas de orientación deportiva competitiva que no implican connotaciones de rol de género.

Después de estudiar los datos de las diferentes investigaciones podemos concluir que clasificando el deporte como instrumental o masculino se ignora el hecho

de que muchas conductas diferentes instrumentales y expresivas ocurren en el deporte y en los encuentros. Incluso en los deportes altamente competitivos las conductas expresivas pueden ser ventajosas. La creatividad, las acciones expresivas pueden ser la clave del éxito para un gimnasta y la sensibilidad con los demás puede ayudar a un entrenador olímpico a comunicarse con cada atleta. Oglesby (1983) ha sugerido que se enfaticen las orientaciones expresivas en el deporte así como las funciones instrumentales tradicionales. Los valores expresivos son a menudo vistos como femeninos, pero deberán ser valorados para los hombres igual que para las mujeres. Estos valores expresivos aplicados al deporte podrían ser: pasividad (por ejemplo, después de una lesión, atención a las instrucciones de especialistas y del entrenador), subordinación (aceptar los propios roles, cambiar hábitos y habilidades), dependencia (seguir el control del entrenador) y naturalidad (creatividad en las nuevas destrezas, equipamiento y estrategias). La apreciación y adaptación de lo expresivo debería hacer del deporte un entorno más positivo para hombres y mujeres y debería ayudar a cambiar nuestros limitados roles y estereotipos de género (Murray y Matheson, 1993).

Es necesaria una separación del deporte y el rol sexual masculino para que ambos sexos puedan recibir los beneficios de la participación atlética y evitar sus costes (Basow, 1992).

Auto-concepto

Es la forma como un individuo se ve a sí mismo. El auto-concepto se ve afectado por los estereotipos y los roles de género. Este concepto incorpora otros que veremos a continuación: auto-estima, auto-confianza, e imagen corporal (Basow, 1992).

Las percepciones de uno mismo están formadas a través de las experiencias del individuo con el entorno y están influidas por los refuerzos y evaluaciones de otras personas significativas. Estas percepciones influyen en la conducta y el bienestar

psicológico de las personas (Zaharopoulos y Hodge, 1991). El auto-concepto es una variable que ha sido fuertemente relacionada con el deporte. Después de revisar varias investigaciones en esta línea, autoras como Jackson et al. (1986) y Zaharopoulos y Hodge (1991) concluyen que la relación deporte y auto-concepto ha sido inconsistente por lo que se deciden por un enfoque diferente basándose en la idea de multidimensionalidad defendida anteriormente por otros autores como Shavelson y cols. (1976).

De acuerdo con Shavelson y cols. (1976) el auto-concepto es multidimensional, es “una percepción del individuo de sí mismo formada a través de experiencias con el entorno, interacciones con otras personas significativas y atribuciones de su propia conducta”. La organización del auto-concepto es multifacética y jerárquica. Esto quiere decir que la gente tiene diferentes percepciones de sí misma, según los diferentes aspectos de sus vidas. Uno de esos aspectos es la habilidad física.

Jackson y Harsh (1986) estudiaron la relación entre participación deportiva femenina y auto-concepto, encontrando que las mujeres atletas tenían un auto-concepto más positivo que las no atletas, pero principalmente el auto-concepto de la habilidad física, lo que apoya la importancia de utilizar medidas de auto-concepto multidimensionales.

Asimismo, en una investigación llevada a cabo con adolescentes de ambos sexos, tanto atletas como no atletas, Zaharopoulos y Hodge (1991) encuentran que los atletas diferían significativamente de los no atletas en el auto-concepto, en cuanto a la habilidad física, pero no en el auto-concepto general. En cuanto al género no hubo diferencias significativas entre chicos y chicas en el auto-concepto. Estos hallazgos apoyan el carácter multidimensional del auto-concepto y también rechazan la idea asumida de que la participación deportiva hace aumentar el auto-concepto en general, viéndose que puede aumentar específicamente el área particular de la habilidad física.

El Modelo de Eccles sobre elecciones de logro, basado en los modelos de expectativa-valor, contempla el auto-concepto de habilidad física como un mediador crítico de expectativa de ejecución. La influencia del auto-concepto de habilidad sobre las conductas relacionadas con el logro y la elección de actividad ha sido estudiada extensamente. Eccles (1985, 1991) cree que el auto-concepto de habilidad física es un predictor crítico de la ejecución y de la elección de tarea. La autora recomienda intervenciones que eleven la confianza de las mujeres en su habilidad para hacer bien actividades deportivas y que aumenten el valor y reduzcan el coste psicológico.

En un estudio de Coakley y White (1992) sobre toma de decisiones respecto a la participación deportiva, llevado a cabo con adolescentes de clase trabajadora en Londres, se observó que la visión de las actividades deportivas estaba relacionada con el auto-concepto y lo que ellos esperaban hacer con sus vidas.

En la investigación llevada a cabo por Marsh et al. (1994) midieron los diferentes componentes del auto-concepto, derivados del modelo de Savelson, a una muestra de niños entre 6 y 11 años. Los resultados fueron consistentes con el modelo seguido. Se encontraron diferencias sexuales grandes para dos factores (el auto-concepto de los chicos fue más alto en habilidad física y el de las chicas fue más alto en lectura).

Imagen corporal

Se refiere a cómo se ve uno a sí mismo y cómo se evalúa corporalmente. Parte de nuestro auto-concepto es nuestra imagen corporal, cómo percibimos y sentimos nuestro cuerpo. Este aspecto del auto-concepto está marcado y es consistente con las diferencias de género. Sobre las medidas globales de satisfacción corporal, las mujeres a veces parecen menos satisfechas que los hombres, aunque los resultados son inconsistentes. Las mujeres están más insatisfechas con su peso que los hombres y esta insatisfacción afecta negativamente su imagen corporal y el auto-concepto en

general (Basow, 1992).

La noción de imagen corporal es generalmente considerada un constructo psicológico y tiene una larga historia entre filósofos, sociólogos, neurólogos, psiquiatras y psicólogos. Las imágenes corporales son multidimensionales y multifacéticas, es decir, incluyen percepciones, actitudes y conductas que implican componentes tan diversos como apariencias físicas, talla, sensaciones, posición espacial, límites e identidad espacial. Las imágenes corporales son experiencias personalizadas y subjetivas; así, las imágenes que nosotros tenemos de nuestros propios cuerpos pueden ser bastante diferentes de otras que vemos. Son dinámicas y cambiables más que estáticas y absolutas. Están socialmente construidas más que genéticamente determinadas. Influyen en los procesos de información y en las conductas, es decir, cuando nosotros sentimos y pensamos en nuestros cuerpos, esto influye en la forma en la que percibimos y actuamos en el mundo. Las imágenes corporales están íntimamente relacionadas con el auto-concepto (Guthrie y Castelnuevo, 1994).

Estas mismas autoras exponen un análisis feminista según el cual los cuerpos de las mujeres son considerados inferiores a los de los hombres, son más blandos, débiles y más vulnerables a las lesiones y por tanto necesitan ser protegidos. Las actividades de movimiento son útiles para las mujeres sólo cuando les ayudan a aumentar la salud, cuerpos potencialmente procreativos. Los cuerpos de las mujeres no están capacitados para deportes que requieran contacto físico, particularmente aquellos que enfatizan el uso del propio potencial corporal para vencer al oponente. Las mujeres que participan y sobresalen en tales deportes son masculinas o no son mujeres de verdad. La representación del cuerpo femenino simboliza los ideales culturales de la feminidad “natural” y de la belleza erótica (Balsamo, 1994)

Auto-confianza.

Tener un alto grado de auto-confianza es fundamental para los deportistas, principalmente para los que compiten. Son numerosas las investigaciones que han encontrado diferencias de género en esta variable.

Algunos autores han encontrado que las mujeres tienen menor auto-confianza que los hombres, tanto en tareas intelectuales, como en el área del deporte y la actividad física (Corbin, 1981; Corbin y Nix, 1979; Fox et al., 1985; Balaguer et al. 1991).

Vamos a ver algunas de las investigaciones realizadas sobre diferencias de género en auto-confianza en el deporte y la actividad física. En una investigación de Corbin et al. (1983), se pedía a los sujetos que ejecutaran una tarea de resistencia muscular, antes de la tarea experimental y se pedía que estimaran los resultados esperados de la tarea. Se encontró que no había diferencias significativas en la ejecución de la tarea entre los sexos, pero sí hubo diferencias en la estimación de la ejecución. Las mujeres muestran una falta de confianza cuando tienen que estimar su rendimiento. Mahoney, Gabriel y Perkins (1987), también encontraron diferencias significativas entre ambos sexos en auto-confianza en el rendimiento deportivo. Pero observaron que estas diferencias no aparecían en esferas superiores de la élite olímpica donde las mujeres confiaban en sí mismas de forma similar a los varones.

Vealey (1988) desarrolló un modelo conceptual de auto-confianza basado en el contexto de deporte. La autora conceptualizó el constructo de confianza deportiva como una auto-confianza deportiva y no general. La escala desarrollada por la autora pide a los sujetos que juzguen su confianza deportiva en comparación con el atleta más confiado que ellos conocen. La auto-confianza mostrada por los varones es significativamente superior a la mostrada por las mujeres.

Petruzzello y Corbin (1988) diseñaron un estudio para determinar si el feedback después de una ejecución motora aumentaría la auto-confianza de las mujeres participantes y si esa confianza aumentada se generalizaría a otras tareas motoras. Los

resultados muestran que a pesar de que las tareas motoras del experimento eran valoradas como neutras de género, las mujeres carecían de confianza cuando se comparaban con los hombres. El feed-back mejoró la confianza pero no hubo generalización a otras tareas motoras diferentes. Los autores sugieren, siguiendo a Lenney (1977), que otro factor afectaría también la confianza y es la falta de experiencia.

Nos parece interesante citar el meta-análisis realizado por Lirgg (1991), con la intención de examinar la magnitud de las diferencias de género en auto-confianza en la actividad física, siguiendo la idea de Lenney (1977). Para ello utilizó todos los estudios publicados desde 1977 hasta 1990 sobre el tema. Los resultados mostraron que una tarea tipificada sexualmente contribuía a las diferencias de género en auto-confianza. Tanto si la tarea tuvo lugar o no en una situación competitiva, no afectó diferencialmente a la magnitud de las diferencias de género. La edad del sujeto, así como el tipo de medida de la confianza que se empleara, eran variables que contribuían a las diferencias de género en auto-confianza. La pega que encontró Lirgg fue que pocos estudios utilizaban tareas tipificadas sexualmente como femeninas. Un año más tarde, Lirgg (1992) examinó las investigaciones sobre auto-confianza de niñas y mujeres en el deporte, apoyando la afirmación hecha por otros autores de que las mujeres tienen menos confianza que los hombres en situaciones de logro. Para Lirgg la teoría más ampliamente utilizada para el estudio de la auto-confianza en el deporte ha sido la Teoría de la Auto-eficacia de Bandura (1977). Lirgg (1992) concluye que la auto-confianza, especialmente en el deporte y en la actividad física, está fuertemente influida por los procesos de socialización. En una nueva investigación de Lirgg et al. (1996) pretendían averiguar si la tipificación sexual de la tarea y la creencia de que uno puede mejorar pueden tener relación con las diferencias de género en auto-confianza. Los resultados apoyan el meta-análisis de Lirgg (1991). Los hombres tenían menos confianza que las mujeres sobre una tarea percibida como femenina y las mujeres tenían menos confianza que los hombres sobre tareas percibidas como masculinas. Para las mujeres, tanto la tipificación sexual de la tarea como la

concepción de habilidad fueron verdaderamente influyentes en la eficacia. Cuando la tarea fue considerada femenina las mujeres se mostraban confiadas. La combinación de una tarea percibida como masculina y la creencia de que la habilidad es inalterable fue bastante para causar creencias de eficacia mucho más bajas en las mujeres.

Por su parte, Cox y Liu (1993) estudiaron una serie de habilidades psicológicas como control de ansiedad, auto-confianza, concentración, motivación, etc., en una muestra de deportistas universitarios en EEUU y China. Se observó una superioridad de los atletas varones sobre las mujeres en todas las habilidades psicológicas y una superioridad de los atletas chinos sobre los americanos en auto-confianza y motivación. Meyers et al. (1996) estudiaron también una serie de habilidades psicológicas (manejo de la ansiedad, concentración y confianza) en estudiantes deportistas cuando realizaban tareas atléticas. Encontraron nuevamente mayor confianza, concentración y manejo de la ansiedad en los varones que en las mujeres.

Clifton y Gill (1994) realizaron un estudio con animadores de ambos sexos universitarios. La animación es vista socialmente como una actividad más adecuada para mujeres que para hombres. Las mujeres mostraban más auto-confianza que los hombres en las distintas subtareas excepto en dos de ellas: acrobacias y volteretas, en las que ambos mostraban la misma auto-confianza.

Otro acercamiento al estudio de la auto-confianza ha sido realizado por Cohem y Swim (1995). Estas autoras observaron que las mujeres sienten más amenaza por los grupos en los cuales ellas son minoría y prefieren no ser miembros de tales grupos. Pero la auto-confianza modera el impacto de la minoría sobre las expectativas de las mujeres y deseos de ser miembros de un grupo dominado por hombres. Es decir, una alta auto-confianza actúa como amortiguador de las expectativas potencialmente negativas de ser una minoría, por lo que las autoras recomiendan favorecer las condiciones de alta auto-confianza y mantener medios en los cuales la vulnerabilidad de los estereotipos sea

menor, en situaciones donde las mujeres se enfrentan a dominios tradicionalmente masculinos como es el deporte.

En general las mujeres tienen menores niveles de auto-confianza que los hombres, especialmente en situaciones y actividades predominantemente masculinas. Hay variables situacionales que median la auto-confianza de las mujeres, tales como: el área de habilidad específica, la posibilidad de recibir feed-back y el énfasis en la comparación social. Cuando la habilidad está relacionada con una conducta femenina no hay diferencias de género en la auto-confianza con relación al logro. Similarmente, las diferencias de género desaparecen cuando hay un feed-back claro o cuando la comparación social no se hace saliente (Lenney, 1977; Basow, 1992).

La menor auto-confianza de las mujeres puede ser debida a su historia de refuerzo diferencial: los hombres son recompensados por tener confianza, mientras que las mujeres son reforzadas por ser modestas. El hecho de expresar una baja auto-confianza es más aceptable para las mujeres que para los hombres (Basow, 1992). Los individuos que trabajan con mujeres jóvenes deberían luchar concienzudamente para incrementar su nivel de habilidad. Especialmente las chicas que puedan necesitar superar las influencias sociales negativas que afectan su confianza y su habilidad en el deporte.

Auto-estima

Se refiere a lo que uno piensa de sí mismo y tiene dos componentes: auto-aceptación y amor propio. Los hombres tienden a puntuar significativamente más alto que las mujeres en medidas de auto-estima global. Blascovich y Tomaka (1990) conceptualizan el término como la medida en que uno se aprecia, valora, aprueba o se gusta a sí mismo. En las Ciencias Sociales la auto-estima es un constructo hipotético que es cuantificado como la suma de evaluaciones a través de atributos salientes de la personalidad de uno mismo. La auto-estima sería el componente evaluativo de una

representación más amplia del self, mientras que el auto-concepto es un componente más inclusivo e incluiría aspectos cognitivos y conductuales, así como afectivos.

Veamos algunos aspectos importantes en la comprensión de la relación entre género y auto-estima. Por una parte, la edad de la persona, es decir, al llegar a la adolescencia la auto-estima disminuye en las chicas. Según datos de la American Association of University Women (1991), aproximadamente alrededor de los doce años, con el inicio de la pubertad, las chicas se enfrentan con las expectativas de conformarse a un rol femenino más restringido. El conflicto fundamental es entre quedarse con sus propios sentimientos y creer y ajustarse a las expectativas de los otros. Este conflicto se refleja en el descenso en la auto-estima. En los chicos ocurre lo contrario, en la adolescencia el logro llega a ser más congruente con el rol de género masculino y esto se refleja en una auto-imagen positiva.

Por otro lado, la tipificación sexual está relacionada con el nivel de auto-estima. Esta aparece correlacionada con rasgos instrumental-agentes. Esto significa que los individuos andróginos y los tipificados sexualmente como masculinos (tanto hombres como mujeres) tienen la auto-estima más alta. Los individuos tipificados como femeninos, especialmente las mujeres, tienen menos auto-estima que los andróginos y los masculinos. Los individuos indiferenciados parecen tener los niveles más bajos de auto-estima. En general, aunque los hombres tienden a puntuar más alto en auto-estima que las mujeres, en realidad, el mejor predictor de ella son los rasgos de personalidad instrumentales (Basow, 1992).

Sonstroem (1978) defendía que la estimación de la habilidad física de uno influye directamente en la auto-estima de uno.

También se ha estudiado la auto-estima en el contexto deportivo. Así, Hall, Durborow y Progen (1986) midieron la auto-estima en una muestra de mujeres atletas y

no atletas, encontrando que las puntuaciones de las atletas fueron más altas que las de las no atletas. Sin embargo, la diferencia no fue estadísticamente significativa.

En un estudio realizado por Buñuel (1987), sobre los efectos que la actividad gimnástica tiene en los aspectos físicos, psíquicos y sociales, encontró que la práctica regular y continuada de la gimnasia tiene efectos positivos en los tres niveles estudiados y destaca la mejora de la auto-estima a nivel psíquico.

Doganis et al. (1991) realizaron un estudio con una muestra de mujeres griegas entre 18 y 40 años que participaban en un programa de "fitness". Examinaron la relación entre auto-estima y locus de control, encontrando que las personas con actitudes positivas hacia sí mismas son aquellas que tienen la posibilidad de controlar el resultado del ejercicio.

Sonstroem et. al. (1994), basándose en el modelo desarrollado anteriormente por Sonstroem y Morgan (1989) denominado EXSEM (Exercise and Self-Esteem Model) proponen que competencia y auto-aceptación representan las dos principales dimensiones de la auto-estima. Este modelo fue desarrollado para explicar cómo la auto-estima está influida por las actividades de entrenamiento físico. Encontraron que las mujeres adultas que practicaban aeróbic y actividades físicas mostraban una mayor auto-estima en general, aunque los pensamientos negativos sobre su atractivo corporal perduraban.

Moya (1996), basándose en los resultados de investigaciones realizadas en los últimos veinticinco años, sobre la auto-estima en grupos discriminados, afirma que el prejuicio hacia los miembros de determinados grupos, como personas de raza negra, chicanos, mujeres, homosexuales, incapacitados físicos, etc., no provoca de forma generalizada una disminución de los niveles de auto-estima general. Parece que existen unos mecanismos que son utilizados por los miembros de estos grupos más desfavorecidos para defender su auto-estima general.

Auto-eficacia

La Teoría de la Auto-eficacia de Bandura (1977) define este concepto como: "un juicio sobre la capacidad de uno mismo para organizar y ejecutar cursos de acción para alcanzar un resultado específico". Una baja auto-eficacia está generalmente acompañada por niveles de rendimiento pobres, mientras que una alta auto-eficacia está asociada con mejor rendimiento. Por otra parte, la auto-eficacia puede ser la clave de un rendimiento óptimo bajo condiciones de tensión.

La Escala de Auto-eficacia Física de Ryckman, Robbins, Thornton & Cantrell (1982) mide dos componentes de auto-eficacia: habilidad física percibida y confianza en auto-ejecución física. Por su parte Fox et al. (1985) y Fox y Corbin (1989) desarrollan una escala multidimensional en la cual percibían la competencia deportiva como una dimensión.

La auto-eficacia física está estrechamente relacionadas con la ansiedad. Se defiende que a mayor auto-eficacia física menor ansiedad y a la inversa. Las mujeres obtienen puntuaciones más elevadas en ansiedad que los varones. Las mujeres puntúan más bajo en auto-eficacia que los varones y más alto en ansiedad. Las puntuaciones que obtienen los varones tanto en ansiedad como en auto-eficacia conducen a mejores resultados en ejecución que los encontrados para las mujeres. Los resultados encontrados podríamos definirlos de la siguiente manera:

Los sujetos de los equipos masculinos están más seguros de sí mismos, tanto a nivel de eficacia física como de confianza, que los femeninos. Por otra parte, en el caso de los equipos femeninos las diferencias están en el grado de profesionalidad o clasificación. Las mujeres del equipo mejor clasificado son las que presentan mayor confianza en sí mismas y mejor percepción de eficacia física. Los buenos resultados producen un aumento en la auto-confianza y en la auto-eficacia (Balaguer et al., 1991).

La auto-eficacia es el sentido de percepción de la competencia de uno mismo. Es situacionalmente específica. Los niveles de rendimiento están afectados por las experiencias pasadas y los éxitos o fracasos asociados con esas experiencias. Bandura (1977) indica que los sentimientos de un individuo respecto al rendimiento presente están cercanamente vinculados a la auto-eficacia.

En deportes tales como gimnasia o patinaje sobre hielo, donde existe un factor de riesgo, una alta auto-eficacia da lugar a menores conductas de evitación. En otras palabras, si una atleta tiene baja auto-eficacia es menos probable que intente de nuevo destrezas de riesgo que si es una atleta con alta auto-eficacia, debido a que ella cree que no tiene posibilidad de éxito. Esto puede ser el resultado de fracasos previos por esta atleta cuando ejecutó similares destrezas en el pasado. Es más probable que esto ocurra en mujeres que en hombres atletas. Bajos niveles de auto-eficacia pueden ser reconocidos no sólo en la desganancia de una atleta para ejecutar ciertas destrezas sino también en la activación emocional aumentada, como temblores, nerviosismo o excitabilidad. Una atleta con la auto-eficacia baja es también más probable que fije metas más fáciles para alcanzar debido a que la probabilidad de fracaso es menor. Esto puede convertirse en una espiral hacia abajo si las metas establecidas son demasiado bajas para mostrar mejora. Un atleta con alto sentido de la auto-eficacia establecerá metas aumentadas de rendimiento, las cuales, a su vez, fortalecerán una magnífica auto-eficacia.

Auto-percepción de habilidad física

Este concepto es muy parecido al anterior y pueden confundirse ya que suelen utilizarse indistintamente para referirse al mismo fenómeno. La aclaración terminológica de Lirgg (1992) al respecto es que la auto-eficacia se refiere a una situación específica, mientras que la auto-percepción de habilidad percibida es un concepto más general y multidimensional. Para Ryckman, Robbins, Thornton &

Cantrell (1982) el concepto de la habilidad física percibida es uno de los componentes o subescala de la escala de auto-eficacia.

La habilidad puede ser concebida de dos maneras. Puede ser juzgada alta o baja con referencia a la ejecución o conocimiento pasado propio del individuo. Por otro lado, puede ser juzgada como capacidad respecto a la de otra persona. De esta manera, una mejora en habilidad no indica que ésta sea alta. Para demostrar una alta capacidad uno debe lograr más con igual esfuerzo o utilizar menos esfuerzo que otros para un mismo rendimiento (Nicholls, 1984).

Sonstroem (1978) utiliza los conceptos de estimación física y auto-percepción física de manera sinónima, entendiéndolos como la percepción de dotación física como una aptitud y fuerza, pero también incluye las percepciones de cualidades de liderazgo deportivo, así como la comparación evaluativa con los iguales. Este autor desarrolló la Escala de Atracción y Estimación Física y elaboró un modelo psicológico para la participación en la actividad física, utilizando la Estimación y la Atracción como variables mediadoras en la habilidad física, participación en la actividad física y auto-estima.

Por su parte, Clark y Zehr (1993) estudiaron las expectativas de ejecución de las mujeres jóvenes en situaciones de logro. Encontraron que una mujer en una situación de logro ambigua aplica un estereotipo a ella misma viéndose como una mujer en general. La discrepancia no es ya entre hombres y mujeres sino entre ella misma y otras personas. A pesar de que en las últimas décadas las mujeres han recibido mensajes acerca de que su capacidad es igual a la de los hombres, no ha variado la percepción que tienen de sus habilidades con respecto a la que tenían las mujeres de hace veinte años, lo único que ha variado es la explicación que dan: "otras mujeres pueden pero yo no puedo", en lugar de "los hombres pueden, las mujeres no podemos".

En un estudio llevado a cabo por un grupo de la universidad de Granada, se recogió una amplia muestra de población de diferentes sexos y diferente nivel de práctica de actividad física, obteniendo dos medidas: habilidad física percibida y actividad física realizada. Encontraron diferencias estadísticamente significativas entre hombres y mujeres en la habilidad física percibida, siendo los hombres los que se percibían más habilidosos. Sin embargo, no hubo diferencia en la actividad física realizada. Por otra parte, se puede predecir con cierta precisión, utilizando una medida simple y rápida de habilidad física percibida, la actividad física realizada. El valor de la predicción es muy similar para cada sexo y niveles de edad (Godoy, 1993).

Dunn y Watkinson (1994) estudiaron la percepción de competencia física y la importancia dada a la misma con relación al género, encontrando que los hombres mostraban percepción de competencia física más alta que las mujeres. Asimismo, las personas que atribuían una importancia más alta a la competencia física, también se autopercebían como alta su competencia física.

La interpretación que se ha dado a las diferencias de género encontradas en esta variable es la influencia que ejercen los factores socio-culturales sobre la socialización femenina, dado que la práctica de actividades deportivas ha sido considerada tradicionalmente como propia del sexo masculino.

Motivaciones e intereses.

Un tema de interés en la psicología del deporte ha sido estudiar las razones o motivos de por qué algunas personas hacen deporte y otras no. En los motivos hay diferencias individuales y sociales (Sainz, 1988; Gregson y Colley, 1996). Diferentes autores han encontrado que los motivos sociales para la participación deportiva son mucho más importantes para las mujeres que para los hombres, así como la experiencia social que el deporte aporta (Wrisberg y Draper, 1988; Salinas, 1994; Spink, 1995; Buñuel, 1987). White y Duda (1994) sugieren que el principal motivo por el que la

gente (sobre todo los niños) se sienten atraídos por el deporte y/o continúan su participación atlética es el deseo de formar parte de un grupo o equipo. Según Lorenzi-Cioldi (1993) la pertenencia a la categoría de género repercute con mayor intensidad en las mujeres que en los hombres. La pertenencia categorial de los grupos dominados es más saliente que la de los grupos dominantes, de ahí que las mujeres tiendan a verse más en términos de sus características grupales y los hombres más en términos de sus características personales.

El filósofo del deporte, José M^a Cagigal busca razones antropoculturales por las que se incrementa la actividad físico-deportiva en la civilización occidental contemporánea: "Los estragos que en el equilibrio humano han ido causando el sedentarismo de la vida industrializada, la masificación en la conducta laboral, la progresiva lejanía en las decisiones que atañen directamente a la vida personal debido a las macroburocracias, la carencia de homeóstasis entre tensión psíquica y desahogo físico. No es extraño que el hombre, junto a otros variados recursos, busque refugio en el juego, en el esfuerzo físico gratuito, en el cual se experimenta a sí mismo como actuando, decisorio-protagonista, en la auto y heteroconfrontación, donde pueda recuperar algo del sencillo humanismo de trato directo hombre a hombre al margen de los estereotipos y roles de una tan estereotipada y jerarquizada sociedad" (Cagigal, 1983).

Veamos los motivos que han encontrado diferentes autores para hacer deporte. White y Duda (1994) sugieren que los principales motivos para la participación deportiva incluyen: el desarrollo de habilidad, realzar la forma, afiliación, el deseo de formar parte de un grupo/equipo, competición y diversión. Ebbeck et al. (1995) analizaron la interacción de factores personales y situacionales que pueden mediar las razones para la participación deportiva, encontrando que los adultos participaban en actividades físicas por interdependencia, satisfacción personal, auto-imagen y razones instrumentales. Se encontraron fuertes diferencias de género en la importancia que se daba a la interdependencia. Los resultados de este estudio apoyan la hipótesis de que

la interacción de factores personales y situacionales explican las razones para la participación adulta en actividades físicas mejor que factores personales o situacionales por separado. Los autores sugieren que las múltiples razones encontradas de la participación adulta en actividades físicas deberían dar lugar al establecimiento de una gran variedad de programas de actividad que abarquen satisfactoriamente las muchas necesidades de los adultos físicamente activos.

En el ámbito nacional se han encontrado resultados parecidos. El significado que el deporte tiene para las mujeres es igual que para los hombres: deporte como salud, mayoritariamente (García Ferrando, 1991) y deporte para estar en forma. Algunos autores como Marin (1988), Klein (1988) y Talbol (1988); analizaron el concepto "estar en forma" y observaron que tenía un significado diferente para hombres y para mujeres. Para los hombres tenía un sentido más relacionado con la capacidad para la acción, mientras que para las mujeres tenía más que ver con la apariencia física y la capacidad de seducción.

Vázquez (1991) establece una serie de motivos que pueden tener las personas para la práctica y la competición deportiva: necesidad de éxito y motivación de logro, el agonismo y la agresividad, la búsqueda de tensión y la necesidad de riesgo y por último, la satisfacción cinestésica. Según esta misma autora (Vázquez, 1993), los motivos por los cuales las mujeres no hacen deporte son al parecer, principalmente, la falta de tiempo. Pensamos que este motivo de la falta de tiempo puede enmascarar otros menos fácilmente de manifestar. Un impedimento sería que la mayoría de las mujeres cuentan con un tiempo libre fragmentado a lo largo del día, que les imposibilita poder practicar regularmente una actividad deportiva. El matrimonio y la maternidad condicionan la práctica de deporte, pero no tanto como se pensaba.

Los resultados del estudio llevado a cabo por Sánchez Barrera y cols.(1995) sobre los motivos que exponen los jóvenes para hacer deporte son: estar sanos (75%), deseo de hacer amigos (65%), estar en forma (59%), divertirse (51%) y en menor

medida motivos competitivos. Si observamos los datos de la encuesta de la población general, llevada a cabo por García Ferrando (1990), predomina el deseo de juego, de movimiento físico, de libre expresión de sí mismo y sólo en muy reducidas proporciones se encuentra el afán de competir y ganar. En este aspecto no existen diferencias en cuanto al género.

En el estudio sobre hábitos deportivos en la provincia de Granada realizado por García et al. (1996) se ha encontrado que la motivación para practicar deporte es: la salud (43%), el placer (28,5%) y la diversión (22,7%). Por lo tanto, el hecho de gozar de una buena salud, sentirse bien y divertirse es la motivación real de la práctica deportiva en la provincia de Granada. Entre las personas que no practican deporte, los motivos alegados son: la falta de tiempo (29,4%), la edad (15,6%) y la falta de interés por el deporte (15,6%).

El Centro de Investigaciones Sociológicas en 1998 ha recogido los siguientes motivos para la práctica deportiva: por hacer ejercicio, por mantener y/o mejorar la salud, por diversión y pasar el tiempo y porque gusta ese deporte practicado.

Motivación de logro

La Teoría de la Motivación de Logro fue elaborada por McClelland (1961) y establece que la conducta humana está impulsada por tres motivos o necesidades: afiliación, poder y logro. De estas tres, la necesidad de logro es la más relevante para comprender y analizar la conducta humana.

Para Atkinson (1957) la necesidad de logro es aquella disposición relativamente estable de una persona para luchar o esforzarse por el éxito. Es decir, una persona con alta necesidad de logro se sentirá inclinada hacia aquellas tareas que considera desafiantes y difíciles, de manera que cuando alcance el éxito, se sentirá satisfecho con el logro. La fuerza de la motivación para llevar a cabo una acción será

el resultado de la función multiplicativa de la fuerza del motivo, de las expectativas subjetivas que dicho acto tendrá en el logro de un incentivo y del propio valor subjetivo del incentivo.

$$\text{Motivación} = f \text{ Motivo} * \text{expectativas} * \text{incentivo}$$

Esta ecuación es fácil de comprender en una situación ideal en la que sólo existiera un único motivo. Atkinson hipotetizó que cuando la persona tiene que elegir entre distintas tareas o acciones, la persona realizará dicha elección en función de la probabilidad de alcanzar con éxito la tarea (P_s). Por otra parte, el incentivo de la tarea (I_s) tendrá una relación lineal positiva proporcional al grado de dificultad para alcanzar ésta, de manera que cuánto más fácil es la tarea, más bajo será su incentivo ($I_s = 1 - P_s$). Sobre esta ecuación Atkinson estableció dos grupos de personas, aquéllas en las que su motivación de logro o hacia el éxito era alta y aquéllas en las que la evitación del fracaso era alta. En los dos supuestos Atkinson hipotetizó que las personas con alta motivación hacia el éxito preferirían tareas de dificultad intermedia y, por tanto, de riesgo moderado. Sin embargo, las personas con alta motivación hacia la evitación del fracaso preferirían maximizar su propia ansiedad ante este miedo, eligiendo tareas con alto riesgo, o bien, seleccionando tareas que implican poco riesgo.

Por motivo de logro, Brown (1972) entiende “la existencia de un interés generalizado por alcanzar normas de excelencia, de manera que una persona pueda compararse con otra en función del grado en que cada una sienta ese interés, aún cuando, se trate de un interés dirigido hacia un esfuerzo científico, a un esfuerzo artístico o a los negocios”. La investigación sobre el logro ha progresado desde los primeros trabajos sobre las diferencias sexuales y los roles de género hasta los modelos más actuales que incluyen cogniciones sociales y contexto social. Las diferencias de género fueron reconocidas por McClelland, Atkinson, Clark y Lowell (1953), observaron que las mujeres no respondían a las instrucciones de logro como

los hombres. Hasta los años 70 no se vuelven a retomar las diferencias de género en motivación de logro y los trabajos se centran específicamente en el miedo al éxito. En los últimos años el trabajo se está orientando hacia las diferencias de género en las cogniciones de logro.

Horner (1972) se centró sobre el rol de género en la conducta de logro. Propuso un “motivo para tener éxito” para explicar las diferencias de género en conducta de logro. De acuerdo con Horner, el éxito tiene consecuencias negativas para la mujer por que el éxito requiere conductas competitivas que entran en conflicto con la imagen femenina tradicional. Este conflicto dispara el miedo al éxito y desencadena ansiedad y evitación. Los hombres muestran con menos probabilidad miedo al éxito porque la socialización de género no le produce conflictos similares y consecuencias negativas para ellos. Así, el miedo al éxito es un motivo negativo e inhibitorio que es más común en mujeres que en hombres.

Lipman-Blumen et al. (1983) presentan un modelo conceptual en el cual los estilos de logro se dividen en tres dominios, cada uno de ellos con tres subestilos. Las personas que utilizan el **estilo de logro Directo** son descritas como personas que afrontan directamente las tareas y consiguen logros a través de sus propios esfuerzos. Dentro de este estilo se encuentran los subestilos: Intrínseco (el individuo se compara con un criterio impersonal de excelencia); Competitivo (la meta del individuo es mejorar a los demás) y subestilo de Poder (el individuo asume liderazgo y control sobre los demás como una forma de cumplir las metas de logro). El **estilo Instrumental** se refiere al uso de uno mismo o de otros como una forma de meta. Comprende los subestilos: Personal (las personas que utilizan su estatus, influencia, reputación y otras características sociales y personales para alcanzar sus metas); Social (las personas que utilizan las relaciones con otros individuos para alcanzar sus metas); y Confiado (los individuos que tienen falta de confianza en su propia eficacia y dependen de otros para que les dirijan y ayuden). El **estilo Relacional**, en contraste con el estilo directo, se refiere a la preferencia de los individuos por el logro mediante

la contribución activa o pasiva al logro de otros. Se compone de los subestilos: Colaborador (prefieren los esfuerzos del grupo a los individuales, pero contribuyen activamente al logro de metas del grupo y esperan aceptar su parte de responsabilidad y crédito para el logro del grupo); Contributivo (prefieren un rol más secundario, encontrando sus necesidades de logro al facilitar y ayudar al logro de otros); y Vicario (es empleado por aquellos que están contentos al identificarse con el logro de otros y satisfacen sus propias necesidades compartiendo su éxito). La mayoría de los individuos emplean principalmente uno o dos subestilos adyacentes. Los autores han encontrado diferencias de género importantes. Los hombres puntuaban más alto en los tres dominios excepto en el subestilo “confiado” dentro del estilo “instrumental”. Las puntuaciones más bajas se dieron en un grupo de mujeres que correspondían a la categoría de ama de casa. Estas sólo puntuaron más alto en los subestilos “confiado” y “vicario”, los dos estilos probablemente más asociados al rol tradicional femenino. Sin embargo, el grupo de mujeres directivas no es fácilmente distinguible del grupo de hombres excepto en los subestilos “competitivo” y “poder”. En el “competitivo” las mujeres obtienen puntuaciones mucho más bajas que los hombres, pero en el “poder”, aunque las puntuaciones son menores, la diferencia es escasa.

Algunos autores han revisado la investigación sobre medidas de motivación de logro en las mujeres y el impacto que ha tenido sobre el pensamiento de la motivación de logro en general. Sutherland y Veroff (1985) plantean que los roles sexuales influyen dependiendo de la cantidad de motivación de logro y en cómo ésta se traslade a la conducta. Los autores han observado que los motivos para el logro y la orientación social en combinación parecen ser efectivos a la hora de determinar la dinámica de la conducta y que la edad y las diferencias históricas afectan los motivos de logro tanto en hombres como en mujeres.

La Teoría de Perspectiva de Meta asume que las metas personales sirven como principios organizativos, influyendo en el significado de las actividades y en cómo los individuos responden a las experiencias de logro (Nicholls y cols., 1985).

Otro modelo de motivación es el AMS (Academic Motivation Scale), establecido por Deci y Ryan (1985), según el cual se podría distinguir entre **Motivación Externa, Motivación Intrínseca y Amotivación**. Cada uno de estos tipos a su vez se puede subdividir en varias clases. La *Motivación Externa* se compone de: *Regulación Externa* (la conducta está regulada por significantes externos tales como recompensas y castigos); *Regulación Introyectada* (está presente cuando esas contingencias externas llegan a ser internalizadas y los individuos se presionan a sí mismos para ejecutar la actividad); y *Regulación Identificada* (cuando el individuo llega a valorar y juzgar la conducta como importante). La *Motivación Intrínseca* se compone de: *Motivación Intrínseca para Conocer* (puede ser definida como el hecho de ejecutar una actividad por el placer y la satisfacción que uno experimenta mientras aprende, explora o intenta entender algo nuevo); la *Motivación Intrínseca para Cumplir Algo* (puede ser definida como el hecho de participar en una actividad por el placer y la satisfacción experimentada cuando uno intenta realizar o crear algo) y la *Motivación Intrínseca para Experimentar Estímulos* (cuando alguien participa en una actividad con el fin de experimentar sensaciones estimulantes como placer sensorial, experiencias atléticas, diversión y excitación). Y la *Amotivación* es cuando un individuo no percibe contingencias entre sus acciones y los resultados de sus acciones, no habría motivación ni intrínseca ni externa. Cuando los atletas están en este estado ellos perciben sus conductas como causadas por fuerzas fuera de su propio control (Fortier et al., 1995). Vallerand et al. (1992) aplicaron este modelo, encontrando que las mujeres estudiantes puntuaban más alto que los varones en las tres subescalas de Motivación Intrínseca así como en las subescalas de Motivación Externa. No se encontraron diferencias de género en las otras subescalas.

Vamos a ver los hallazgos de diferentes autores que han estudiado la motivación de logro en el contexto deportivo. Fortier et al. (1995), siguiendo el modelo anterior, examinaron la relación entre estructura de deporte competitivo y recreacional, género y motivación deportiva de los atletas. Los atletas competitivos

mostraban menos motivación intrínseca para experimentar estímulos y menos motivación intrínseca para lograr cosas que los atletas recreacionales, mientras que mostraban más regulación identificada y más amotivación que el otro grupo. Las mujeres estaban más motivadas intrínsecamente que los hombres para lograr cosas y exhibían más regulación identificada que los varones y menos regulación externa y menos amotivación que los varones.

Por su parte, McElroy y Willis (1979) consideraban específicamente el conflicto de logro de las mujeres en contextos deportivos, concluyendo que no hay apoyo evidente al miedo al éxito en mujeres atletas y que las actitudes de logro de las mujeres atletas son similares a las de los hombres. Igualmente, en el trabajo de Gill, Gross, Huddleston & Shifflett (1984) se dio una tarea a hombres y mujeres competidores de habilidad semejante. Los hombres tenían ligeramente más probabilidad que las mujeres de predecir una victoria, pero las expectativas de ejecución específicas eran parecidas. Por otra parte, las mujeres ejecutaban ligeramente mejor en la competición que los hombres y generalmente tenían cogniciones de logro más positivas (por ejemplo, mayor habilidad percibida, mayores atribuciones de esfuerzo).

El trabajo de Gill (1988) y Gill y Deeter (1988) sobre logro deportivo sugiere que las influencias de género varían a través de una serie de dimensiones. Estas autoras han desarrollado una medida específica deportiva de orientación de logro conocida como el SOQ (Sport Orientation Questionnaire). Es un cuestionario multidimensional, específico para deporte y desarrolla puntuaciones en varias áreas: competitividad (orientación de logro para entrar y luchar por el éxito en el deporte competitivo), orientación para ganar (deseo de ganar y evitar perder en la competición deportiva) y orientación hacia la meta (énfasis en el logro de metas personales en la competición deportiva). Los hombres puntuaban más alto en competitividad y en orientación para ganar, mientras que las mujeres puntuaban más alto que los hombres en orientación hacia la meta. Al parecer no se ha encontrado

ningún constructo de personalidad relacionado con el género como explicación de las diferencias y sí factores de socialización, influencias sociales y un amplio rango de constructos social cognitivos.

En el estudio de la motivación de logro las teorías social-cognitivas actuales asumen que hay dos principales orientaciones hacia la meta o formas de definición del éxito: orientación a la tarea y orientación hacia uno mismo. En la orientación a la tarea la atención se centra en el aprendizaje y mejora de la actividad, lo importante es la experiencia subjetiva de desarrollo personal o maestría en la tarea. La orientación hacia uno mismo supone que la superioridad sobre los otros es el primer objetivo. El individuo percibe su competencia cuando compara favorablemente su propia habilidad con la de los otros. Nuwton y Duda (1993) han propuesto que una teoría orientada hacia uno mismo del deporte puede conducir a sentimientos de menos diversión, alta ansiedad y menos esfuerzo y persistencia en la tarea. También han sugerido que cuando prevalece una orientación hacia uno mismo, los atletas son más propensos a ejecuciones débiles y a dudar de su competencia atlética.

En esta línea, White y Zellner (1996) llevaron a cabo una investigación con estudiantes deportistas de diferentes edades y personas que participan en deporte recreacional. Postulaban que una persona orientada hacia sí misma participaría en actividades seleccionadas sobre las que pudiera demostrar alta competencia y recibir reconocimiento por ello. Por el contrario, una persona orientada hacia la tarea e interesada en el proceso de aprendizaje y en el desarrollo personal, buscaría oportunidades para el desarrollo de la destreza así como de otras facetas intrínsecas a la experiencia. Asimismo, los individuos con puntuaciones más altas en orientación hacia sí mismos que en orientación hacia la tarea tenían más probabilidades de experimentar ansiedad cognitiva en forma de preocupación antes o durante la ejecución. Estos individuos informaron que el éxito en el deporte podría ser logrado a través de la utilización de fármacos o sustancias ilegales. También encontraron que las mujeres

tenían más orientación hacia la tarea que los hombres e informaron estar más preocupadas y somáticamente ansiosas antes y/o durante la competición.

Igualmente, los estudios de Gill (1994) indican que las mujeres reflejan una orientación de logro no competitiva más que una orientación para ganar en el área deportiva. Las mujeres tienen la misma probabilidad que los hombres de valorar el logro en el deporte, así como de diversión. Las mujeres se centran más en las metas personales y en la ejecución que en las comparaciones interpersonales y en ganar. También parece que los atletas de élite con éxito están más orientados hacia la ejecución. Los entrenadores no tienen que estimular a las mujeres para que aumente su orientación para ganar, puede ser que el énfasis colocado sobre las metas y el rendimiento sirva para estimularlas para lograr niveles más altos (Murray and Matheson, 1993).

Estos estudios sugieren que hombres y mujeres despliegan niveles semejantes de esfuerzo cuando las tareas son apropiadas para las mujeres, ambos sexos tienen las mismas experiencias y capacidades y está presente un criterio claro de evaluación y un “feed-back”. Es importante recordar que estos son estudios experimentales en situaciones controladas. No podemos igualar así de fácilmente la pertinencia de las tareas, las experiencias y la influencia social en el mundo real del deporte y el ejercicio. Tales estudios indican que debemos considerar la socialización y el contexto social para entender la influencia del género sobre las cogniciones y conductas de logro (Gill, 1994).

A los mismos resultados llegaron White y Duda (1994) que encontraron que los varones tendían a preocuparse más por ganar y demostrar su habilidad en contextos competitivos que las mujeres. Es decir, los varones puntuaban significativamente más alto en orientación hacia sí mismos que las mujeres, independientemente del nivel competitivo. Estos resultados son consistentes con investigaciones anteriores sobre las diferencias de género en orientación hacia la meta en el deporte.

Franken et al. (1994) diseñaron un estudio con el fin de examinar el interés deportivo en una muestra de hombres y mujeres universitarios. Se tomaron una serie de medidas de personalidad tales como: competitividad, instrumentalidad, expresividad y sensación de búsqueda como medidas predictivas del interés deportivo y de la participación. La escala utilizada fue elaborada por el autor (WCMP) y contiene tres subescalas: *Escala de Motivación por el alto rendimiento*, *Escala de Motivación por el aprendizaje nuevo* y *Escala de la importancia de ganar*. Los hombres obtenían puntuaciones más altas en todas las medidas de personalidad utilizadas excepto en expresividad, donde las mujeres puntuaron significativamente más alto.

Se han dado diferentes explicaciones respecto a las diferencias de género en el estudio de la motivación de logro. En primer lugar, se ha dicho que las mujeres están en su nivel más alto de motivación de logro en condiciones neutrales, por ello los procedimientos experimentales no pueden posiblemente elevar ese nivel. En segundo lugar, las mujeres tienen complejas respuestas a los temas de la mujer en situaciones de logro, las cuales interfieren con el uso de dibujos de mujeres que eliciten imaginación de logro. En tercer lugar, las mujeres están motivadas para el logro por una aprobación social y la necesidad de afiliación, así los procedimientos experimentales utilizados fracasan en la motivación de logro. Por último, las mujeres más a menudo que los hombres tienen miedo al éxito, el cual inhibe la expresión de la motivación de logro en la conducta (Sutherland y Veroff, 1985).

La diferencia en personalidad entre los sexos parece ser cultural más que biológica en su origen, por lo tanto es potencialmente susceptible de cambiar. El logro como una característica de personalidad es más fuertemente acentuado y reforzado en el entrenamiento de chicos que en el de chicas. El entrenamiento en logro intenta orientar la conducta de los chicos hacia la búsqueda de la excelencia en la ejecución. Hay una amplia variedad de motivos de logro manifestados por los chicos. Cuando éstos consiguen un logro, su conducta es reforzada, quienes tienen

éxito en el deporte a menudo reciben amor y afecto de sus padres. Además, hay una relación entre independencia, auto-confianza y motivación de logro y estos rasgos son adquiridos muy temprano por los chicos. Puede que las diferencias en motivación de logro sean debidas en parte a que los instrumentos de medida existentes se basan en la excelencia masculina.

Las actuales aproximaciones cognitivas enfatizan las interpretaciones y percepciones de las personas como mediadores de conducta. Es decir, lo que la persona piensa que es importante es importante. Las teorías de la motivación cognitiva varían en constructos específicos (por ejemplo, expectativas, desafío, competencia percibida, confianza, auto-eficacia). Las investigaciones consistentemente indican que las expectativas son buenos predictores de la conducta de logro y de la ejecución. Las aproximaciones cognitivas al logro a menudo incorporan las atribuciones que son explicaciones que la gente ofrece para los eventos y las consecuencias. La más importante diferencia atribucional parece ser si vemos el éxito y el fracaso como resultado de nuestras habilidades inherentes o como resultado del esfuerzo. Otras investigaciones como la de Deaux (1985) también sugieren que el género influye en las expectativas y atribuciones. En general, las mujeres tienen expectativas más bajas y hacen menos atribuciones orientadas hacia el logro que los hombres y esto, ciertamente, parece ocurrir en el deporte y el ejercicio.

b) Atribuciones.

En relación con el estudio del logro está la teoría de la atribución. Las auto-atribuciones son las percepciones de los individuos de las causas de sus conductas. En el caso del logro se trataría de las explicaciones que dan los sujetos de sus éxitos o fracasos.

Muy relacionado con el concepto de necesidad de logro está la Teoría del Locus de Control elaborada inicialmente por Rotter (1966). Desde la Teoría del Lugar de Control o Locus de Control, Rotter hipotetiza que el efecto del refuerzo o de la

recompensa de la conducta dependerá, en parte, de la percepción que tenga el individuo de la contingencia de su propia conducta. Si la acción es percibida por el sujeto como contingente tras su conducta o relativamente permanente a sus características personales, Rotter la define como “control interno”. Si la percepción del individuo es que la acción es fruto de la suerte, de la oportunidad, del destino o del poder de otras personas incontrolables por él mismo, Rotter lo definirá como “control externo”.

Echebarría (1996) en una revisión sobre estilos de atribución destaca dos tipos. Uno es el **estilo atribucional egótico o ego-protector** que consiste en atribuir a uno mismo los resultados positivos de su conducta y a factores externos los negativos. Este estilo atribucional tiene la función de mantener niveles elevados de auto-estima y la de buscar la aprobación de los otros. Este estilo ha sido considerado como un medio importante para preservar la salud mental, siendo menos acusado en los sujetos con sintomatología depresiva. El otro estilo sería el **estilo atribucional insidioso** el cual consiste en atribuir los éxitos a factores externos, específicos e inestables y, atribuir los fracasos a factores internos, globales y estables (esta sería la atribución propia de los depresivos). Las personas con este estilo de atribución suelen mostrar déficits motivaciones, cognitivos y emocionales, así como baja auto-estima.

Autores como Basow (1992) han defendido que hombres y mujeres responden de forma diferente al éxito y al fracaso. Las mujeres atribuyen su éxito a causas externas como la suerte, con más probabilidad que los hombres, y por otro lado, atribuyen el fracaso más a la falta de habilidad o a otras causas internas. Esto da lugar a sentimientos de impotencia, evitación de conductas, miedo al éxito y preferencia por situaciones donde la suerte, más que la habilidad determina el resultado. El patrón de atribución de los hombres es más auto-protector, atribuyen el éxito a la habilidad propia y el fracaso a causas externas ajenas a la persona. En caso de fracaso, la auto-confianza y auto-imagen de la persona quedan protegidas. En las situaciones de éxito, este patrón incrementa la auto-confianza y la auto-imagen. El patrón varía cuando se

trata de una tarea masculina o femenina. Cuando una mujer tiene un buen nivel de ejecución en una tarea masculina es atribuido a la suerte, mientras que el mismo resultado en un hombre es atribuido a la habilidad. No ocurre al contrario cuando se trata de una tarea femenina. Es decir, cuando ambos tienen un buen rendimiento en una tarea femenina no se considera una mayor habilidad en una mujer. En general, el buen rendimiento de una mujer en tareas masculinas o femeninas no es diagnóstico de una gran habilidad, puede ser resultado de la buena suerte, de un alto esfuerzo o de la facilidad de la tarea. Puede atribuirse a casi todo excepto a una gran habilidad.

Otros autores como Moya (1987) parten de la idea según la cual son mayores las semejanzas en los comportamientos y en las características de hombres y mujeres que las diferencias. Pero las personas perciben más diferencias de género de las que realmente hay, sobre todo en lo referente a características conductuales, competencia y atribuciones causales. De este sesgo surge la importancia de la comprensión de los mecanismos perceptivos y cognitivos a la hora de abordar la situación social de la mujer. En nuestra sociedad existen ciertas expectativas acerca de las características, comportamientos y atributos de hombres y mujeres (estereotipos de género), que suelen ser ampliamente compartidos y asumidos por los individuos.

Para Hyde (1995), las atribuciones causales no contribuyen mucho a explicar las diferencias de género con respecto al éxito. Quizás haya más diferencias de género en las expectativas de éxito que en las atribuciones. Otras autoras como Barberá et al. (1988) establecen que la identidad sexual, así como la tipificación sexual de la tarea a realizar son variables claves que interaccionan con las atribuciones causales que hacen las mujeres y deberían tenerse en cuenta en las distintas investigaciones. Por su parte Clark y Zehr (1993) sugieren que proporcionar un feed-back o eliminar la ambigüedad en una situación de logro, puede permitir a una mujer calibrar con exactitud su ejecución probable. Pero si ella tiene una baja confianza de forma crónica, entonces su autovaloración sigue estando relacionada con una situación específica y pasajera.

En el contexto deportivo los hallazgos han sido semejantes a otros contextos (White, 1993). Hendy y Boyer (1993) examinaron el estilo de atribución de 624 deportistas de ambos sexos. Las mujeres triatletas atribuyeron más importancia que los hombres a factores que podían intentar controlar, como estado psicológico, dieta y peso. Después de algún éxito las mujeres minimizaban la importancia de la suerte y del apoyo social. Las autoras concluyen que la experiencia anterior y el éxito pueden dar a estas mujeres la confianza del estilo de atribución de muchos atletas exitosos, que enfatizan su habilidad relativa y sus incentivos. Croxton y Klonsky (1982) realizaron un estudio con deportistas de ambos sexos de equipo universitarios. Examinaron las atribuciones hechas después de un encuentro y no encontraron diferencias entre los vencedores varones y las mujeres vencedoras en la atribución de su éxito. Ambos se auto-adjudicaban la responsabilidad de la victoria. Pero en una segunda parte del estudio se utilizó una muestra aleatoria de universitarios no deportistas. Estos sujetos tenían que imaginar un encuentro deportivo. En este experimento sí hay un apoyo considerable a las diferencias sexuales en atribución. Las mujeres ganadoras dieron más importancia al otro equipo a la hora de determinar el resultado. Bird y Williams (1980) estudiaron las atribuciones hechas por adolescentes de ambos sexos ante los resultados deportivos, tanto en situaciones de éxito como de fracaso. Se encontró que antes de los 16 años no hubo diferencia significativa entre chicos y chicas, pero en la adolescencia tardía (16-18 años) aparecen los estereotipos de rol sexual fuertemente: la ejecución deportiva masculina fue explicada como consecuencia del esfuerzo, mientras que los resultados femeninos fueron atribuidos a la suerte. Asimismo, Eccles (1991), en su modelo sobre elección aplicado al contexto deportivo encuentra que las diferencias de género en las actitudes de los niños hacia el deporte son bastante fuertes y surgen en una edad muy temprana. La autora expone cómo las expectativas de ejecución juegan un papel muy significativo en la elección y sugiere una serie de variables que son mediadoras críticas en esas expectativas, una de ellas es la atribución causal sobre la propia ejecución.

Hansen y O'Leary (1985) encuentran tres tipos de explicaciones para las diferencias en atribución: 1. Hombres y mujeres pueden lograr niveles semejantes de rendimiento con diferentes significados y por diferentes razones. Las mujeres pueden intentar superar al hombre por algún motivo y en este caso la atribución determinada sexualmente puede reflejar una realidad conductual. 2. Ese fenómeno puede reflejar otro proceso cognitivo, quizá más amplio. 3. Esas atribuciones pueden servir de metas socio-políticas y económicas del mantenimiento del menor estatus de la mujer. Las diferentes atribuciones tienen una serie de consecuencias como son una reacción afectiva al éxito y al fracaso y, en función de esta reacción afectiva, las expectativas de un futuro rendimiento variarán.

Sousa y Leyens (1987) utilizaron dos teorías sobre estereotipos sexuales para comparar las explicaciones causales para los logros de hombres y mujeres. El primer método sigue el modelo bidimensional de Weiner y el segundo el modelo de espacio semántico atribucional de Benzécri. El análisis clásico en términos de locus de causalidad y estabilidad replicaba resultados previos. Cuando ambos competidores eran exitosos en su tarea el rendimiento del hombre fue explicado por factores estables y el de la mujer por atribuciones inestables. Cuando el hombre fracasaba y la mujer tenía éxito, ambos fueron atribuidos a causas inestables y lo contrario ocurría cuando el hombre tenía éxito y la mujer fracasaba. El segundo modelo proporcionó un análisis diferente. La mujer no replicaba el discurso masculino, éstas discriminan menos entre el éxito del hombre y el de la mujer que lo que lo hacen los hombres. Hombres y mujeres usaban distinto vocabulario y movilizaban diferentes elementos representacionales cuando tenían que explicar logro masculino y femenino.

Parece ser que estas diferencias entre hombres y mujeres y los procesos de atribución están cambiando. Las mujeres ahora parecen tener una atribución positiva a los resultados de sus propias destrezas y habilidades y no a la suerte. Las mujeres exitosas en el deporte tienen una alta necesidad del modelo de logro tradicional. Sus atribuciones de las consecuencias son similares a las de los hombres. Ellas atribuyen

el éxito internamente y el fracaso externamente. Con este modelo es mucho más fácil para las atletas conseguir el éxito, sus sentimientos de auto-esfuerzo aumentan con el éxito y no disminuyen con los fracasos (Murray y Matheson, 1993).

Los entrenadores deben tener en cuenta estas diferencias en incentivos, motivación, atribución, expectativas y aspectos psicológicos en general, a la hora de entrenar a chicos y chicas. Las adolescentes en el deporte a menudo se encuentran ante una situación de aprendizaje inadecuado donde, la consecuencia de una respuesta no es nunca contingente. Esto puede reforzar aún más la adopción de los roles de género femeninos, incluyendo una mayor dependencia, menor autoconfianza y menores expectativas.

Lirgg (1992) recomienda una serie de estrategias para las jóvenes deportistas como es la enseñanza o entrenamiento en las atribuciones en las ejecuciones deportivas, así como ofrecer modelos de roles y proporcionar un feed-back apropiado.

c) Expectativas.

Con diversas tareas y en distintos grupos de edad, las mujeres tienen menores expectativas de éxito que los hombres y esta diferencia de género aparece en edades preescolares. Quizá las mujeres tengan menos éxitos porque esperen conseguir menos. En situaciones competitivas las mujeres tienen menores expectativas de éxito que los hombres, sin embargo, en situaciones no competitivas, ambos tienen expectativas semejantes (Hyde, 1995). Las diferencias de género en las expectativas de éxito han sido relacionadas con los procesos de socialización de las mujeres y estas frecuentemente atribuyen éxito a factores situacionales que no están bajo su control. Expectativas más bajas de éxito dan lugar a sentimientos de que una tarea/destreza no puede ser completada exitosamente.

Los valores transmitidos por el deporte resultan ser un impedimento para que muchas mujeres accedan al mismo. Si la mujer es educada para ser dependiente, dócil, obediente, etc., puede tener dificultades para integrar los valores transmitidos por los modelos de comportamiento dominantes en el deporte: agresividad, competitividad, ganar, etc. Las mujeres que practican deporte de alta competición han tenido de alguna manera que integrar los valores que tradicionalmente se asocian al carácter masculino. No les queda otra opción que funcionar con este tipo de esquemas si quieren triunfar; la lógica del deporte de competición lo exige.

McElroy (1983) realizó un estudio sobre valores en el deporte. Los valores de "ganar" y "destreza" fueron operacionalmente definidos como orientación deportiva tradicional masculina, mientras que los valores de "juego limpio" y "lo importante es participar" fueron vistos como orientaciones deportivas femeninas. La autora desarrolló una teoría de interacción padre-hijo, sugiriendo que los padres, como resultado de su propia socialización de rol sexual, transmitirían su orientación de valores sexuales a sus hijos. Al analizar los datos se vio una interacción significativa entre el sexo del participante y el sexo del padre. Los padres influyen en el niño del sexo opuesto de una forma diferente a como influyen en el niño del mismo sexo. La relación madre-hijo se tradujo en una baja orientación masculina, mientras que la relación padre-hija determinó una alta orientación femenina.

Por su parte, Kang et al. (1990) examinaron la orientación competitiva de una muestra de atletas y no atletas taiwaneses tanto varones como mujeres, mediante el Sport Competition Anxiety Test y el Sport Orientation Questionnaire (Gill and Deeter, 1988). Los atletas eran más competitivos y orientados a ganar que los no atletas y los hombres más que las mujeres.

Bredemier et al. (1991) investigaron los valores deportivos de 47 mujeres deportistas de diferentes actividades (Hockey sobre hielo, softball, culturismo, escalada, etc.). Las participantes manifestaban una orientación hacia la competición

tanto en la vida diaria como en el deporte. Sin embargo, valoraban en gran medida la cooperación a pesar del grado de competitividad de sus actividades. Las autoras concluyen que cooperación y competición parecen ser conceptos independientes más que dicotómicos.

Las creencias, expectativas y valores que tienen las personas influyen considerablemente en cómo toman decisiones y en el tipo de decisiones que toman. Coakley y White (1992) realizaron un estudio con chicos y chicas adolescentes, pertenecientes a clase social trabajadora en un área industrial de Londres. El objetivo del estudio era explorar las dinámicas de cómo la gente joven toma decisiones sobre su participación deportiva. Los datos de las entrevistas recogidas en este estudio con adolescentes muestran claramente que la participación deportiva no fue una experiencia separada de la vida de la gente joven. La decisión de participar en deportes estaba ligada a la visión de la gente joven sobre sí mismos y su conexión con el mundo social en el que viven. Su visión de las actividades deportivas estaba relacionada con el auto-concepto y lo que esperaban hacer con su vida. Por otra parte, el deporte no era esencial en sus vidas sino que era algo periférico a otros asuntos más importantes. La implicación y el compromiso en el deporte y el ocio se movían de lugar dependiendo de las nuevas oportunidades y cambios en la vida y el auto-concepto de chicos y chicas. La identidad fue un factor clave en el proceso de toma de decisiones en todos los aspectos de la vida, incluido el deportivo. Los asuntos relacionados con el género y las relaciones de género ejercen una influencia especial en el proceso de toma de decisiones. En la organización social de las escuelas la habilidad deportiva ha proporcionado alto estatus a los chicos pero no a las chicas, para las chicas el deporte es algo irrelevante en sus vidas. Algunas de las personas de la muestra estaban a favor de la coeducación en las clases de educación física, pero gran parte de las mujeres no estaban de acuerdo ya que percibían su competencia en el deporte y las actividades físicas como especialmente baja cuando se comparaban con los chicos.

La participación deportiva y la no participación es el resultado de decisiones negociadas en el contexto del entorno social de un joven y mediatizadas por la visión del joven de sí mismo y de sus metas personales. Ni la participación ni la no participación son algo para toda la vida.

Varios son los autores que han estudiado las diferencias en elección en función del género y los estereotipos asociados al género. Lips (1992) estudió la elección de carrera científica y los roles familiares de las mujeres, examinando la percepción que se tiene de las carreras científicas, los valores y los estereotipos asociados a ello. Shamai (1994) abordó el tema de cómo los estereotipos de género de los estudiantes limitan sus divisiones futuras referentes a varios aspectos en sus vidas, incluyendo la elección de profesión y desarrollo de carrera. Esos estereotipos dan continuidad a una sociedad estratificada genéricamente con la posición de las mujeres en el estrato más bajo. López-Sáez (1994) estudió también las diferencias en elección de carrera entre hombres y mujeres con muestras de jóvenes de ambos sexos estudiantes de Ingeniería y Pedagogía, observando la importancia del género para discriminar entre las personas que eligen una carrera típicamente femenina o masculina. Eccles (1985, 1991) propone un modelo de diferencias de elección en función del género incorporando a los modelos clásicos de expectativa-valor una serie de variables psicosociales, como el autoconcepto de género y las normas culturales. Este modelo lo hemos desarrollado extensamente más arriba y nos va a servir de guía en nuestro estudio empírico.

Resumen.

Como hemos empezado diciendo en este capítulo, necesitábamos un análisis psicosocial que completara nuestra perspectiva sobre las diferencias de género en el deporte. Por ello, hemos realizado una revisión amplia sobre las variables más

estudiadas con relación al género y el deporte y las hemos agrupado de acuerdo a un esquema lógico que ha servido como hilo conductor del desarrollo del tema.

Por un lado hemos agrupado las variables individuales, distinguiendo entre lo que son características biológicas y otras características relacionadas con factores de personalidad. Los distintos autores, después de analizar las diferencias existentes a nivel físico, coinciden en opinar que, aunque existen diferencias biológicas en cuanto al tamaño de los diferentes órganos, el funcionamiento de los mismos es idéntico, por lo que las diferencias en el rendimiento disminuyen enormemente con el entrenamiento. Los factores social y cultural han sido más limitadores para la implicación de la mujer en el deporte que el factor biológico. Hemos tratado también una serie de características de personalidad, observando también diferencias de género que no quedan muy claras cuando tenemos en cuenta los factores de socialización.

En un segundo bloque hemos tratado la incidencia del medio cultural sobre la conducta de hombres y mujeres en el contexto deportivo y se ha tratado ampliamente el impacto de los estereotipos de género y, en particular, de los estereotipos de género en el deporte, así como los roles de género o conductas apropiadas a cada género en nuestra sociedad, incluyendo el conflicto que ocurre con frecuencia en las mujeres deportistas, debido a su rol contradictorio como mujer y como deportista. Asimismo, se ha tratado también la importancia de la necesidad de modelos de rol para las jóvenes en el contexto deportivo.

Otro punto ampliamente analizado ha sido las creencias y conductas del socializador que actúan manteniendo los estereotipos de género. Con este apartado hemos recogido los dos anteriores y hemos analizado el papel de los agentes de socialización en el establecimiento de los roles de género y de los estereotipos, así como la influencia de las propias experiencias previas del individuo sobre su conducta posterior, la cual está relacionada con el proceso de socialización que el sujeto ha recibido.

Todo esto está influyendo en la psicología del individuo, en factores tales como identidad, atribuciones y expectativas. Este tema ha sido tratado en el último apartado de nuestro capítulo, observando que existen diferencias claras de género que determinan la conducta que se va a llevar a cabo.

Este análisis completa nuestra perspectiva del deporte femenino y nos va a servir para la realización de nuestro trabajo empírico, para el cual, como hemos dicho anteriormente, nos vamos a basar en la Teoría de la Acción Razonada de Ajzen y Fishbein (1980) y en el Modelo de Elección de Logro de Eccles (1985), aplicado al contexto deportivo (Eccles y Harold, 1991).

CAPITULO IV:
ESTUDIO EMPIRICO.

Introducción.

En los últimos años han sido muchos los autores interesados en investigar las prácticas deportivas en diferentes poblaciones femeninas en el contexto español (García Ferrando, 1986, 1988, 1990, 1993; Vázquez, 1987, 1992, 1993; Durán, 1987; García Bonafé, 1992; Alvarez, 1992; Peláez, 1992; Buñuel, 1992; Gili y Ferrer, 1994; Sánchez, 1995; Pérez et al., 1996; García et al., 1996; Aguinaga y Comas, 1997; CIS, 1998; etc.). García Ferrando en sus cuatro grandes estudios, realizados entre 1975 y 1990, ha podido observar la evolución del interés por el deporte, de forma que en 1975 un 50% de la población estaba interesada y en 1990 la cifra asciende a un 65%. De este porcentaje un 75% corresponde a los varones, mientras que en las mujeres asciende a un 55%. Los resultados del estudio de Aguinaga y Comas (1997) muestran que el 16% de los jóvenes españoles entre 14 y 24 años practican deporte a diario, cosa que hace veinte años solamente lo hacían el 1,4% de los jóvenes.

Como vemos, los estudios realizados sobre el tema muestran que entre la población joven existe un gran interés por el deporte, habiéndose producido cambios considerables respecto a épocas pasadas, especialmente en lo que concierne a la existencia de una actitud muy abierta hacia la práctica del deporte por parte de las mujeres y al dato constatado de que las diferencias entre ambos en motivación son mínimas. Sin embargo, las estadísticas muestran que aún existen cifras muy bajas en la práctica deportiva real de las mujeres. Vázquez (1993), destaca que mientras que un 30% de varones realizan deporte de forma asidua, sólo lo hacen un 17% de mujeres. Por su parte, Alvarez (1992), después de un amplio estudio sobre la situación de las niñas y jóvenes españolas en el deporte, llegó a la conclusión de la menor participación de las niñas y jóvenes en el deporte de base que los niños y jóvenes. Lo mismo puede decirse del deporte universitario femenino, donde la participación es muy escasa, a pesar de que existe constancia de la amplia y variada oferta deportiva en las universidades (Peláez, 1992).

Tal y como hemos visto, una serie de factores pueden haber influido en esas diferencias:

Factores Históricos: La actividad deportiva ha estado asociada al mundo masculino.

Factores Educativos: El modelo de educación física existente responde en bastantes casos a un modelo androcéntrico. El profesorado tiende inconscientemente a orientar a las niñas y a las jóvenes hacia actividades de tipo expresivo, de flexibilidad, de coordinación, etc., respondiendo a los estereotipos femeninos existentes.

Factores Sociológicos: Las diferencias de género en las actitudes de los niños hacia el deporte son bastante fuertes y surgen a una edad muy temprana. Esas diferencias de género parecen ser una consecuencia más de la socialización del rol de género que de las diferencias aptitudinales “naturales” (Eccles, 1991). Por otra parte, diversos estudios del deporte como actividad de ocio-recreo constatan una menor disposición de tiempo libre en las mujeres que en los hombres, así como una fragmentación de este tiempo libre de las mujeres (Prats Ferret y otros, 1995; Durán, 1987; Buñuel, 1992; Vázquez, 1993).

Factores Psicosociales: Las creencias y estereotipos existentes sobre las prácticas deportivas femeninas están influyendo en la psicología del individuo y por tanto afecta su propia identidad, valores y expectativas. Los estereotipos y creencias pueden convertirse en un obstáculo importante, en lo que a práctica deportiva se refiere, si influyen en la propia identidad de la persona.

Los datos obtenidos de los diferentes estudios muestran un desfase muy grande entre la práctica deportiva masculina y femenina, no sólo en la edad adulta sino también en niños/as y adolescentes. Sin embargo, la oferta deportiva tanto a nivel escolar, como municipal, clubes, etc., es igual para ambos sexos y ofrece las mismas oportunidades. Las actitudes hacia las prácticas deportivas de las mujeres, tanto por parte de hombres como de mujeres, son muy positivas. ¿Cuál es la causa, pues, de esa diferencia real tan grande? En nuestra opinión, no basta con mostrar interés y una actitud positiva para que se produzca conducta, en medio existen una serie de factores que están impidiendo esa correspondencia. Nos parece importante abordar el tema de los estereotipos de género

en el deporte y su influencia sobre la identidad de la persona y sobre la interpretación que hace de su conducta, así como la opinión de las personas cercanas sobre las prácticas deportivas femeninas. Consideramos que estos aspectos son mediadores muy fuertes para el individuo y actúan como freno a la hora de llevar a cabo una práctica real.

Objetivos.

Al estudiar los factores psicosociales que pueden estar incidiendo en las prácticas deportivas de niños y niñas, nos hemos planteado la consecución de los siguientes objetivos.

Conocer cuáles son los deportes más practicados por los jóvenes de cada sexo, sus intereses deportivos y la intención que tienen de practicar deporte más adelante, así como el tiempo que dedican a las prácticas deportivas.

Analizar la relación existente entre las prácticas deportivas de chicos y chicas y las de sus familiares más cercanos (padre, madre y hermanos/as), así como la influencia del entorno donde viven (rural-urbano) y del tipo de centro donde cursan estudios (público-privado).

Estudiar las actitudes de los jóvenes varones y mujeres hacia el deporte en general y hacia la práctica deportiva de las mujeres en particular, así como la influencia que ejerce el entorno social sobre sus decisiones relacionadas con la práctica deportiva.

Analizar la influencia de una serie de variables mediadoras sobre las prácticas deportivas de los jóvenes, como son: la identidad atlética, el auto-concepto de habilidad física, la identidad de género, los valores deportivos, el valor percibido de la tarea, los recuerdos afectivos y la ideología del rol de género. Estudiar asimismo, las diferencias existentes entre varones y mujeres en estas variables y las relaciones que puedan existir entre ellas.

Hipótesis.

1.- Hipótesis relacionadas con la socialización:

HIPOTESIS 1.1.-: Cuanto más alto sea el nivel de estudios de los padres mayor será la práctica deportiva, los intereses deportivos y la intención de participar en deportes de los hijos e hijas (hipótesis exploratoria).

HIPOTESIS 1.2.-: Cuanto más alto sea el nivel de estudios de los padres, más positivas serán las actitudes de hijos e hijas hacia la práctica deportiva (hipótesis exploratoria).

HIPOTESIS 1.3.-: En la medida en que alguno o algunos miembros de la familia practiquen deporte, mayor será la probabilidad de una persona de practicarlo (Greendorfer, 1977; Higginson, 1985; Gregson y Colley, 1986; Colley, Eglinton y Elliot, 1992).

2.- Hipótesis relacionadas con el entorno social:

HIPOTESIS 2.1.-: La diferencia entre prácticas e intereses deportivos de chicos y chicas será mayor en el ámbito rural que en el ámbito urbano (hipótesis exploratoria).

HIPOTESIS 2.2.-: La diferencia entre prácticas e intereses deportivos de chicos y chicas será mayor en la escuela privada que en la pública (hipótesis exploratoria).

3.- Hipótesis basadas en la Teoría de la Acción Razonada:

HIPOTESIS 3.1- La intención que una persona muestra por participar en actividades deportivas y la práctica real estarán, tanto en chicos como en chicas, positivamente relacionadas. (Ajzen y Fishbein, 1980).

HIPOTESIS 3.2.-: La actitud hacia el deporte estará positivamente relacionada con la intención de practicarlo y con la práctica real (Ajzen y Fishbein, 1980).

HIPOTESIS 3.3.-: La norma subjetiva (importancia que otras personas significativas dan a la práctica deportiva del chico/a) estará positivamente relacionada con la intención de practicar deporte y con la práctica real (Ajzen y Fishbein, 1980).

HIPOTESIS 3.4.-: La actitud y la norma subjetiva, consideradas conjuntamente, han de estar más relacionadas con la intención de practicar deporte y con la práctica deportiva, que cada una de esas variables consideradas por separado (Ajzen y Fishbein, 1980).

4.- Hipótesis basadas en el Modelo de Elección de Logro:

HIPOTESIS 4.1.-: El valor subjetivo que chicos y chicas otorgan al deporte estará positivamente relacionado con la práctica e intereses deportivos (Eccles, 1985; Eccles y Harold, 1991).

HIPOTESIS 4.2.-: Los recuerdos afectivos del deporte de chicos y chicas y el valor subjetivo que asignan al deporte estarán positivamente relacionados (Eccles, 1985; Eccles y Harold, 1991).

HIPOTESIS 4.3.-: Los recuerdos afectivos que los jóvenes varones y mujeres tienen del deporte estarán relacionados positivamente con la práctica e intereses deportivos (Eccles, 1985; Eccles y Harold, 1991).

HIPOTESIS 4.4.-: La identidad de la persona, teniendo en cuenta aquí la identidad de género instrumental, la identidad atlética y el auto-concepto de habilidad física,

estará positivamente relacionada, en los jóvenes de ambos sexos, con el valor que ellos otorgan al deporte (Eccles, 1985; Eccles y Harold, 1991).

HIPOTESIS 4.5.-: La identidad de género instrumental, la identidad atlética y el auto-concepto de habilidad física estarán positivamente relacionados en chicos y chicas con la práctica deportiva, con la intención de practicar deporte y con los intereses deportivos (Eccles, 1985; Eccles y Harold, 1991).

HIPOTESIS 4.6.-: La actitud que los jóvenes de ambos sexos muestran hacia la práctica deportiva femenina estará positivamente relacionada con la identidad de género instrumental, con la identidad atlética y con el auto-concepto de habilidad física (Eccles, 1985; Eccles y Harold, 1991).

HIPOTESIS 4.7.-: La actitud que los jóvenes de ambos sexos muestran hacia la práctica deportiva femenina estará positivamente relacionada con el valor subjetivo que ellos y ellas otorgan al deporte. (Eccles, 1985; Eccles y Harold, 1991).

HIPOTESIS 4.8.-: Una ideología de género liberal en chicos y en chicas estará relacionada con una actitud positiva hacia la práctica deportiva de las mujeres. (Eccles, 1985; Eccles y Harold, 1991).

Variables.

Por un lado, hemos tenido en cuenta una serie de variables personales como: la edad, el sexo, estudios del padre, estudios de la madre, la zona en la que vive el participante y el tipo de centro en el que cursa estudios. Además de éstas, queremos destacar las que van a ser las variables principales de nuestro estudio.

PRACTICA DEPORTIVA: Se refiere al tipo de deporte practicado y a la cantidad de práctica.

OTRAS PERSONAS DE LA FAMILIA QUE PRACTICAN DEPORTE: Hemos contemplado al padre, madre, hermano/s y hermana/as.

INTERESES DEPORTIVOS: Esta variable se mide preguntando por la frecuencia con que ven deporte por televisión así como la frecuencia de asistencia a competiciones deportivas.

INTENCION DE PARTICIPAR EN ACTIVIDADES DEPORTIVAS: Pretende medir el deseo o propósito que tiene una persona de hacer deporte en un futuro, no demasiado lejano. Ajzen y Fishbein (1980) contemplaban esta variable en su modelo y establecían que la intención de una persona por realizar una acción concreta, predecía con poco margen de error la conducta real del sujeto.

ACTITUDES HACIA EL DEPORTE: Esta variable mide la disposición de una persona hacia el deporte. Siguiendo el modelo de Ajzen y Fishbein (1980), esta variable tendría un doble componente, por una parte las *Creencias sobre las Consecuencias*, se refiere a las consecuencias positivas y negativas que para una persona tiene el hecho de practicar deporte.

El otro componente sería la *Evaluación de las Consecuencias*, mide el grado en que una persona considera positiva o negativa cada una de las consecuencias positivas y negativas anteriores.

NORMA SUBJETIVA: Igualmente esta variable la hemos utilizado siguiendo el modelo anterior. Mide el grado en que una persona va a actuar conforme a lo que las personas que le rodean piensan que es mejor. Podemos distinguir también un doble componente. Por una lado, las *Creencias Normativas*, se refiere a la importancia que la persona cree que tiene para sus familiares y amigos el hecho de que él o ella practique deporte. Por otro lado la *Motivación para Acomodarse*, que mide hasta qué punto es importante para el sujeto la opinión de sus familiares y amigos sobre sus conductas deportivas.

La actitud hacia el deporte y la norma subjetiva nos llevan a predecir la intención de la persona de practicar deporte y la práctica en sí.

AUTOCONCEPTO DE HABILIDAD: Se refiere a la opinión que tienen las personas sobre su maestría en el deporte. Esta variable está sacada del modelo de Eccles (1991).

VALOR PERCIBIDO DE LA TAREA: Esta variable se compone de otras cuatro que son: *valor de utilidad* (se refiere a los beneficios que el sujeto va a recibir), *valor de incentivo* (se refiere a la recompensa inmediata intrínseca o extrínseca), *valor de logro* (las necesidades y valores personales que una actividad cumple para el individuo) y *coste percibido* (tiempo, energía, etc.). Variable extraída del modelo de Eccles (1985, 1991).

RECUERDOS AFECTIVOS DE LA PERSONA: Son los recuerdos que la persona guarda de los momentos y las personas con los que ha realizado actividades deportivas. (Eccles 1985, 1991).

VALORES DEPORTIVOS: Mide la inclinación del sujeto hacia valores considerados tradicionalmente masculinos en el deporte o femeninos.

IDENTIDAD ATLETICA: Mide el grado en que una persona se considera deportista en relación con otros aspectos de su vida.

ACTITUD HACIA LA PRACTICA DEPORTIVA DE LAS MUJERES: Se refiere al grado en que una persona percibe el deporte femenino como algo positivo o negativo.

IDEOLOGIA DEL ROL DE GENERO: Mide la flexibilidad de una persona a la hora de considerar conductas típicamente masculinas y femeninas.

IDENTIDAD DE GENERO: Mide el grado de tipificación sexual de una persona. La puntuación resultante puede ser de una persona con características más expresivas o más instrumentales.

Estudio Piloto.

Se realizó un estudio piloto tipo exploratorio con el fin de obtener información que nos permitiera construir el cuestionario que sería utilizado en nuestro estudio principal. Para ello utilizamos un cuestionario de preguntas abiertas de elaboración propia. La información extraída fue referente a las prácticas deportivas de jóvenes de ambos sexos con características semejantes a las de la población objeto de estudio. También recogimos información, siguiendo el modelo de Ajzen y Fishbein (1980) sobre las consecuencias positivas y negativas que a su juicio tenía practicar deporte, así como sobre las personas cuya opinión, según ellos, era importante a la hora de practicar deporte. Estas preguntas abiertas nos permitirían construir una serie de cuestionarios de respuesta múltiple y cerrados, cuyas alternativas eran las respuestas que más comúnmente habían dado los sujetos del estudio piloto. Esta forma de elaborar los instrumentos fue sugerida por los autores de la Teoría de la Acción Razonada (Ajzen y Fishbein, 1980).

A) Método.

a) Participantes.

Las pruebas se aplicaron en dos colegios de Granada (colegio Sagrada Familia y Colegio del Ave María), a un total de 99 alumnos de 3º de ESO, 3º de BUP y COU, en los meses de mayo y octubre de 1997. Del total, 55 eran varones y 44 eran mujeres, con edades comprendidas entre los 14 y los 20 años. Veamos en la siguiente tabla la distribución por edades.

Tabla 4.1. Distribución de los participantes en el estudio piloto por edades y sexo.

EDAD años	SEXO	
	Varones	Mujeres
14	27 %	14 %
15	18 %	7 %
16	27 %	9 %
17	24 %	68 %
18		2 %
19	2 %	
20	2 %	

b) Procedimiento.

Como ya hemos dicho utilizamos un cuestionario de preguntas abiertas de elaboración propia. El cuestionario fue construido siguiendo las necesidades del estudio de manera que nos permitiera preparar unos instrumentos de medida con una base real, para ser utilizados en el estudio principal (Ver anexo). Este cuestionario estaba formado por una serie de apartados. El primero de ellos extraía información sobre las prácticas deportivas del sujeto, tanto de los deportes practicados como el lugar donde los realizan (preguntas 1,2 y 3). En el segundo se preguntaba por las consecuencias que conlleva la práctica de ejercicio físico para los chicos y para las chicas (Ajzen y Fishbein, 1980). A este apartado corresponden las preguntas 4 y 5 del cuestionario. Y el último apartado corresponde a la pregunta número 6 y pide información sobre las personas cercanas e importantes para el sujeto (Ajzen y Fishbein, 1980). En cuanto a los datos personales sólo nos interesaba conocer el sexo y la edad.

B) Resultados.

Las diferencias en cuanto a prácticas deportivas entre chicos y chicas son bastante visibles, tanto en la proporción de unos y otras que participan, como en el número de deportes practicados, así como en el tiempo semanal dedicado a las actividades deportivas. Ante la pregunta “¿Practicar deporte?”, el 96% de los varones indicaron que practicaban algún deporte, frente al 70% de las mujeres. Los deportes más practicados por los chicos y los más practicados por las chicas aparecen en la siguiente tabla.

Tabla 4.2. Deportes más practicados en función del sexo.

DEPORTES	HOMBRES	MUJERES
Fútbol	66%	13%
Baloncesto	60%	16%
Voleibol	30%	10%
Tenis	25%	10%
Natación	25%	23%
Balonmano	21%	19%
Fútbol-sala	17%	
Atletismo	17%	
Tenis mesa	15%	
Esquí		42%
Aerobic		16%
Gimnasia		10%

De forma minoritaria los chicos mencionaron otros deportes: ciclismo, patinaje, musculación, squash, montar a caballo, gimnasia, motociclismo, pesca submarina, correr, parapente, ajedrez, montañismo, caza y golf. En total mencionaron 23 deportes diferentes. Las chicas mencionaron en menor medida: ciclismo, correr, musculación y submarinismo. En total mencionaron 13 deportes diferentes.

En cuanto al número de horas semanales que dedicaban al deporte, las chicas daban de media 4'8 horas y los chicos 12'8, casi el triple.

Cuando preguntamos por las consecuencias que tiene para un chico y para una chica la práctica deportiva habitual, las respuestas dadas por varones y por mujeres fueron muy parecidas y las consecuencias para unas y otros también fueron similares. En este apartado no hubo diferencias de género. Esas consecuencias expresadas las recogemos de forma resumida de la siguiente manera:

Consecuencias positivas:

- Mejora la salud
- Aumenta la fuerza, resistencia, flexibilidad, etc.
- Es divertido
- Se conoce gente nueva
- Permite sentirse bien consigo mismo
- Mejora el aspecto físico
- Relaja
- Adelgaza
- Permite alejarse del tabaco, drogas, etc.
- Puede ser una salida profesional

Consecuencias negativas:

- Puede provocar lesiones
- Es una pérdida de tiempo

Aparecen agujetas

Hay que dedicar mucho esfuerzo y sacrificio

A veces es costoso económicamente

Puede disminuir el rendimiento escolar por dedicarle menos tiempo

Puede convertirse en una obsesión

Está mal visto

Puede ser malo si no se está acostumbrado

Es antiestético

En cuanto a las personas cercanas cuya opinión es importante en relación con la práctica deportiva habitual del sujeto, las mujeres citaron por orden: el padre (77%), la madre (73%), los amigos/as (65%), el hermano (59%) y la hermana (38%). Los varones citaron: el padre (71%), el hermano (58%), la madre (56%), la hermana (54%) y los amigos/as (51%).

Estudio Principal.

Los estereotipos de género influyen en las prácticas deportivas de las niñas y las jóvenes. La socialización diferencial a lo largo de la historia ha influido en aspectos centrales para las personas como la identidad, las actitudes, el auto-concepto, las autopercepciones, los valores, etc., y todo esto genera una complejidad conductual tal, que a menudo es difícil entender. Para nuestra investigación nos vamos a centrar en esas variables psicosociales que son claves a la hora de entender las diferencias conductuales de género.

Tanto a nivel teórico como para la recogida de información de este estudio nos hemos basado en dos modelos ya citados, la Teoría de la Acción Razonada de Ajzen y Fishbein (1980) y el Modelo de Elección de Logro de Eccles aplicado al contexto deportivo (Eccles y Harold, 1991).

A) Método.

a) Participantes

Los sujetos participantes en nuestra investigación han sido 627 y las edades oscilan entre 12 y 20 años, siendo la media de edad 15.46 (15.5 en los varones y 15.4 en las mujeres). La edad media de hombres y de mujeres no difiere significativamente, $F(1,624) = .51, p = .48$. Al haber utilizado los mismos cursos en cada centro, las edades de los participantes son aproximadamente las mismas en los distintos centros y en las zonas rurales y urbanas. En cuanto al número de varones y de mujeres, hemos encontrado que en unas clases había más chicos que chicas y en

otras al contrario; pero el resultado final de la muestra ha sido equitativo, ya que hemos obtenido un número total de 313 varones y 314 mujeres. Veamos la distribución por edades en la siguiente tabla:

Tabla 4.3. Distribución de los participantes por edades.

EDAD Años	%
12	2,07
13	14,51
14	16,42
15	16,10
16	21,05
17	16,42
18	9,56
19	3,05
20	0,80

Quienes participaron en este estudio eran estudiantes de nueve centros diferentes de enseñanza primaria y secundaria. Los centros han sido seleccionados en función de dos criterios. Uno es el número de habitantes de la población y tenemos tres grupos: ZONA URBANA, núcleos superiores a 100.000 habitantes, ZONA SEMIURBANA, núcleos cuyo número de habitantes se encuentra aproximadamente entre 30.000 y 60.000 y ZONA RURAL, poblaciones inferiores a 5.000 habitantes. El otro criterio es el carácter del centro, ya sea PÚBLICO o PRIVADO. Los centros que han participado en el estudio son:

ZONA RURAL - CARÁCTER PÚBLICO

Nº de participantes total: 136

- Colegio público Gerardo Fernández de Mollina (Málaga)
Curso: 2º de ESO
Total: 46 (23 varones y 23 mujeres)
Fecha de recogida de datos: 11 de Marzo de 1998
- IES José María Fernández de Antequera (Málaga)
Cursos: 3º de ESO, 4º de ESO, 1º de Bachillerato y 2º de Bachillerato
Total: 90 (34 varones y 56 mujeres)
Fecha de recogida de datos: 23 de Marzo y 30 de Marzo de 1998

Los estudiantes de este centro que han participado en el estudio pertenecen a las localidades de: Villanueva de la Concepción, Valle de Abdalajis, Alameda, Mollina, Teba, Villanueva del Rosario, Villanueva del Trabuco, Villanueva de Algaidas, Bobadilla, Los Nogales, Barriada Pastelero (Villanueva de la Concepción), Humilladero, Puerto del Barco (Barriada de Antequera), Fuente Piedra, La Joya, Cuevas Bajas, Los Carvajales, Cartaojal y Colonia de Santa Ana. Estos pueblos pertenecen a las provincias de Málaga y Córdoba.

ZONA SEMIURBANA - CARÁCTER PÚBLICO

Nº total de participantes: 132

- Colegio público León Mota de Antequera (Málaga)
Curso: 1º de ESO
Total: 27 (15 varones y 12 mujeres)
Fecha de recogida de datos: 12 de Mayo de 1998
- IES Pedro Espinosa de Antequera (Málaga)
Curso: 3ª de ESO, 4º de ESO, 1º de Bachillerato y 2º de Bachillerato
Total: 105 (65 varones y 40 mujeres)
Fecha de recogida de datos: 6 de Mayo de 1998

ZONA URBANA - CARÁCTER PÚBLICO

Nº total de participantes: 135

- Colegio Público Inmaculada del Triunfo de Granada
Curso: 2º de ESO
Total: 26 (15 varones y 11 mujeres)
Fecha de recogida de datos: 16 de Abril de 1998
- IES Padre Suárez de Granada
Cursos: 3º de ESO, 4º de ESO, 3º de BUP u COU
Total: 109 (52 varones y 57 mujeres)
Fecha de recogida de datos: 24 y 28 de Abril de 1998

ZONA URBANA - CARÁCTER PRIVADO

Nº total de participantes: 224

- Colegio Santa María Hijas de Jesús de Granada
Curso: 2º de ESO
Total: 34 (13 varones y 21 mujeres)
Fecha de recogida de datos: 1 de Abril de 1998
- Colegio Salesiano San Juan Bosco de Granada
Cursos: 3º de ESO, 4º de ESO, 1º de Bachillerato y 2º de Bachillerato
Total: 124 (96 varones y 28 mujeres)
Fecha de recogida de datos: 29 de Abril de 1998
- Colegio Regina Mundi de Granada
Cursos: 3º de ESO y 3º de BUP
Total: 66 (todas mujeres)
Fecha de recogida de datos: 21 de Mayo de 1998

En la siguiente tabla aparecen resumidas algunas características de los participantes que hemos venido comentando.

Tabla 4.4. Distribución de la muestra por edades, sexo y carácter del colegio (público-privado, rural-semiurbano-urbano).

Centro	CURSO	EIDADES Y SEXO									TOTAL
		12 H-M	13 H-M	14 H-M	15 H-M	16 H-M	17 H-M	18 H-M	19 H-M	20 H-M	
RURAL / PUBLI- CO	2° ESO		15 19	5 4	3 0						46
	3° ESO			5 9	1 6	2 2			1		26
	4° ESO				11	3 4	4 4	1 1			28
	1° bach.					7 5	3 4	1	1		21
	2° bach.						4 3	2 4	1	1	15
SEMI- URBA- NO/ PUBLI- CO	1° ESO	8 5	6 7	1 0							27
	3° ESO			7 1	8 3	2 1					22
	4° ESO				14 4	7 3					28
	1° bach.					1 11	2 10	6 4	1	1	36
	2° bach.						7	8 3	1 0		19
URBA- NO/ PUBLI- CO	2° ESO		12 7	3 4							26
	3° ESO			9 10	9 5	2 0					35
	4° ESO				4 3	2 5	4 1				19
	3° BUP					6 9	9 5	2 3	1 1		36
	COU						4	3 6	1 3	2	19
URBA- NO/ PRIVA- DO	2° ESO		11 14	2 6	1						34
	3° ESO			16 21	8 14	7 3					69
	4° ESO				6 1	13 3	2 2	2			29
	3° BUP/ 1° bach					10 24	18 12	1 2	1		68
	2° bach.						2 3	4 7	6 1	1	24
		8 5	44 47	48 55	53 48	62 70	55 48	30 30	11 8	2 3	627

b) Procedimiento

Para nuestro estudio necesitábamos participantes con edades comprendidas entre los 12 y los 18 años aproximadamente, por lo que seleccionamos los cursos en función de esas edades, es decir, las personas que se encuentran en este intervalo de edad cursan generalmente 2º de ESO, 3º de ESO, 4º de ESO, 1º de Bachillerato o 3º de BUP y 2º de Bachillerato o COU. Se seleccionaron los centros de primaria y secundaria en función de las variables: ZONA (rural, urbana y semiurbana) y CARÁCTER DEL CENTRO (público y privado). Tras finalizar la recogida de datos, nos hemos encontrado con una muestra de 627 participantes de ambos sexos y de edades comprendidas entre los 12 y 20 años.

Los centros privados seleccionados corresponden a zona urbana todos ya que prácticamente no existen centros privados en zonas rurales y en las zonas que hemos denominado como semiurbanas si existen estos centros privados suelen estar mezclados jóvenes tanto de núcleos rurales como del núcleo semiurbano donde se encuentra. Hemos seleccionado los dos institutos de Antequera (Málaga), ya que esta ciudad, de unos 40.000 habitantes, tiene un instituto para los estudiantes de Antequera (IES Pedro Espinosa) y otro para los estudiantes de los pueblos de los alrededores (IES José María Fernández), por lo que está muy bien diferenciada la población rural y semiurbana, cosa que no ocurría en otros pueblos como Loja, Motril, Ronda, etc., donde estuvimos buscando centros para nuestro estudio.

El procedimiento seguido en cada centro fue el mismo. Se realizó una primera visita de presentación en la que se contactó con el director o directora del centro y se explicó el objetivo de la investigación y nuestra intención de llevar a cabo una recogida de datos en el centro. En todos los casos hubo una buena acogida y un gran interés por el tema, solicitando una copia de los resultados de la investigación una vez finalizada esta. El segundo paso era ponernos en contacto con el profesor o profesora de educación física del centro para seleccionar los cursos y los horarios con el fin de

facilitarnos la tarea al máximo. En tercer lugar se realizaba la pasación de los cuestionarios y escalas en la clase correspondiente donde previamente los alumnos habían sido informados que iban a participar en una investigación sobre prácticas deportivas. En la mayoría de los casos se realizaba en el horario correspondiente a la clase de educación física.

El cuestionario tiene dos formatos, uno para los varones y otro para las mujeres. El de varones está escrito en masculino y el de mujeres en femenino y sólo difieren en una de las secciones (nº 22), en la que algunos enunciados son comunes y otros son específicos para cada grupo.

Las clases de todos los centros tenían una duración de 50, 55 ó 60 minutos y el tiempo que se tardaba en rellenar el cuestionario era variable pero aproximadamente entre 30 y 50 minutos, por lo que no hubo ningún problema de tiempo. Por otra parte, he de decir que hubo una buena acogida, en general, por parte de los alumnos, por lo que ha sido bastante gratificante y amena esta fase de recogida de datos.

A continuación detallamos los distintos instrumentos de medida utilizados:

Datos demográficos.

Instrumento de elaboración propia que recoge datos sobre edad, sexo, estudios de los padres, ocupación de los mismos y el código personal. Corresponde a la primera pregunta del cuestionario general. En las preguntas sobre estudios del padre y estudios de la madre hay tres alternativas: Primarios (certificado de escolaridad, EGB, estudios primarios, etc.), Medios (FP, BUP, bachillerato, etc.) y Universitarios (diplomaturas y licenciaturas universitarias). Las preguntas sobre ocupación del padre y de la madre son abiertas y las respuestas se han codificado a posteriori según un modelo utilizado en la Universidad de Granada. Este cuestionario también incluye un código personal, con el fin de poder conservar el anonimato de las respuestas pero, al mismo tiempo, poder utilizar estos mismos

datos en una futura investigación longitudinal. El código personal está formado por seis dígitos, los dos primeros corresponden al día de nacimiento, los dos segundos al número del domicilio y los dos últimos al mes de nacimiento.

Escala de prácticas deportivas.

Mediante un listado de deportes se pregunta a los participantes qué deportes practican y la frecuencia. Este listado es de elaboración propia también pero basándonos en los listados de deportes clasificados en masculinos, femeninos y neutros de Nathalie Koivula (1995) y Benilde Vázquez (1993). La lista incluye un total de 38 deportes (ver en el anexo). La escala donde se mide la cantidad de deporte practicado tiene seis puntos, siendo 1(todos los días), 2(varias veces a la semana), 3(varias veces al mes), 4(una vez al mes), 5(menos de una vez al mes) y 6(sólo en vacaciones). A continuación, se hace referencia a la práctica deportiva de otras personas de la familia (padre, madre, hermano/s, hermana/s). Se formula de la siguiente manera: “¿Qué otras personas de tu familia practican deporte?” Y se contesta colocando una cruz en la alternativa SI (practica deporte) o en NO (no practica deporte), junto al parentesco.

Cuestionario de intereses deportivos.

Este instrumento también ha sido elaborado para esta investigación y se pregunta sobre la frecuencia de asistencia a competiciones deportivas en directo y la frecuencia con que ven deporte por televisión (preguntas 4, 5 y 6). La pregunta número 4 está formulada como sigue: “¿Te gusta ver deporte en televisión?” y se contesta colocando una cruz en el SI o en el NO. Si la respuesta ha sido SI, se pasa a la siguiente pregunta: “¿Con qué frecuencia ves deporte por televisión? Rodea con un círculo el número que corresponda”. Hay cinco posibilidades de respuesta: 1 (Mucho), 2 (Bastante), 3 (Algo), 4 (Poco) y 5 (Nada). Y la última pregunta sobre intereses deportivos es: “¿Asistes a competiciones en directo tales como partidos de fútbol, tenis, baloncesto, etc.? Contesta rodeando con un círculo el número que corresponda a las veces que sueles asistir”. Hay siete alternativas

de respuesta: 1 (Nunca), 2 (Varias veces en mi vida), 3 (Una vez al año), 4 (Varias veces al año), 5 (Una vez al mes), 6 (Varias veces al mes) y 7 (Una vez por semana). Las respuestas a los dos items fueron sumadas, obteniéndose así un índice de intereses deportivos (coeficiente alpha = .48).

Cuestionario de intención de participar en actividades deportivas.

La intención de participar es una de las variables contempladas en la Teoría de la Acción Razonada de Ajzen y Fishbein (1980). Para cuantificar esta variable hemos preguntado acerca del tiempo libre que están dispuestos a emplear en practicar deporte medido en número de días y número de horas al día (preguntas 7, 8 y 9). La pregunta 7 está formulada de la siguiente manera: “¿Cuánto de tu tiempo libre estás dispuesto a emplear en practicar deporte durante el próximo año? Contesta señalando con un cruz en el espacio que corresponda”. Las alternativas de respuesta son: “Todo mi tiempo libre”, “Una buena parte de mi tiempo libre”, “La mitad de mi tiempo libre”, “Una pequeña parte de mi tiempo libre” y “Nada”. La siguiente pregunta es: “¿Cuántos días a la semana tienes intención de practicar deporte en el próximo año? Rodea con un círculo el número de días”. Las posibilidades de respuesta son: 0. 1. 2. 3. 4. 5 .6 ó 7 días (los días de la semana). Finalmente se pregunta: “¿Cuántas horas tienes intención de dedicar al deporte por día? Rodea con un círculo el número de horas”. Las alternativas de respuesta son: 1, 2, 3, 4, 5 ó 6 horas al día. Se obtuvo un índice total de intención de participar en actividades deportivas (coeficiente alpha = .67).

Cuestionario de actitudes hacia la práctica deportiva. Creencias sobre las consecuencias.

Basado en el modelo de Ajzen y Fishbein (1980) y elaborado a partir del estudio piloto previo (preguntas 10 y 11). La pregunta número 10 está formulada de la siguiente manera: “Practicar deporte puede tener una serie de consecuencias

positivas. De las consecuencias que se indican a continuación, rodea con un círculo el número que mejor exprese tu grado de acuerdo o desacuerdo”. Seguidamente aparecen una serie de consecuencias positivas como: “Mejora mi salud”, “Aumenta mi fuerza, resistencia, flexibilidad, etc.”, “Me divierte”, etc. Junto a cada alternativa aparece una escala del 1 al 5, donde 1 (muy en desacuerdo), 2 (en desacuerdo), 3 (ni acuerdo ni desacuerdo), 4 (de acuerdo) y 5 (muy de acuerdo). Hay que elegir una de estas alternativas rodeando con un círculo el número que corresponda. La pregunta número 11 es igual pero aparece un listado de consecuencias negativas, en lugar de positivas y la posibilidad de respuesta es igual a la pregunta anterior.

Hemos obtenido la medida de consistencia interna para cada subescala, mediante el análisis Alpha de Cronbach. En la subescala de consecuencias positivas el alpha ha sido: .80, y en la subescala de consecuencias negativas ha sido: .69. El coeficiente alpha total ha sido: .67.

Cuestionario de actitudes hacia la práctica deportiva. Evaluación de las consecuencias.

Basado en el modelo de Ajzen y Fishbein (1980) y elaborado a partir del estudio piloto previo (preguntas 12 y 13). Estas preguntas son muy parecidas a las anteriores en la manera como están formuladas pero miden aspectos distintos. La pregunta 12 dice así: “A continuación nos gustaría saber tu opinión acerca de lo positivo o negativo que consideras para ti cada uno de los aspectos que te mencionamos a continuación” Seguidamente aparece el listado de las consecuencias positivas de la pregunta número 10 y las alternativas de respuesta son: 1 (muy negativo), 2 (negativo), 3 (ni positivo ni negativo), 4 (positivo) y 5 (muy positivo). La pregunta 13 es igual pero aparece el mismo listado de consecuencias negativas de la pregunta número 11.

Al igual que en el cuestionario anterior hemos realizado un análisis Alpha de Cronbach para ver la consistencia interna en cada una de las subescalas. El alpha en la escala de evaluación de las consecuencias positivas ha sido de .76, el alpha de la escala de evaluación de las consecuencias negativas ha sido de .70 y el alpha del total ha sido: .66.

Una puntuación total en Actitud hacia la práctica deportiva se obtiene multiplicando cada creencia conductual por la evaluación que de ella se hace y sumando todos los productos obtenidos.

Norma subjetiva hacia la práctica deportiva. Creencias normativas.

Al igual que los anteriores está basado en el modelo de Ajzen y Fishbein (1980) y ha sido elaborado para esta investigación a partir del estudio piloto previo (pregunta 14). Esta pregunta dice: “¿Cómo de importante tu crees que es para las siguientes personas que tu practiques deporte?” A continuación aparecen distintas personas del entorno del sujeto: “padre”, “madre”, “hermanos/as”, “amigos/as”, “profesores” y “otros”, y junto a cada uno de ellos las siguientes alternativas, una de las cuales hay que rodear con un círculo: 1 (nada importante), 2 (poco importante), 3 (indiferente), 4 (algo importante) y 5 (muy importante).

Norma subjetiva hacia la práctica deportiva. Motivación para acomodarse.

Del mismo modo, ha sido elaborado a partir del estudio piloto anterior y está basado en el modelo de Ajzen y Fishbein (1980) (pregunta 15). “¿Hasta qué punto es importante para ti la opinión de las siguientes personas? Señala con un círculo”. A continuación aparecen las mismas personas del entorno del sujeto que en la pregunta anterior y las alternativas de respuesta son las mismas.

La norma subjetiva se obtiene multiplicando la puntuación dada a la importancia que a juicio de los participantes las personas importantes para ellos dan a la práctica deportiva por la motivación para acomodarse (por ejemplo, se multiplica

la importancia que creen que da el padre por la motivación a acomodarse a lo que el padre piensa). Una vez calculados los productos, éstos se suman para obtener la puntuación en la norma subjetiva.

Cuestionario de auto-concepto de habilidad.

Cuestionario elaborado por Eccles y Harold (1991) para el Modelo de Elección de Logro aplicado al contexto deportivo (pregunta 16). Este cuestionario incluye una serie de preguntas sobre el concepto que tiene el sujeto de sus habilidades deportivas, por ejemplo: “¿Cómo de bueno eres en el deporte?”, “¿Cómo de bueno eres en el deporte en comparación con otras asignaturas?”, “¿Cómo de bueno eres en el deporte en comparación con otras personas de tu mismo sexo?”, etc. Las posibles respuestas van en un continuo del 1 al 5, donde 1 es “nada bueno” y 5 es “muy bueno”. Se obtiene una puntuación total en esta escala sumando las puntuaciones obtenidas en los seis ítems.

Hemos realizado un análisis Alpha de Cronbach para ver la consistencia interna del cuestionario, obteniendo un coeficiente alpha de .82.

Cuestionario de valor percibido de la tarea.

De elaboración propia basándonos en el Modelo de Elección de Logro de Eccles y Harold (1991). Mide cuatro componentes: *valor de utilidad* (se refiere a si la actividad está dentro de las metas de la persona), *coste percibido* (el coste se puede entender en tiempo, energía, renuncia a otras actividades de interés para el sujeto, etc.), *valor de incentivo* (se refiere a las recompensas inmediatas intrínsecas y extrínsecas) y *valor de logro* (las necesidades y valores personales que una actividad cumple para el individuo). Corresponde a la pregunta 17 del cuestionario. Las preguntas formuladas en este cuestionario son: “¿En qué medida es útil para ti realizar actividades deportivas de cara a cumplir las metas que deseas alcanzar cuando seas adulto?”, “¿Cómo de alto es para ti el coste de hacer deporte? (Por coste podemos entender tiempo, energía, no poder hacer

otras cosas que nos gustan, etc.)”, “¿En qué medida el deporte te aporta recompensas inmediatas (bienestar, diversión, reconocimiento de los demás, etc.)?” y “¿En qué medida el deporte cubre tus necesidades y valores personales, esto es, te permite ser o parecerte al tipo de persona que a ti te gustaría ser?”. Las posibles respuestas pueden ser: 1 (Nada), 2 (Poco), 3 (Indiferente), 4 (Algo) y 5 (Mucho).

Hemos obtenido la medida de consistencia interna mediante el análisis Alpha de Cronbach encontrando, para un total de 626 casos un alpha total de: .53.

Cuestionario de recuerdos afectivos de la persona.

Ha sido elaborado para esta investigación basándonos en el Modelo de Elección de Logro de Eccles y Harold (1991) (pregunta 18). Aquí preguntamos al sujeto: “¿Cómo son los recuerdos que guardas de los momentos en los que has practicado deporte a lo largo de tu vida?” y “¿Cómo son los recuerdos de las personas con las que has practicado deporte?”. Las respuestas pueden ser: 1 (Muy malos), 2 (Malos), 3 (Ni buenos ni malos), 4 (Buenos) y 5 (Muy buenos). Los dos ítems se suman, obteniendo un índice de favorabilidad del recuerdo (coeficiente alpha de cronbach = .64).

Cuestionario de valores deportivos.

El *Sport Orientation Index* fue elaborado por McElroy (1983) y mide el tipo de orientación de los niños y jóvenes hacia el deporte. La competitividad y la destreza son los valores de orientación tradicionalmente masculina y el juego limpio y la participación de todos son los valores de orientación tradicionalmente femenina (pregunta 19). Esta pregunta aparece de la siguiente manera: “De las cuatro alternativas que aparecen a continuación, piensa en qué es lo más importante para ti cuando participas en algún juego deportivo. Coloca el número 1 en la alternativa que has elegido como más importante y el número 2 en la alternativa que piensas que es lo segundo más importante”. Las alternativas son:

“a) Vencer a tu oponente o al otro equipo _____”, “b) Jugar lo mejor que puedas _____”, “c) Jugar limpio _____” y “d) Que todos los miembros del equipo jueguen _____”. Las dos primeras corresponden a los valores “competitividad” y “destreza” y las dos últimas a “juego limpio” y “participación de todos”. A la primera elección se le asigna una puntuación de 2 (+2, -2) y a la segunda elección una puntuación de 1 (+1, -1). A las dimensiones “competitividad” y “destreza” se les da un peso positivo (+2, +1) y a las dimensiones “juego limpio” y “participación de todos” se les da un peso negativo (-2, -1). Las dos alternativas elegidas por el participante se suman, si la puntuación resultante tiene signo positivo quiere decir que el peso se inclina hacia valores tradicionalmente masculinos y si el resultado tiene signo negativo, el peso de la elección se inclina hacia valores tradicionalmente femeninos en el deporte.

El coeficiente alpha ha sido de .59.

Escala de identidad atlética.

Athletic Identity Measurement Scale (AIMS). Elaborada por Brewer, Van Realte & Linder (1993). Se compone de nueve items que miden cuatro componentes: *auto-identidad* (se refiere a la visión que tiene el sujeto de sí mismo como atleta), *identidad social* (la intensidad con que los atletas se identifican con el rol atlético, más exactamente, es la percepción de los sujetos de la visión de otros sobre ellos como atletas), *exclusividad* (el grado en el que los atletas confían solamente en su identidad atlética y se identifican menos fuertemente con otros roles) y *afectividad negativa* (mide las respuestas emocionales negativas a no tener la posibilidad de entrenar o competir como un atleta, debido a una lesión u otras razones). Lo hemos extraído para esta investigación del artículo de Martin, Adams-Mushett y Smith (1995) (pregunta 20). Veamos algunos ejemplos de cada uno de los componentes: “Me considero un/a deportista” (mide auto-identidad), “Muchos de mis amigos/as son deportistas” (mide identidad social), “El deporte es la única cosa importante en mi vida” (mide exclusividad) y “Me siento mal

conmigo mismo/a cuando tengo una actuación pobre en el deporte” (mide afectividad negativa). En cada enunciado hay que contestar siguiendo el mismo esquema que ya hemos visto: 1 (muy en desacuerdo), 2 (en desacuerdo), 3 (indiferente), 4 (de acuerdo) y 5 (muy de acuerdo). En cada subescala se obtiene una puntuación sumando y promediando.

Las medidas de alpha de cronbach en cada una de las subescalas han sido: en la escala de auto-identidad: .77, en la escala de identidad social: .47, en la escala de exclusividad: .82 y en la escala de afectividad negativa: .50.

Cuestionario de actitudes hacia la práctica deportiva de las mujeres (I).

La primera parte está sacada de una investigación de Benilde Vazquez (1993) (los enunciados a, b, c, d, e, f, g, h). La segunda parte (enunciados i, j, k, l) sacada de la encuesta sobre gimnasias recreativas de Buñuel Heras (1987). El cuestionario resultante se compone de doce items (pregunta 21). Veamos algunos ejemplos de los enunciados: “El deporte es cosa de hombres”, “La práctica deportiva intensa masculiniza a la mujer”, “La práctica deportiva de las mujeres perjudica su maternidad”, etc. La forma de contestar es rodeando con un círculo el número que corresponda con nuestra opinión: 1 (muy en desacuerdo), 2 (en desacuerdo), 3 (indiferente), 4 (de acuerdo) y 5 (muy de acuerdo). La puntuación global se obtiene sumando las respuestas de todas y promediando. Cuanto más alta es la puntuación, más negativa es la actitud hacia la práctica deportiva de las mujeres, excepto en dos items (“h” y “l”) a los que hemos dado la vuelta para su cómputo.

La medida de consistencia interna del cuestionario la hemos obtenido a través del coeficiente Alpha de Cronbach obteniendo, para un total de 625 casos un alpha de: .81.

Cuestionario de actitudes hacia la práctica deportiva de las mujeres (II).

Elaborado por Onslow (1983) y extraído del artículo de Harahousou-Kabitsi y Kabitsis (1995). El mismo cuestionario tiene un formato para hombres y otro para mujeres donde parte de las preguntas están incluidas en ambos y otras son específicas para uno u otro sexo (pregunta 22). El formato para hombres tiene catorce ítems y el de mujeres tiene nueve ítems. Este cuestionario mide lo mismo que el anterior y hemos utilizado ambos como formas paralelas. Las respuestas posibles son las mismas que el anterior y los enunciados muy parecidos, veamos algunos ejemplos: “Las mujeres deberían participar en actividades físicas que requieran gracia y belleza”, “Yo creo que las mujeres deberían recibir menos dinero en premios que los hombres”, “Yo creo que debería haber más retransmisiones televisivas de los deportes femeninos”, etc. El formato de respuesta es el mismo del cuestionario anterior. Cuanto más alta es la puntuación, más negativa es la actitud hacia la práctica deportiva de las mujeres, excepto en algunos ítems a los que hemos dado la vuelta para que tengan todos la misma direccionalidad (3, 4, 5, 6, 10, 11, 12 y 13).

Estas dos escalas que miden la actitud hacia la práctica deportiva de las mujeres correlacionan altamente entre sí (Versión I con Versión II-mujeres: .71; Versión I con Versión II-hombres: .7; Versión II-mujeres con Versión II-hombres: .94). Todas las correlaciones son significativas con una probabilidad inferior al .001.

El alpha de Cronbach o consistencia interna del cuestionario, para un total de 626 casos, en la versión para hombres ha sido de .80 y en la versión para mujeres ha sido .58.

Cuestionario de ideología del rol de género.

Mide el grado en que la persona es más tradicional con los roles de género o por el contrario es más liberal. Elaborada por Moya y cols. (1991). (pregunta 23). Este cuestionario está formado por una serie de enunciados y junto a cada uno hay que contestar colocando el número que corresponda a lo que pensamos. Los

números comprenden un continuo del 1 al 100, donde 1 significa “totalmente de acuerdo” y 100 “totalmente en desacuerdo”. Algunos de los enunciados son: “Aunque a algunas mujeres les guste trabajar fuera del hogar, debería ser responsabilidad última del hombre suministrar el sostén económico a su familia”, “Es natural que hombres y mujeres desempeñen diferentes tareas”, “Si un niño está enfermo y ambos padres están trabajando debe ser generalmente la madre quien pida permiso en el trabajo para cuidarlo”, etc. En total son doce items. Cuanto más alta es la puntuación, más liberal es la persona y cuanto más baja, más conservadora en cuanto a los roles de género.

Para ver la consistencia interna de la escala hemos realizado el análisis Alpha de Cronbach obteniendo para un total de 613 casos un alpha de .86.

Cuestionario de identidad de género.

El grado en que la persona se autocalifica con rasgos tradicionalmente masculinos (instrumentales) o femeninos (expresivos). Elaborado por Moya y Pérez (1988) (pregunta 24). Este cuestionario está formado por un listado de 22 adjetivos, once de los cuales corresponden a rasgos considerados tradicionalmente como masculinos (agresivo, ambicioso, atlético, etc.) y los otros once considerados femeninos (amable, cariñoso, emocional, etc.). El participante tiene que contestar rodeando con un círculo un número del 1 al 7, siendo 1 “Nunca” y 7 “Siempre”.

La consistencia interna de las escalas nos da un coeficiente alpha en la escala instrumental de .64 y en la escala de rasgos expresivos de .73.

Los datos han sido analizados con los paquetes estadísticos SPSS 6.0, SPSS 7.5. y SPSS 8.0.

B) Resultados.

- a) Diferencias entre los varones y mujeres participantes en el estudio en las principales variables.

Práctica deportiva.

Como puede verse en la tabla 4.5., los deportes más practicados en general son: bicicleta, natación, baloncesto, voleibol, correr y fútbol. Los más practicados por los varones siguiendo el orden de más a menos son: fútbol (91%), bicicleta (82,7%), baloncesto (80,1%), natación (74,1%) y correr (69%); y los más practicados por las mujeres son: natación (83,7%), bicicleta (76,1%), baloncesto (73,5%), voleibol (71,9%) y gimnasia (67,5%). Pero existen diferencias en cuanto a la cantidad de tiempo dedicado, por ejemplo, la natación es practicada fundamentalmente durante las vacaciones de verano y no hay diferencia entre chicos y chicas en cuanto a la cantidad de tiempo dedicado a la práctica. Los deportes a los que dedican más tiempo los chicos son fútbol y baloncesto (además de ser los más practicados) y la frecuencia media es de varias veces a la semana. Sin embargo, los deportes más practicados por las chicas, bicicleta, baloncesto y voleibol los realizan con una frecuencia de varias veces al mes; y aquellos que practican con más frecuencia, es decir, dedican más tiempo son la danza (solamente practicada por un 10,6%) y la gimnasia (33,8%).

Los deportes en los que la práctica de las mujeres supera a la de los hombres en número de participantes son: natación, voleibol, gimnasia, aerobio, patinaje, balonmano; y en menor número: esquí, danza, hockey e hípica. No sólo hay más mujeres que hombres que practiquen aerobio, balonmano, danza y esquí sino que también dedican más tiempo que los hombres. Sin embargo los demás que hemos citado (gimnasia, natación y voleibol) aunque hay más mujeres que los practiquen,

no hay diferencias significativas en cuanto al tiempo que dedican chicos y chicas. Los deportes más practicados por la población masculina tanto en número de participantes como en tiempo son todos los demás: fútbol, bicicleta, baloncesto, correr, tenis, tenis de mesa, caza y pesca, badminton; y en menor medida: petanca y piragüismo. Y aunque los chicos excedan en número a las chicas no hay diferencias significativas en cuanto a cantidad de tiempo dedicado por unos y por otras en: atletismo, beisbol, frontón, artes marciales, montañismo, motociclismo, musculación, rugby, submarinismo y squash.

Los distintos deportes practicados aparecen en la Tabla 4.5., con la distribución por sexos en porcentaje de quienes los practican, el índice de frecuencia de práctica y el nivel de significación de las diferencias en los índices de frecuencias. La frecuencia media con la que los varones practican deporte es ligeramente inferior a la frecuencia media obtenida por las mujeres (3.13 vs. 2.91; recuérdese que a mayor puntuación, menor frecuencia) ($F(1,624) = 10.51, p = .001$).

Tabla 4.5. Prácticas deportivas.

Nº	Deportes	Total varones	Total mujeres	TOTAL	% varones	% mujeres	Práctica varones *	Práctica mujeres *	F	P
1	Aerobic	39	184	223	12.4	58.5	4.84	4.04	7.41	.007
2	Atletismo	147	85	232	46.9	27.0	3.42	3.81	2.97	.085
3	Badminton	100	67	167	31.9	21.3	5.02	5.41	4.55	.034
4	Baloncesto	251	231	482	80.1	73.5	2.90	3.27	7.76	.005
5	Balonmano	105	108	213	33.5	34.3	4.21	3.37	17.69	.000
6	Beisbol	93	62	155	29.7	19.7	4.84	4.80	0.02	.870
7	Bicicleta	259	239	498	82.7	76.1	3.46	4.22	23.12	.000
8	Caza/Pesca	111	45	156	35.4	14.3	4.72	5.62	13.05	.000
9	Culturismo	33	16	49	10.5	5.0	3.84	4.68	2.44	.120
10	Danza	13	67	80	4.1	21.3	4.00	2.86	5.06	.027
11	Esgrima	9	4	13	2.8	1.2	5.66	6.00	1.69	.210
12	Esquí	76	69	145	24.2	21.9	5.06	4.44	7.18	.008
13	Correr	216	303	419	69.0	64.6	3.17	3.24	0.19	.660
14	Frontón	60	37	97	19.1	11.7	4.46	4.54	0.04	.820
15	Fútbol	285	118	403	91.0	37.5	2.14	3.61	97.73	.000
16	Gimnasia	130	212	342	41.5	67.5	2.14	2.25	1.14	.280
17	Golf	15	8	23	4.7	2.5	5.53	4.12	9.61	.005
18	Halterofilia	17	3	20	5.4	0.9	4.00	3.66	0.09	.760
19	Hípica	8	25	33	2.5	7.9	5.50	4.96	0.99	.320
20	Hockey	25	51	76	7.9	16.2	4.52	3.92	2.49	.110
21	Judo/Kar/T	36	19	55	11.5	6.0	3.33	3.31	0.00	.970
22	Lucha	24	12	36	7.6	3.8	3.37	2.16	3.02	.090
23	Montañismo	88	57	145	28.1	18.1	4.90	5.01	0.22	.630
24	Motociclismo.	52	17	69	16.6	5.4	2.76	3.64	2.76	.100
25	Musculación	62	20	82	19.8	6.3	3.54	3.90	0.51	.470
26	Natación	232	263	495	74.1	83.7	5.80	5.92	3.53	.060
27	Parapente	12	9	21	3.8	2.8	5.08	5.55	0.94	.340
28	Patinaje	57	113	170	18.2	35.9	4.21	4.38	0.43	.510
29	Petanca	56	25	81	17.8	7.9	4.69	5.48	5.30	.023
30	Piragüismo	17	12	29	5.4	3.8	5.70	6.00	4.65	.040
31	Rugby	31	11	42	9.9	3.5	5.19	4.90	0.41	.520
32	Squas	14	8	22	4.4	2.5	5.21	4.62	1.03	.320
33	Submarinismo	52	30	82	16.6	9.5	5.78	5.66	0.42	.510
34	Tenis	208	132	340	66.4	42.0	4.61	4.94	4.00	.040
35	Tenis de mesa	170	81	251	54.3	25.7	4.29	4.92	9.58	.002
36	Tiro arco/olim	10	5	15	3.1	1.5	5.30	4.60	0.91	.350
37	Vela/Windsur	23	16	39	7.3	5.0	5.82	5.93	1.02	.310
38	Voleibol	199	226	425	63.5	71.9	3.40	3.14	3.30	.070

* La escala donde se mide la cantidad de deporte practicado tiene seis puntos, siendo 1(todos los días), 2 (varias veces a la semana), 3 (varias veces al mes), 4 (una vez al mes), 5 (menos de una vez al mes) y 6 (sólo en vacaciones).

Intereses deportivos.

El interés deportivo se medía preguntando con qué frecuencia veían deporte por televisión y con qué frecuencia asistían a competiciones deportivas.

Los hombres han obtenido una puntuación de media de 1.93 en cuanto al tiempo que dedican a ver televisión; y las mujeres 3.02. La escala de frecuencia tiene seis puntos, siendo 1 (todos los días), 2 (varias veces a la semana), 3 (varias veces al mes), 4 (una vez al mes), 5 (menos de una vez al mes) y 6 (sólo en vacaciones). Esto indica que los hombres ven más deporte por televisión que las mujeres. $F(1, 608) = 121.21, p = .0000$.

Igualmente los hombres asisten a competiciones deportivas en directo (4.5 de media) con más frecuencia que las mujeres (3.25 de media). La escala es de siete puntos: 1 (nunca), 2 (varias veces en mi vida), 3 (una vez al año), 4 (varias veces al año), 5 (una vez al mes), 6 (varias veces al mes) y 7 (una vez por semana). La diferencia es altamente significativa, siendo $F(1, 624) = 51.09, p = .0000$.

Intención de participar en actividades deportivas.

La intención de participar en actividades deportivas en el futuro se mide mediante tres preguntas: ¿cuánto de tu tiempo libre estás dispuesto a emplear en practicar deporte durante el próximo año?; ¿cuántos días a la semana? y ¿cuántas horas al día? La media de los varones en la primera pregunta es 2.3 y la de las mujeres es 3.02. Siendo una escala de 1 a 5 (1= todo mi tiempo libre, 2 = una buena parte de mi tiempo libre, 3 = la mitad de mi tiempo libre, 4 = una pequeña parte de mi tiempo libre y 5 = nada). La diferencia entre hombres y mujeres es significativa siendo los hombres quienes están dispuestos a emplear más tiempo que las mujeres, $F(1, 624) = 90.72, p = .0000$.

Los hombres también tienen intención de practicar deporte más días a la semana (4.11 de media) que las mujeres (3.17 de media), $F(1, 624) = 51.66, p = .0000$. En esta pregunta la escala corresponde a los días que tiene una semana, por eso va de 0 a 7.

En cuanto al número de horas al día que tienen intención de hacer deporte también los hombres superan a las mujeres, siendo la media de los hombres: 2.41 horas; y la de las mujeres: 1.87 horas, $F(1, 610) = 47.63, p = .0000$.

Actitud hacia la práctica deportiva. Creencias sobre las consecuencias.

Siguiendo el modelo de Ajzen y Fishbein (1980), la actitud se mide a través de la relación entre los siguientes componentes: creencias sobre las consecuencias positivas y negativas de una conducta, y evaluación que hace el sujeto de esas consecuencias. A partir de las respuestas del estudio piloto, establecimos una serie de creencias positivas y negativas sobre la práctica del deporte.

Respecto a las creencias positivas sobre las consecuencias de practicar deporte, no existen diferencias significativas entre chicos y chicas en las siguientes: “1. *Mejora mi salud*”, “5. *Me ayuda a sentirme bien conmigo mismo/a*”, “6. *Mejora mi aspecto físico*” y “7. *Me relaja*”.

Sí hemos encontrado diferencias significativas entre varones y mujeres en las siguientes creencias: “2. *Aumenta mi fuerza, resistencia, flexibilidad, etc.*”, “3. *Me divierto*”, “4. *Conozco nuevos amigos*”, “8. *Adelgazo*”, “9. *Me hace estar lejos de tabaco, drogas, etc.*” y “10. *Puede ser una salida profesional*”. De todas ellas, los varones han puntuado más alto que las mujeres, como podemos apreciar en la tabla, excepto en la creencia: “Adelgazar” en la que las mujeres han puntuado más alto. Esto nos da una idea de lo que chicos y chicas consideran más importante en su escala de valores en relación con el deporte. No obstante, aunque las puntuaciones

medias son superiores en los hombres (4.18 vs 4.07), las diferencias no son muy elevadas ($F(1, 624) = 6.15, p = .01$), lo que indica que los hombres tienden a estar más de acuerdo con la presencia de consecuencias positivas. Veamos los datos en la tabla 4.6.

**Tabla 4.6. Actitud hacia la práctica deportiva.
Creencias sobre las consecuencias positivas en virtud del sexo.**

CONSECUENCIAS POSITIVAS	Media de hombres	Media de mujeres	F	P
1. Mejora mi salud	4.74	4.77	0.50	.47
2. Aumenta fuerza, resistencia, flexibilidad, etc.	4.75	4.59	11.28	.0008
3. Me divierto	4.6	4.2	42.89	.0000
4. Conozco nuevos amigos	4.04	3.69	21.78	.0000
5. Me ayuda a sentirme bien conmigo mismo	4.19	4.05	3.27	.07
6. Mejora mi aspecto físico	4.33	4.29	0.26	.61
7. Me relaja	3.85	3.97	2.08	.14
8. Adelgazo	3.68	3.99	11.56	.0007
9. Me hace estar lejos de tabaco, drogas, etc.	3.91	3.71	3.86	.049
10. Puede ser una salida profesional.	3.73	3.53	4.22	.04
MEDIA	4.18	4.07	6.15	.01

La escala va de 1 a 5, siendo 1 (muy en desacuerdo), 2 (en desacuerdo), 3 (ni acuerdo ni desacuerdo), 4 (de acuerdo) y 5 (muy de acuerdo).

En cuanto a las creencias sobre las consecuencias negativas de practicar deporte no hubo diferencias significativas en las siguientes: “1. *Puede provocarme lesiones*”, “6. *Disminuye mi rendimiento en el estudio*”, “7. *Se puede convertir en una obsesión*”, “8. *Está mal visto*”, “9. *Puede ser malo si no estoy acostumbrado*” y “10. *Es antiestético*”.

Hemos encontrado diferencias significativas entre varones y mujeres en las siguientes: “2. *Me hace perder el tiempo*”, “3. *Me produce agujetas*”, “4. *Supone mucho esfuerzo y sacrificio*” y “5. *Es costoso económicamente*”. Es decir, los chicos están más en desacuerdo que las chicas en que el deporte suponga una pérdida de tiempo, que produzca agujetas, que suponga mucho esfuerzo y sacrificio y que sea costoso. A continuación aparecen los datos en la tabla 4.7. En este caso, la puntuación media obtenida por las mujeres es ligera, aunque significativamente superior a la obtenida por los hombres (2.51 vs. 2.36), lo que sugiere que las mujeres están más de acuerdo con que la práctica deportiva tiene consecuencias negativas ($F(1, 624) = 11.65, p = .0007$).

**Tabla 4.7. Actitud hacia la práctica deportiva.
Creencias sobre las consecuencias negativas en función del sexo.**

CONSECUENCIAS NEGATIVAS	Media de hombres	Media de mujeres	F	P
1. Puede provocarme lesiones	3.75	3.83	1.06	.303
2. Me hace perder el tiempo	1.87	2.11	9.48	.002
3. Me produce agujetas	2.92	3.49	39.05	.000
4. Supone mucho esfuerzo y sacrificio	2.75	3.02	7.61	.006
5. Es costoso económicamente	1.96	2.21	8.15	.004
6. Disminuye mi rendimiento en el estudio	2.43	2.40	0.13	.71
7. Se puede convertir en una obsesión	2.28	2.37	0.79	.37
8. Está mal visto	1.40	1.38	0.12	.72
9. Puede ser malo si no estoy acostumbrado	2.72	2.64	0.66	.41
10. Es antiestético	1.53	1.65	3.07	.08
MEDIA	2.36	2.51	11.65	.0007

La escala va de 1 a 5, siendo 1(muy en desacuerdo), 2 (en desacuerdo), 3 (ni acuerdo ni desacuerdo), 4 (de acuerdo) y 5 (muy de acuerdo).

Actitud hacia la práctica deportiva. Evaluación de las consecuencias.

Los sujetos tenían que evaluar positiva o negativamente las creencias acerca de las consecuencias que a su juicio tenía la práctica deportiva. No se han encontrado diferencias significativas entre chicos y chicas en las siguientes: “1. *Mejora mi salud*”, “4. *Conocer nuevos amigos*”, “5. *Sentirme bien conmigo mismo*”, “6. *Mejora mi aspecto físico*”, “7. *Relajarme*” y “9. *Estar lejos de tabaco, drogas, etc.*”.

Existen diferencias significativas entre ambos sexos en la evaluación de las siguientes creencias: “2. *Aumenta fuerza, resistencia, flexibilidad, etc.*”, “3. *Divertirme*”, “8. *Adelgazar*” y “10. *El deporte como salida profesional*”. Los muchachos evalúan más positivamente que las jóvenes todas las creencias, excepto la de “adelgazar”, la cual ha sido puntuada más alto por ellas. A continuación aparecen los datos detallados en la tabla 4.8. Como puede apreciarse, no hay diferencias en la evaluación que varones y mujeres realizan de estas consecuencias.

Tabla 4.8. Actitud hacia la práctica deportiva.
Evaluación efectuada por varones y mujeres de las consecuencias positivas.

CONSECUENCIAS POSITIVAS	Media de hombres	Media de mujeres	F	P
1. Mejorar mi salud	4.73	4.72	0.082	.77
2. Aumentar fuerza, resistencia, flexibilidad, etc.	4.60	4.36	21.27	.0000
3. Divertirse	4.59	4.41	11.08	.0009
4. Conocer nuevos amigos	4.25	4.14	2.86	.091
5. Sentirme bien conmigo mismo	4.31	4.35	0.28	.59
6. Mejorar el aspecto físico	4.30	4.31	0.08	.77
7. Relajarse	4.08	4.13	0.67	.41
8. Adelgazar	3.51	4.07	42.22	.0000
9. Estar lejos de tabaco, drogas, etc.	4.31	4.16	3.25	.071
10. El deporte como salida profesional.	3.75	3.43	12.15	.0005
MEDIA	4.24	4.21	.72	.4

La escala es de 1 a 5, siendo 1 (muy negativo), 2 (negativo), 3 (ni positivo ni negativo), 4 (positivo) y 5 (muy positivo).

En la evaluación que hacen los sujetos de las creencias negativas hemos encontrado que no existen diferencias significativas en las siguientes: “1. Tener lesiones”, “2. Perder el tiempo haciendo deporte”, “3. Tener agujetas”, “4. Dedicar mucho esfuerzo y sacrificio”, “5. Gastar dinero en actividades deportivas”, “6.

Disminuir el rendimiento escolar”, “7. Que el deporte se convierta en una obsesión” y “9. Que pueda ser malo si no se está acostumbrado”.

Existen diferencias entre ambos en la evaluación realizada en las siguientes creencias: “8. *Que el deporte esté mal visto*” y “10. *Que sea antiestético*”. Ambas características han sido valoradas más negativamente por los jóvenes que por las jóvenes. Esto quiere decir que a los chicos les afecta más el hecho de que el deporte estuviera mal visto o fuera considerado antiestético.

**Tabla 4.9. Actitud hacia la práctica deportiva.
Evaluación de las consecuencias negativas en función del sexo.**

CONSECUENCIAS NEGATIVAS	Media de hombres	Media de mujeres	F	P
1. Tener lesiones	1.85	1.94	1.34	.24
2. Perder el tiempo haciendo deporte	2.71	2.88	2.92	.088
3. Tener agujetas	2.42	2.47	0.41	.52
4. Dedicar mucho esfuerzo y sacrificio	3.14	2.98	3.26	.071
5. Gastar dinero en actividades deportivas	2.57	2.58	0.017	.89
6. Disminuir el rendimiento escolar	2.05	1.95	1.60	.206
7. Que el deporte se convierta en una obsesión	2.11	1.98	2.86	.091
8. Que el deporte esté mal visto	1.69	1.91	8.57	.0035
9. Que pueda ser malo si no se está acostumbrado	2.25	3.36	2.011	.15
10. Que sea antiestético	1.93	2.17	9.92	.0017
MEDIA	2.27	2.42	1.38	.24

La escala es de 1 a 5, siendo 1 (muy negativo), 2 (negativo), 3 (ni positivo ni negativo), 4 (positivo) y 5 (muy positivo).

Al calcular la puntuación obtenida en actitud hacia la práctica deportiva utilizando la fórmula de Fishbein y Ajzen (multiplicando cada creencia por su evaluación y sumando los productos obtenidos), la puntuación de todos los participantes considerados conjuntamente fue 41.37. Las diferencias entre los

varones y mujeres fueron significativas aunque no muy elevadas, siendo más favorable la actitud entre los primeros ($M = 44.0$ vs. $M = 38.76$), $F(1, 624) = 6.29$, $p = .01$.

Norma subjetiva hacia la práctica deportiva. Creencias normativas.

No han aparecido apenas diferencias significativas entre chicos y chicas en lo que piensan las personas importantes para ellos (padre, madre, hermanos/as y otros) respecto a su práctica deportiva, como puede apreciarse en los resultados que aparecen en la tabla 4.10. Sólo en dos casos las diferencias fueron significativas: la importancia que los amigos y amigas dan a la práctica deportiva es mayor en el caso de los contestantes varones que en el de los contestantes mujeres (3.92 vs. 3.56); en cambio, en el caso de la importancia que los profesores dan a la práctica deportiva, la puntuación de las mujeres es mayor que la de los hombres (3.66 vs. 3.39)

**Tabla 4.10. Norma subjetiva hacia la práctica deportiva.
Creencias normativas de varones y mujeres.**

PERSONAS SIGNIFICATIVAS	Media de hombres	Media de mujeres	F	p
Padre	3.87	3.75	2.03	.15
Madre	3.77	3.85	1.09	.29
Hermanos/as	3.69	3.85	0.36	.54
Amigos/as	3.92	3.56	23.8	.0000
Profesores/as	3.39	3.66	9.72	.002
Otros	4.26	4.21	0.14	.71

La escala es de 1 a 5, siendo 1 (nada importante), 2 (poco importante), 3 (indiferente), 4 (algo importante) y 5 (muy importante).

Norma subjetiva hacia la práctica deportiva. Motivación para acomodarse.

Se refiere a la importancia que para el sujeto tiene la opinión de las personas cercanas. En la medida en que más importancia le de, mayor será su acomodación a la opinión del otro, es decir, actuará conforme a lo que la otra persona opine. Como puede apreciarse en la tabla 4.11, no ha habido diferencias entre chicos y chicas en este apartado.

Como puede apreciarse, según los varones, quienes dan más importancia a su práctica deportiva son “otros” (4.26), seguido de los “amigos/as” (3.92), el “padre” (3.87), la “madre” (3.77) y los “hermanos/as” (3.69); a su juicio, quienes menos importancia le dan al deporte son los profesores. Según las mujeres, quienes más importancia le dan a que ellas practiquen deporte son “otros” (4.21), seguido de “madre” (3.85), “padre” (3.75), “profesores” (3.66), “hermanos/as” (3.64) y “amigos/as” (3.57).

**Tabla 4.11. Norma subjetiva hacia la práctica deportiva.
Motivación para acomodarse de varones y de mujeres.**

PERSONAS SIGNIFICATIVAS	Media de hombres	Media de mujeres	F	p
Padre	3.92	3.80	1.65	.19
Madre	3.86	3.89	0.08	.76
Hermanos/as	3.44	3.58	2.39	.12
Amigos/as	3.62	3.66	0.29	.58
Profesores/as	3.12	3.21	0.79	.37
Otros	4.04	3.79	2.38	.12

La escala es de 1 a 5, siendo 1(nada importante), 2 (poco importante), 3 (indiferente), 4 (algo importante) y 5 (muy importante).

Al obtener la puntuación en la Norma Subjetiva, siguiendo lo propuesto por Fishbein y Ajzen (esto es, multiplicando la importancia que según los sujetos cada persona de referencia da a que ellos practiquen deporte por la motivación a acomodarse a lo que esa persona piensa), las puntuaciones obtenidas no son diferentes en hombres y en mujeres (75.29 vs. 73.31), $F(1,624) = .86, p = .35$. Las puntuaciones obtenidas con respecto a cada referente específico aparecen en la tabla 4.12. Como puede apreciarse, son significativas las diferencias en el caso del padre, los amigos/as y los profesores: los padres y los amigos/as favorecerían más la práctica deportiva de los varones que la de las mujeres; en cambio, los profesores favorecerían más la práctica de las mujeres que la de los varones.

Tabla 4.12. Norma subjetiva hacia la práctica deportiva de varones y mujeres.

PERSONAS SIGNIFICATIVAS	Media de hombres	Media de mujeres	F	p
Padre	15.86	14.74	4.18	.04
Madre	15.13	15.43	.328	.57
Hermanos/as	13.47	13.43	.006	.94
Amigos/as	14.63	13.45	5.98	.01
Profesores/as	11.33	12.42	4.24	.04
Otros	17.94	16.68	1.55	.21

Auto-concepto de habilidad.

En el auto-concepto de habilidad hay diferencias claras de género. Como puede verse en la tabla 4.13, en todos los ítems, así como en la puntuación total, los chicos se autoperciben con mayor habilidad deportiva que las chicas. Cuando se les preguntaba cómo se consideraban en comparación con las personas del sexo opuesto, las diferencias entre chicos y chicas han sido extremas.

Tabla 4.13. Auto-concepto de habilidad en varones y mujeres.

CUESTIONARIO	Media de hombres	Media de mujeres	F	p
¿Cómo de bueno eres en el deporte?	3.87	3.21	95.99	.0000
¿Cómo de bueno eres en el deporte en comparación con otras asignaturas?	3.85	3.28	41.44	.0000
¿Cómo de bueno eres en el deporte en comparación con otras personas de tu mismo sexo	3.66	3.23	32.77	.0000
¿Cómo de bueno eres en el deporte en comparación con otras personas del sexo contrario?	4.28	2.47	535.06	.0000
¿Cómo de bueno crees que serás en el deporte en el futuro?	3.85	3.36	42.78	.0000
¿Las personas que te rodean te consideran bueno en el deporte?	3.83	3.32	45.3	.0000
TOTAL	3.88	3.14	191.86	.0000

La escala es de 1 a 5, siendo 1 (nada bueno), 3 (ni bueno ni malo) y 5 (muy bueno)

Valor percibido de la tarea.

Esta variable queda subdividida en cuatro más específicas: Valor de utilidad (la medida en que una actividad aporta algo positivo al individuo), Coste percibido (el coste se puede entender como tiempo, energía, etc.), Valor de Incentivo (recompensa inmediata intrínseca o extrínseca) y Valor de Logro (las necesidades y los valores personales que una actividad cumple para el individuo).

Existen diferencias importantes entre chicos y chicas en los siguientes valores: valor de utilidad, valor de incentivo y valor de logro. Para los chicos son

más importantes estos valores que para las chicas. Sin embargo no ha habido diferencia en el coste percibido, es decir, el coste que supone para la persona hacer deporte (tiempo, energía, etc.).

Tabla 4.14. Valor percibido por varones y mujeres de la tarea.

VALORES	Media varones	Media mujeres	F	P
Valor de utilidad	4.02	3.64	18.5	.0000
Coste percibido	2.86	3.00	2.09	.14
Valor de incentivo	4.33	4.04	15.27	.0001
Valor de logro	3.76	3.54	6.33	.0121

La escala va de 1 a 5, siendo 1 (Nada), 2 (Poco), 3 (Indiferente), 4 (Algo) y 5 (Mucho).

Recuerdos afectivos de la persona.

La diferencia entre hombres y mujeres de los recuerdos que guardan de los momentos en que han practicado deporte es significativa, siendo para los varones más positivos que para las mujeres. Pero no hay diferencias importantes en los recuerdos que guardan de las personas con las que han practicado deporte.

Tabla 4.15. Recuerdos afectivos de varones y mujeres relacionados con el deporte.

RECUERDOS	Media de hombres	Media de mujeres	F	P
Recuerdos de los momentos	4.38	4.12	13.96	0.0002
Recuerdos de las personas	4.34	4.26	1.59	0.207

La escala es de 1 a 5, siendo 1 (muy malos), 2 (malos), 3 (ni buenos ni malos), 4 (buenos) y 5 (muy buenos).

Valores deportivos.

Los sujetos tenían que elegir en primer lugar uno de los valores siguientes y en segundo lugar otro de los restantes: a) Vencer a tu oponente o al otro equipo (Competitividad); b) Jugar lo mejor que puedas (Destreza); c) Jugar limpio (Juego limpio) y d) Que todos los miembros del equipo jueguen (Participación de todos). Los dos primeros son considerados tradicionalmente como valores masculinos y los dos siguientes como valores femeninos. Pues bien, veamos la distribución por sexos en la elección en primer o segundo lugar. Los varones han elegido los valores tradicionalmente masculinos en primer o segundo lugar en mayor proporción que las mujeres, mientras que las mujeres el valor que mayoritariamente han elegido en primer o segundo lugar ha sido el de “destreza” que es tradicionalmente masculino, seguido de los valores tradicionalmente femeninos: “juego limpio” y “participación de todos”, estos últimos en mayor proporción que los varones.

Tabla 4.16. Valores deportivos de varones y mujeres elegidos en primer o segundo lugar.

VALORES	N varones	% varones	N mujeres	% mujeres
Competitividad	168	54 %	72	23 %
Destreza	241	77 %	203	65 %
Juego limpio	101	32 %	169	54 %
Participación de todos	114	37 %	182	58 %

Identidad atlética.

La AIMS, Athletic Identity Measurement Scale (Brewer, Van Realte & Linder, 1993) mide cuatro factores. **Auto-identidad** (la visión del sujeto de si mismo como atleta); **Identidad social** (intensidad con que los atletas se identifican con el rol atlético); **Exclusividad** (el grado en el cual los atletas confían solamente en su identidad atlética y se identifican menos fuertemente con otros roles tales como estudiante, amigo o trabajador); **Afectividad negativa** (mide las respuestas emocionales negativas a no tener la posibilidad de entrenar o competir como un atleta debido a una lesión, retiro u otra razón).

Para medir la auto-identidad se formulan dos preguntas que son: 1) *Me considero un deportista, y 2) Tengo muchas metas relacionadas con el deporte.* Para medir la identidad social se formulan las siguientes preguntas: 3) *Muchos de mis amigos/as son deportistas, y 6) Otra gente me ve a mi principalmente como un atleta.* La exclusividad la mide el cuestionario a través de tres preguntas: 4) *El deporte constituye la parte más importante de mi vida, 5) Yo paso más tiempo pensando en el deporte que en ninguna otra cosa, y 8) El deporte es la única cosa importante en mi vida.* La afectividad negativa se mide a través de dos preguntas: 7) *Me siento mal conmigo mismo cuando tengo una actuación pobre en el deporte, y 9) Estaría muy deprimido si tuviese una lesión y no pudiera competir en el deporte.* La escala se compone de un total de nueve items.

Como veremos en la siguiente tabla 4.17, existe una diferencia importante en todos los factores entre los varones y las mujeres, siendo más alta la identidad atlética en los varones que en las mujeres.

Tabla 4.17. Puntuaciones de varones y mujeres en la escala de Identidad atlética.

FACTORES	PREGUNTAS	Media varón	Media mujer	F	p
AUTO-IDENTIDAD	1. Me considero un deportista	4.03	3.16	134.39	.0000
	2. Tengo muchas metas relacionadas con el deporte	3.37	2.74	46.82	.0000
IDENTIDAD SOCIAL	3. Muchos de mis amigos/as son deportistas	4.18	3.52	69.28	.0000
	6. Otra gente me ve a mi principalmente como un atleta	2.75	2.09	56.44	.0000
EXCLUSIVIDAD	4. El deporte constituye la parte más importante en mi vida	3.06	2.56	28.98	.0000
	5. Yo paso más tiempo pensando en el deporte que en ninguna otra cosa.	2.60	1.95	56.44	.0000
	8. El deporte es la única cosa importante en mi vida	2.24	1.88	19.01	.0000
AFECTIVIDAD NEGATIVA	7. Me siento mal conmigo mismo cuando tengo una actuación pobre en el deporte	3.79	3.30	26.30	.0000
	9. Estaría muy deprimido si tuviese una lesión y no pudiera competir en el deporte	3.62	2.84	56.01	.0000
MEDIA		3.30	2.68	107.32	.0000

La escala va de 1 a 5, siendo 1 (muy en desacuerdo), 2 (en desacuerdo), 3 (indiferente), 4 (de acuerdo) y 5 (muy de acuerdo).

Actitud hacia la práctica deportiva de las mujeres.

Hemos utilizado una primera escala de actitudes hacia la práctica deportiva de las mujeres elaborada a partir de Buñuel Heras (1987) y Vázquez (1993). Hemos encontrado diferencias significativas entre los varones y las mujeres en todas las preguntas excepto en una: “*k*) La práctica de la gimnasia refuerza ciertas

características consideradas tradicionalmente femeninas como: gracia, flexibilidad, etc.” En esta pregunta la diferencia en respuestas no ha sido significativa, siendo en los varones: 3.29 y en las mujeres: 3.22, $F(1, 624) = 0.4892$, $p = 0.48$. El resto de las preguntas del cuestionario muestran una actitud más positiva y liberal en las mujeres en cuanto a su práctica deportiva. Veamos los resultados en la tabla 4.18.

Tabla 4.18. Actitudes hacia la práctica deportiva de las mujeres de los participantes varones y mujeres (I).

ITEMS	Media hombres	Media mujeres	F	p
a. El deporte es cosa de hombres.	1.76	1.15	92.6	.0000
b. La práctica deportiva intensa masculiniza a la mujer.	2.62	2.04	34.65	.0000
c. La práctica deportiva de las mujeres perjudica su maternidad.	2.17	1.64	53.08	.0000
d. La mujer no está naturalmente dotada para el deporte.	1.97	1.26	109.21	.0000
e. La mujer no tiene interés por el deporte.	2.15	1.34	125.6	.0000
f. La mujer debe hacer deporte recreativo pero no de competición.	1.79	1.29	57.11	.0000
g. A la mujer le va mejor la gimnasia que el deporte.	2.83	1.85	107.45	.0000
h. Con un entrenamiento temprano y dedicación las mujeres alcanzan los mismos niveles deportivos que los hombres.	3.32	3.78	20.15	.0000
i. Se deben rechazar para la mujer aquellos deportes que exijan esfuerzos intensos o contactos físicos violentos como el rugby, fútbol, boxeo, etc	2.48	1.86	20.15	.0000
j. La mujer debe hacer ejercicio físico pensando sobre todo en la maternidad.	2.67	2.27	17.72	.0000
k. La práctica de la gimnasia refuerza ciertas características consideradas tradicionalmente femeninas como: gracia, flexibilidad, etc.	3.29	3.22	0.48	.4800
l. El marido debe compartir las tareas domésticas de forma que la mujer tenga más tiempo libre para otras actividades como: ir al gimnasio, hacer deporte, etc.	3,72	4.54	89.92	.0000
MEDIA	2.39	1.80	176.7	.0000

La escala va de 1 a 5, siendo 1 (muy en desacuerdo), 2 (en desacuerdo), 3 (indiferente), 4 (de acuerdo) y 5 (muy de acuerdo).

Utilizamos un segundo cuestionario que mide las actitudes hacia la práctica deportiva de las mujeres de Onslow (1983) para comparar los resultados de ambos. Podemos ver que los resultados son muy similares. En el análisis ítem por ítem existen diferencias significativas entre las respuestas de hombres y de mujeres en todos los ítems comunes a ambos: “1. *Las mujeres deberían participar en actividades físicas que requieran gracia y belleza*”, “2. *Yo creo que las mujeres deberían recibir menos dinero en premios que los hombres*”, “3. *Yo creo que debería haber más retransmisiones televisivas de los deportes femeninos*”, “6. *Yo creo que el entrenamiento físico se debería fomentar en las mujeres*”, “7. *El lugar de una mujer está en la casa no en los centros deportivos*”, “8. *Yo creo que las mujeres deportistas están a menudo inadaptadas en la sociedad*”, “9. *Yo creo que las mujeres no deberían tomar parte en el deporte de alta competición*”, y “14. *Yo creo que las mujeres deportistas competitivas a menudo pierden su feminidad*”.

Los ítems: 4, 5, 10, 11, 12 y 13 son sólo para hombres: “4. *Yo creo que el deporte debería ser una parte importante de la vida de la mujer*”, “5. *Me gusta ver a las mujeres siendo altamente competitivas en el deporte*”, “10. *Yo no pondría inconveniente a mi esposa/novia en que dedicara dos tardes a la semana a hacer deporte*”, “11. *Yo creo que debería haber más estímulo para que las amas de casa participen en actividades físicas*”, “12. *El ejercicio extremo es bueno para las mujeres*”, y “13. *Yo creo que debería haber más comentaristas femeninos en el deporte*”. Y el ítem 15 sólo lo contestan las mujeres: “15. *Yo creo que el deporte es una prioridad menor en la mayoría de las mujeres que en la mayoría de los hombres*”.

Tabla 4.19. Actitudes de los participantes varones y mujeres hacia la práctica deportiva de las mujeres (II).

ITEMS	Media varones	Media mujeres	F	p
1. Las mujeres deberían participar en actividades físicas que requieran gracia y belleza.	3.03	2.47	32.05	.0000
2. Yo creo que las mujeres deberían recibir menos dinero en premios que los hombres.	1.82	1.18	73.66	.0000
3. Yo creo que debería haber más retransmisiones televisivas de los deportes femeninos.	3.52	4.29	75.51	.0000
4. Yo creo que el deporte debería ser una parte importante de la vida de la mujer.	3.46			
5. Me gusta ver a las mujeres siendo altamente competitivas en el deporte.	3.62			
6. Yo creo que el entrenamiento físico se debería fomentar en las mujeres.	3.52	3.71	4.77	.0293
7. El lugar de una mujer está en la casa no en los centros deportivos.	1.94	1.26	72.51	.0000
8. Yo creo que las mujeres deportistas están a menudo inadaptadas en la sociedad.	2.39	1.79	41.96	.0000
9. Yo creo que las mujeres no deberían tomar parte en el deporte de alta competición.	1.88	1.31	53.16	.0000
10. Yo no pondría inconveniente a mi esposa/novia en que dedicara dos tardes a la semana a hacer deporte.	4.2			
11. Yo creo que debería haber más estímulo para que las amas de casa participen en actividades físicas.	3.90			
12. El ejercicio extremo es bueno para las mujeres.	3.19			
13. Yo creo que debería haber más comentaristas femeninos en el deporte.	3.21			
14. Yo creo que las mujeres deportistas competitivas a menudo pierden su feminidad.	2.87	2.01	80.09	.0000

15. Yo creo que el deporte es una prioridad menor en la mayoría de las mujeres que en la mayoría de los hombres.		2.37		
MEDIA	2.36	1.76	131.8	.0000

La escala va de 1 a 5, siendo 1 (muy en desacuerdo), 2 (en desacuerdo), 3 (indeciso/indiferente), 4 (de acuerdo) y 5 (muy de acuerdo).

Ideología del rol de género.

Como ya se indicó, utilizamos el Cuestionario de Ideología del Rol Sexual de Moya y otros (1991). En el análisis de las respuestas en cada ítem, hemos encontrado diferencias significativas en todos los ítems entre las respuestas de los varones y las de las mujeres excepto en uno: “5. *Es más importante para una mujer que para un hombre llegar virgen al matrimonio*”. Este es el único ítem del cuestionario cuyas respuestas de varones y mujeres no han sido diferentes significativamente. Los varones han puntuado 53.55 y las mujeres: 58.82, $F(1, 624) = 3.51, p = .61$. El análisis de varianza efectuado sobre la puntuación total obtenida en el cuestionario muestra que la diferencia entre las puntuaciones de los varones (56.85) y de las mujeres (71.62) es altamente significativa, indicando que éstas tienen una visión más moderna y liberal de los roles sexuales que los chicos, $F(1,624) = 88.22, p = .0000$.

Tabla 4.20. Ideología del rol de género. Respuestas de los participantes varones y mujeres (a mayor puntuación, mayor desacuerdo).

ITEMS	Media varones	Media mujeres	F	p
1. Aunque a algunas mujeres les guste trabajar fuera del hogar, debería ser responsabilidad última del hombre suministrar el sostén económico a su familia	61.10	77.95	52.09	.0000
2. Es natural que hombres y mujeres desempeñen diferentes tareas.	47.89	55.11	6.37	.0118
3. Si un niño está enfermo y ambos padres están trabajando debe ser generalmente la madre quien pida permiso en el trabajo para cuidarlo.	57.77	69.74	20.72	.0000
4. Es mejor que una madre intente lograr seguridad animando a su marido en el trabajo que poniéndose delante de él con su propia carrera.	55.32	71.41	46.30	.0000
5. Es más importante para una mujer que para un hombre llegar virgen al matrimonio.	53.55	58.82	3.51	.6100
6. La relación ideal entre marido y esposa es la de interdependencia, en la cual el hombre ayuda a la mujer con su soporte económico y ella satisface sus necesidades domésticas y emocionales.	59.37	77.13	47.33	.0000
7. Es más apropiado que una madre y no un padre cambie los pañales del bebé.	63.36	80.43	43.80	.0000
8. Considero bastante más desagradable que una mujer diga tacos y palabras malsonantes.	45.23	62.04	38.35	.0000
9. Las relaciones extramatrimoniales son más condenables en la mujer.	58.20	68.03	12.80	.0004
10. La mujer debería reconocer que igual que hay trabajos no deseables para ellas por requerir de la fuerza física, hay otros que no lo son debido a sus características psicológicas.	53.20	72.56	62.31	.0000
11. Hay muchos trabajos en los cuales los hombres	62.87	83.50	65.94	.0000

deberían tener preferencia sobre las mujeres a la hora de los ascensos y de la promoción.				
12. Los hombres, en general, están mejor preparados que las mujeres para el mundo de la política.	64.14	82.65	52.67	.0000
TOTAL:	56.85	71.62	88.22	.0000

La escala es de 1 a 100, siendo el 1 (totalmente de acuerdo), el 50 (ni de acuerdo ni en desacuerdo) y el 100 (totalmente en desacuerdo).

Identidad de género.

Esta escala fue elaborada por Moya y Pérez (1988). Consta de veintidós ítems de los cuales once son rasgos instrumentales o considerados tradicionalmente como masculinos y los otros once son expresivos o tradicionalmente femeninos. Los resultados aparecen en las tablas 4.21 y 4.22. Veámoslos por separado.

Rasgos instrumentales:

Los rasgos en los que hemos encontrado diferencias altamente significativas entre las puntuaciones de los chicos y las de las chicas, siendo los varones los que han puntuado mucho más alto son: “atlético”, “competitivo” y “masculino”. Ha habido diferencias aunque no tan grandes en: “ambicioso” y “violento”. No ha habido diferencias en los siguientes rasgos: “agresivo”, “atrevido”, “defiende sus propias ideas” e “individualista”. Finalmente, sí hemos encontrado diferencias significativas pero al contrario de lo esperado, es decir, las mujeres han puntuado más alto en los siguientes rasgos: “dominante” e “independiente”.

Rasgos expresivos:

Existen diferencias altamente significativas entre hombres y mujeres, siendo las mujeres las que han puntuado más alto, en los siguientes rasgos: “capaz de captar los sentimientos de los demás”, “emocional”, “femenino”, “de habla suave” y “sensible”. También hay diferencias significativas, aunque menores, en los siguientes: “mucho tacto en las relaciones con los demás” y “soñador”. No hemos encontrado diferencias apreciables en: “amable”, “cariñoso” y “paciente”. Por último, ha habido diferencias en “meticuloso” pero al contrario de lo esperado, es decir, los hombres han puntuado más alto significativamente que las mujeres en este rasgo.

Se ha realizado un análisis de varianza según el sexo de las puntuaciones totales obtenidas en instrumentalidad y expresividad, siendo las diferencias entre hombres y mujeres en ambos casos significativas. La puntuación media de los varones en los rasgos expresivos ha sido: 4.55 y la de las mujeres: 5.21, $F(1, 624) = 109.39$, $p = .0000$. Y la puntuación media de los varones en los rasgos instrumentales ha sido: 4.37 y la de las mujeres: 3.81, $F(1, 624) = 82.86$, $p = .0000$. Aunque los varones puntúan más alto que las mujeres en instrumentalidad y ellas más alto que los varones en expresividad, puede observarse como las puntuaciones de los chicos en expresividad es más alta que la existente en instrumentalidad.

Tabla 4.21. Identidad de género. Puntuaciones de varones y mujeres en los rasgos instrumentales.

RASGOS:	Media varones	Media mujeres	F	P
AGRESIVO	3.01	2.98	0.07	.7770
AMBICIOSO	3.98	3.69	3.67	.0558
ATLETICO	4.99	3.56	108.91	.0000
ATREVIDO	4.73	4.57	1.40	.2300
COMPETITIVO	5.61	4.5	75.31	.0000
DEFIENDE IDEAS PROPIAS	5.82	5.9	0.58	.4400
DOMINANTE	3.59	3.92	5.53	.0190
INDEPENDIENTE	4.23	4.87	20.16	.0000
INDIVIDUALISTA	3.73	3.71	0.03	.8500
MASCULINO	5.60	1.69	1203.07	.0000
VIOLENTO	2.79	2.45	6.89	.0088
TOTAL:	4.37	3.81	82.86	.0000

La escala va de 1 a 7, siendo 1 (nunca), 2, 3 (casi nunca), 5, 6 (casi siempre), 7 (siempre).

Tabla 4.22. Identidad de género. Puntuaciones de varones y mujeres en rasgos expresivos.

RASGOS:	Media varones	Media mujeres	F	P
AMABLE	5.39	5.47	0.95	.3200
CARIÑOSO	5.47	5.67	3.32	.0685
CAPAZ DE CAPTAR LOS SENTIMIENTOS DE LOS DEMÁS	5.36	5.73	11.93	.0006
MUCHO TACTO EN LAS RELACIONES CON LOS DEMÁS	5.12	5.4	6.52	.0109
EMOCIONAL	4.53	5.51	58.29	.0000
FEMENINO	2.00	5.68	996.94	.0000
DE HABLA SUAVE	3.39	4.44	57.11	.0000
METICULOSO	4.20	3.65	16.41	.0001
PACIENTE	4.21	4.18	0.04	.8400
SENSIBLE	4.91	5.81	56.75	.0000
SOÑADOR	5.41	5.75	7.92	.0050
TOTAL:	4.55	5.21	109.39	.0000

La escala va de 1 a 7, siendo 1 (nunca), 2, 3 (casi nunca), 5, 6 (casi siempre), 7 (siempre).

b) Análisis de las hipótesis formuladas.

1.- Hipótesis relacionadas con la socialización.

HIPOTESIS 1.1.-: Cuanto más alto sea el nivel de estudios de los padres mayor será la práctica deportiva, los intereses deportivos y la intención de participar en deportes de los hijos e hijas.

Para comprobar esta hipótesis hemos calculado las correlaciones existentes entre los niveles de estudios del padre y de la madre y las puntuaciones obtenidas en las tres variables (dependientes) consideradas. En primer lugar hemos calculado las correlaciones para todos los sujetos y, después, de forma separada para los chicos y las chicas. Los resultados aparecen en la tabla 4.23. Como puede apreciarse, ninguna de las variables consideradas está relacionada positivamente con el nivel de estudios del padre o de la madre.

Tabla 4.23. Relación de las variables nivel de estudios del padre y de la madre con variables relacionadas con la práctica e intereses deportivos.

	NIVEL DE ESTUDIOS DE LOS PADRES					
	Estudios del padre			Estudios de la madre		
	Varones	Mujeres	Todos	Varones	Mujeres	Todos
PRACTICAS DEPORTIVAS	.052	.043	.037	.10	.08	.08
INTERESES DEPORTIVOS	-.00	.02	-.02	.02	.06	.00
INTENCION DE PARTICIPAR	-.09	.05	-.05	-.11	.08	-.05
ACTITUD HACIA LA PRACTICA DEPORTIVA	-.008	.18**	.07	-.041	.14*	.03

* $p < .05$, ** $p < .01$

HIPOTESIS 1.2.-: Cuanto más alto sea el nivel de estudios de los padres más positivas serán las actitudes de hijos e hijas hacia la práctica deportiva.

Aunque las prácticas e intereses deportivos de chicos y chicas no aparecieron relacionados con los niveles de estudios de los padres, en el caso de las actitudes que tenían hacia la práctica deportiva la correlación fue significativa, pero sólo en el caso de las chicas, tal y como puede apreciarse en la última línea de la tabla 4.23. Cuanto mayor es el nivel de estudios de los padres, más positiva es la actitud de las hijas hacia el deporte.

HIPOTESIS 1.3. En la medida en que alguno o algunos miembros de la familia practiquen deporte, mayor será la probabilidad de una persona de practicarlo.

Deseábamos saber si existía algún tipo de relación entre la práctica deportiva y las demás variables consideradas referidas a intereses deportivos de los niños y niñas y el hecho de que el padre, la madre o los hermanos y hermanas practicaran deporte. Como estábamos interesados en conocer tanto si la práctica del deporte de esas personas (en comparación con la no práctica) estaba relacionado con los intereses deportivos de los sujetos, como si esta relación se daba de igual manera en varones y en mujeres, realizamos varios análisis de varianza, uno para cada medida dependiente, utilizando dos factores inter-sujetos: si el familiar referido practicaba deporte o no y el sexo del contestante. En las tablas 4.24 a 4.27 aparecen los resultados obtenidos.

Tabla 4.24. Resultados de los ANOVAs considerando a la práctica deportiva del padre y al sexo de los participantes como vbs. Independientes.

Vb. dependiente	PRACTICA		NO PRACTICA		F		
	H	M	H	M	Pract.	Sexo	PxS
PRÁCTICA DEPORTIVA	37.23	31.66	30.71	24.72	22.57***	58.4***	.02
INTERESES DEPORTIVOS	9.02	6.65	8.16	6.07	11.3**	113.7***	.42
INTENCIÓN PARTICIPAR	9.63	7.70	9.10	6.92	8.32**	93.1***	.32
ACTITUD	46.16	45.93	45.52	35.17	10.81**	5.17*	2.67

* $p < .05$, ** $p < .01$, *** $p < .001$

Como puede observarse en la tabla 4.24, el hecho de que el padre practique deporte está relacionado con mayores prácticas e intereses deportivos, y esta misma tendencia se observa en los chicos y en las chicas.

Tabla 4.25. Resultados de los ANOVAs considerando a la práctica deportiva de la madre y al sexo de los participantes como vbs. Independientes.

Vb. dependiente	PRACTICA		NO PRACTICA		F		
	H	M	H	M	Pract.	Sexo	PxS
PRÁCTICA DEPORTIVA	39.09	35.4	31.69	24.47	32.77***	22.66***	1.15
INTERESES DEPORTIVOS	8.91	6.79	8.37	6.09	6.36*	117.6***	.10
INTENCIÓN PARTICIPAR	9.41	7.71	9.26	7.05	2.60	91.2***	.91
ACTITUD	46.05	42.70	43.17	37.28	2.79	6.29*	.24

* $p < .05$, ** $p < .01$, *** $p < .001$

La práctica deportiva de la madre está relacionada con que sus hijos e hijas también realicen más prácticas deportivas y con que tengan mayores intereses deportivos. En cambio, en las otras dos variables (intención de participar en actividades deportivas y actitud hacia esas actividades), no hubo diferencias entre los jóvenes (varones y mujeres) cuyas madres hacían deporte y aquellos chicos y chicas cuyas madres no practicaban deporte.

Tabla 4.26 Resultados de los ANOVAs considerando a la práctica deportiva de los hermanos y al sexo de los participantes como vbs. Independientes.

Vb. dependiente	PRACTICA		NO PRACTICA		F		
	H	M	H	M	Pract.	Sexo	PxS
PRÁCTICA DEPORTIVA	34.26	28.78	29.04	21.92	12.07**	14.65***	.23
INTERESES DEPORTIVOS	8.70	6.49	8.0	5.67	8.74**	96.94***	.06
INTENCIÓN PARTICIPAR	9.65	7.37	8.44	6.76	11.32**	74.03***	1.16
ACTITUD	46.44	41.78	38.54	31.28	11.45**	4.93*	.23

* $p < .05$, ** $p < .01$, *** $p < .001$

En el caso del hermano o hermanos varones, también apareció (en la misma dirección en chicos y chicas) que cuando los hermanos practicaban deporte, era más probable que los participantes también lo practicaran y tuvieran más intereses deportivos (tabla 4.26). Los mismos resultados se encontraron cuando se consideró el hecho de que la(s) hermana(s) practicaran deporte.

Tabla 4.27. Resultados de los ANOVAs considerando a la práctica deportiva de las hermanas y al sexo de los participantes como vbs. Independientes.

Vb. dependiente	PRACTICA		NO PRACTICA		F		
	H	M	H	M	Pract.	Sexo	PxS
PRÁCTICA DEPORTIVA	35.73	28.06	28.90	24.21	10.53**	16.04***	.79
INTERESES DEPORTIVOS	8.69	6.64	7.89	5.58	13.54***	77.76***	.28
INTENCIÓN PARTICIPAR	9.37	7.37	8.60	6.83	6.51*	57.84***	.20
ACTITUD	44.33	39.09	38.94	34.37	3.87*	3.92*	.02

* $p < .05$, ** $p < .01$, *** $p < .001$

Para determinar cuáles eran los miembros de la familia que mayor influencia tenían en la práctica e intereses deportivos de chicos y chicas, se realizaron varios análisis de regresión, separadamente para cada sexo. En cada análisis se introdujeron como variables predictoras la práctica deportiva del padre, madre, hermanos y hermanas (en todos los casos se utilizó una dummy variable: practica -1-, no practica -0-) y como variable criterio la medida dependiente relacionada con los intereses y prácticas deportivas.

En el caso de los chicos, su práctica deportiva estuvo relacionada significativamente con que el padre, el hermano y la hermana practicaran deporte [$\beta = .23, .15$ y $.17$, respectivamente, $R^2 = .11$, $F(3,168) = 6.9$, $p = .000$]. Sus intereses deportivos estuvieron relacionados con que el padre y la hermana lo practicaran [$\beta = .26$ y $.16$, respectivamente, $R^2 = .09$, $F(2,165) = 8.66$, $p = .000$]. Su intención de

practicar deporte se relacionó significativamente con que el hermano y la hermana lo practicaran también [$\beta = .16$ y $.15$, respectivamente, $R^2 = .05$, $F(2,166) = 4.35$, $p = .01$]. Por último, su actitud hacia la práctica deportiva no apareció relacionada de manera significativa con la práctica deportiva de los familiares considerados.

En el caso de las chicas, su práctica deportiva sólo estuvo relacionada significativamente con que la madre practicara deporte [$\beta = .23$, $R^2 = .05$, $F(1,147) = 7.89$, $p = .00$]. Sus intereses deportivos también estuvieron sólo relacionados con que la hermana practicara deporte [$\beta = .21$, $R^2 = .045$, $F(1,142) = 6.83$, $p = .01$]. Su intención de practicar deporte se relacionó significativamente con que el padre y la madre lo practicaran [$\beta = .24$ y $.20$, respectivamente, $R^2 = .12$, $F(2,141) = 9.31$, $p = .000$]. Por último, su actitud hacia la práctica deportiva sólo apareció relacionada de manera significativa con la práctica deportiva del padre [$\beta = .22$, $R^2 = .05$, $F(1,147) = 7.36$, $p = .01$].

2.- Hipótesis relacionadas con el entorno social.

Dos aspectos del entorno han sido considerados en nuestra investigación. Uno se refiere a si el chico o chica participante en el estudio vivía en un núcleo urbano, semiurbano o rural. El otro aspecto hace referencia al tipo de centro en el que se realizaban los estudios: público o privado.

HIPOTESIS 2.1.- La diferencia entre prácticas e intereses deportivos de chicos y chicas será mayor en el ámbito rural que en el urbano.

Para analizar si las diferencias entre chicos y chicas en intereses y prácticas deportivas (ya indicadas en la primera parte de la exposición de resultados) se daban con la misma intensidad en cualquiera de los tres tipos de poblaciones en las que residían los participantes en nuestro estudio (urbano, semiurbano y rural) se realizaron varios ANOVAS, utilizando al sexo de los participantes y a la zona (tres niveles)

como variables independientes y, en cada análisis, a las diferentes medidas de intereses y prácticas deportivas como variable dependiente. En la tabla 4.28 se presentan los resultados.

Tabla 4.28.- Resultados de los ANOVAs considerando a la zona de residencia de los chicos y chicas participantes y a su sexo como vbs. Independientes.

Vb. dependiente	URBANA		RURAL		SEMIURBAN		F		
	H	M	H	M	H	M	Sexo	Zona	ZxS
PRÁCTICA DEPORTIVA	31.49	26.97	36.53	27.81	33.41	26.92	18.10***	1.24	.77
INTERESES DEPORTIVOS	8.47	5.98	8.14	6.78	8.61	6.59	109.8***	1.25	2.42
INTENCIÓN PARTICIPAR	9.02	7.01	9.74	7.58	9.63	7.21	96.6***	3.27*	.26
ACTITUD	40.14	39.73	49.56	35.39	48.48	40.48	5.53*	1.67	3.66*

* p < .05, ** p < .01, *** p < .001

Como puede apreciarse, en las cuatro variables los varones de las diferentes zonas puntúan más alto en intereses y actividades que las chicas de las mismas zonas. Sin embargo, en la medida “actitud” hacia la práctica deportiva se observa que la interacción sexo x zona es significativa: en la zona urbana las diferencias entre chicos y chicas son casi nulas, siendo abrumadoras en la zona rural y ocupando una intensidad intermedia en la zona semiurbana.

HIPOTESIS 2.2.-La diferencia entre prácticas e intereses deportivos de chicos y chicas será mayor en la escuela privada que en la pública.

Para ver la relación que pueda existir entre práctica deportiva y tipo de centro (público y privado) en chicos y chicas se ha realizado también un análisis de varianza de dos vías, utilizando como variables independientes el sexo de los participantes y el tipo de centro.

Tabla 4.29.- Resultados de los ANOVAs considerando al tipo de colegio (público o privado) y al sexo de los participantes como vbs. Independientes.

Vb. dependiente	PUBLICO		PRIVADO		F		
	H	M	H	M	Pract.	Sexo	PxS
PRÁCTICA DEPORTIVA	34.96	27.28	29.02	27.0	17.61***	4.7*	4.0*
INTERESES DEPORTIVOS	8.30	6.46	8.72	5.98	112.1***	.02	4.39*
INTENCIÓN PARTICIPAR	9.42	7.26	9.10	7.07	96.11***	1.28	.10
ACTITUD	45.91	37.18	40.30	41.52	6.31*	.06	5.13*

* $p < .05$, ** $p < .01$, *** $p < .001$

Como puede observarse en la tabla 4.29, el tipo de colegio sólo está relacionado con una de las cuatro variables consideradas: quienes están en colegios públicos practican más deporte que quienes asisten a colegios privados. Sin embargo, esta diferencia ocurre sólo en el caso de los chicos, pues en su caso las diferencias en prácticas deportivas según asistan a un centro público (34.96 de media) o privado (29.02 de media) son significativas [$F(1, 311) = 8.509, p = .004$]. Sin embargo cuando se trata de las chicas, el nivel de práctica entre quienes asisten a centros públicos (27.28 de media) es semejante al de quienes asisten a centros privados (27.0

de media), [$F(1, 312) = 0.020, p = 0.9$]. Las diferencias encontradas no se pueden explicar, a nuestro juicio, por el tiempo dedicado a las actividades deportivas en centros públicos y en centros privados. De ser así habría también diferencias en las mujeres. Será más bien resultado de las prácticas en su tiempo libre fuera del centro educativo.

En las otras dos variables dependientes aparece que la interacción sexo por tipo de colegio es significativa. Los chicos que acuden a centros privados tienen más intereses deportivos que quienes acuden a colegios públicos; en cambio en las chicas es al revés: quienes asisten a centros públicos tienen más intereses deportivos que quienes acuden a privados. En cambio, en la actitud hacia la práctica deportiva aparece el patrón de resultados opuesto: los chicos de escuelas públicas tienen una actitud mucho más favorable hacia la práctica deportiva que los que acuden a colegios privados, mientras que en las mujeres las que tienen una actitud más favorable hacia la práctica deportiva son las de escuelas privadas.

Dado que el tipo de colegio y la zona de residencia eran dos variables relacionadas entre sí (de hecho, en las zonas rurales no había escuelas privadas), se realizaron varios análisis de regresión, de forma separada para chicos y chicas, en los que las variables predictoras fueron dos (tipo de centro y zona) y las variables criterio en cada análisis las cuatro que venimos considerando.

En el caso de los chicos, la práctica deportiva estuvo significativamente relacionada con el tipo de centro y no con la zona [$\beta = -.16, R^2 = .03, F(1,310) = 8.58, p = .00$] y la actitud hacia la práctica deportiva estuvo, en cambio, relacionada con la zona [$\beta = .15, R^2 = .02, F(1,310) = 6.9, p = .00$] y no con el tipo de centro. En las otras dos variables dependientes ninguna de las variables criterio apareció significativamente relacionada.

En el caso de las chicas, sólo la variable “intereses deportivos” estuvo significativamente relacionada con la zona [$\beta = .14$, $R^2 = .02$, $F(1,300) = 6.06$, $p = .01$] y no con el tipo de centro.

3.- Hipótesis basadas en la Teoría de la Acción Razonada.

En primer lugar, hemos de considerar si la intención de realizar prácticas deportivas estaba o no relacionado con el nivel real de práctica deportiva de los chicos y chicas participantes en la investigación. Esta idea queda formulada en la siguiente hipótesis.

HIPOTESIS 3.1- La intención que una persona muestra por participar en actividades deportiva y la práctica real estarán, tanto en chicos como en chicas, positivamente relacionadas.

Como puede verse en la tabla 4.30, el índice global que resumía la intención de participar en actividades deportivas estaba positivamente relacionado con la práctica deportiva tanto en chicos como en chicas, aunque más en estas últimas. Desglosando la intención de participar en las tres preguntas que la medían: tiempo que piensan dedicar a la práctica deportiva en general, días a la semana que piensan practicar y horas al día, también encontramos que en las tres medidas las correlaciones fueron positivas y significativas. Además, en dos medidas las correlaciones encontradas en las mujeres fueron mayores que las encontradas entre los varones. En el ítem “horas al día que piensan practicar deporte”, la correlación fue mayor en el caso de los varones.

Tabla 4.30. Relación de las variables intención de participar en actividades deportivas y práctica deportiva real.

INTENCION DE PARTICIPAR EN ACTIVIDADES DEPORTIVAS	PRACTICA DEPORTIVA								
	TOTAL			HOMBRES			MUJERES		
	Y	p	N	Y	p	N	Y	P	N
INDICE GLOBAL DE INTENCIÓN	.38	.000	612	.31	.000	308	.41	.000	303
TIEMPO DE OCIO QUE QUIEREN DEDICAR	.358	.000	626	.271	.000	312	.375	.000	313
DÍAS A LA SEMANA	.367	.000	626	.294	.000	312	.382	.000	313
HORAS AL DÍA	.213	.000	612	.205	.000	308	.142	.013	303

HIPOTESIS 3.2.- La actitud hacia el deporte estará positivamente relacionada con la intención de practicarlo y con la práctica real.

Siguiendo el modelo de Ajzen y Fishbein (1980) queríamos saber también si existía correlación entre la actitud hacia la práctica deportiva y la intención de practicar deporte y la práctica real. Los resultados de los análisis, que aparecen en la tabla 4.31, confirman esta hipótesis, tanto en chicos como en chicas, si bien en los varones la correlación es algo mayor. En lo que respecta a la práctica deportiva, también hemos encontrado que esta variable está positivamente relacionada, en chicos y en chicas con la actitud que tengan hacia el deporte. Las personas con una actitud positiva hacia el deporte practican más deporte que las que tienen una actitud menos positiva. No obstante, podemos comprobar como la actitud está más relacionada con la intención de realizar deporte que con la práctica real.

Tabla 4.31. Relación de las variables actitud hacia el deporte e intención de participar en actividades deportivas.

INTENCION DE PARTICIPAR EN ACTIVIDADES DEPORTIVAS Y PRACTICA REAL	ACTITUD HACIA EL DEPORTE								
	TOTAL			HOMBRES			MUJERES		
	γ	p	N	γ	p	N	γ	p	N
INDICE GLOBAL DE INTENCIÓN	.42	.000	624	.44	.000	311	.39	.000	312
TIEMPO DE OCIO QUE QUIEREN DEDICAR	.363	.000	624	.331	.000	311	.375	.000	312
DÍAS A LA SEMANA	.408	.000	624	.406	.000	311	.387	.000	312
HORAS AL DÍA	.271	.000	610	.325	.000	307	.141	.014	302
PRÁCTICA DEPORTIVA	.213	.000	624	.191	.001	311	.210	.000	312

HIPOTESIS 3.3.- La norma subjetiva (importancia que otras personas significativas dan a la práctica deportiva del chico/a) estará positivamente relacionada con la intención de practicar deporte y con la práctica real.

Tabla 4.32. Relación de las variables norma subjetiva e intención de participar en actividades deportivas.

INTENCION DE PARTICIPAR EN ACTIVIDADES DEPORTIVAS Y PRACTICA DEPORTIVA	NORMA SUBJETIVA								
	TOTAL			HOMBRES			MUJERES		
	γ	p	N	γ	p	N	γ	p	N
INDICE GLOBAL DE INTENCIÓN	.24	.000	612	.28	.000	308	.21	.000	303
TIEMPO DE OCIO QUE QUIEREN DEDICAR	.245	.000	626	.273	.000	312	.206	.000	313
DÍAS A LA SEMANA	.270	.000	626	.286	.000	312	.240	.000	313
HORAS AL DÍA	.197	.000	612	.224	.000	308	.141	.014	303
PRÁCTICA DEPORTIVA	.27	.000	626	.281	.000	312	.245	.000	313

Como podemos comprobar en la tabla 4.32, la hipótesis se cumple. Esto quiere decir que la opinión de otras personas cercanas al sujeto tiene cierta influencia en el hecho de que haga deporte o no, y en la intención de hacerlo, tanto en los varones como en las mujeres. Puede observarse, no obstante, que la norma subjetiva está más relacionada con la práctica y con la intención en los varones que en las mujeres. Si la actitud, como hemos visto en la hipótesis previa, estaba más relacionada con la intención que con la práctica real, la norma subjetiva está más relacionada con la práctica real que con la intención.

Una última hipótesis, relacionada con el modelo de Fishbein y Ajzen, expresa la idea de que la actitud y la norma subjetiva, consideradas conjuntamente, han de estar más relacionadas con la intención de practicar deporte y con la práctica deportiva, que cada uno de esas variables consideradas por separado. Además, a título exploratorio pretendíamos averiguar cuál de los dos aspectos (la actitud o la norma subjetiva) estaba más relacionado con la práctica e intereses deportivos, tanto en chicos como en chicas.

HIPOTESIS 3.4.- La actitud y la norma subjetiva, consideradas conjuntamente, han de estar más relacionadas con la intención de practicar deporte y con la práctica deportiva, que cada uno de esas variables consideradas por separado.

La puntuación total obtenida al sumar la actitud hacia el deporte (es decir, las creencias de las personas sobre las consecuencias de practicar deporte, así como la evaluación de las consecuencias), y la norma subjetiva (la opinión de otras personas y la motivación para acomodarse a la opinión de esas personas), correlacionó significativamente con la intención de participar en actividades deportivas ($r = .44$, $p = .000$) y con la práctica real efectuada ($r = .23$, $p = .000$).

Para analizar cuál de los dos aspectos (la actitud o la norma subjetiva) estaba más relacionado con la práctica e intereses deportivos, tanto en chicos como en chicas, realizamos diversos análisis de regresión, para todos los sujetos considerados conjuntamente y para chicos y chicas por separado. En todos los análisis las variables predictoras fueron la actitud y la norma subjetivas. Las variables criterio fueron la práctica deportiva, la intención de participar en actividades deportivas y los intereses deportivos.

Considerados todos los sujetos conjuntamente, la práctica deportiva estuvo relacionada significativamente tanto con la norma subjetiva como con la actitud [$\beta = .26$ y $.14$, respectivamente, $R^2 = .11$, $F(2,620) = 36.95$, $p = .000$]; la intención de participar en actividades deportivas también estuvo relacionada significativamente con las dos variables, pero más con la actitud que con la norma subjetiva [$\beta = .39$ y $.14$, respectivamente, $R^2 = .20$, $F(2,606) = 74.76$, $p = .000$]. Los intereses por las actividades deportivas (ver acontecimientos deportivos en directo y por televisión) sólo estuvieron significativamente relacionados con la actitud [$\beta = .22$, $R^2 = .05$, $F(1,605) = 32.21$, $p = .000$].

En el caso de los varones, los resultados fueron muy semejantes a los obtenidos considerando a todos los participantes juntos: la práctica deportiva estuvo relacionada significativamente tanto con la norma subjetiva como con la actitud [$\beta = .25$ y $.13$, respectivamente, $R^2 = .10$, $F(2,307) = 16.24$, $p = .000$]; la intención de participar en actividades deportivas también estuvo relacionada significativamente con las dos variables, pero más con la actitud que con la norma subjetiva [$\beta = .40$ y $.18$, respectivamente, $R^2 = .22$, $F(2,303) = 43.21$, $p = .000$]; y los intereses por las actividades deportivas sólo estuvieron significativamente relacionados con la actitud [$\beta = .17$, $R^2 = .03$, $F(1,303) = 8.67$, $p = .000$].

En el caso de las chicas, los resultados también son semejantes: la práctica deportiva estuvo relacionada significativamente tanto con la norma subjetiva como con la actitud [$\beta = .27$ y $.13$, respectivamente, $R^2 = .11$, $F(2,309) = 18.84$, $p = .000$]; la intención de participar en actividades deportivas sólo estuvo relacionada significativamente con la actitud [$\beta = .39$, $R^2 = .16$, $F(1,300) = 54.3$, $p = .000$]; y los intereses por las actividades deportivas también estuvieron significativamente relacionados sólo con la actitud [$\beta = .24$, $R^2 = .06$, $F(1,299) = 18.67$, $p = .000$].

4.- Hipótesis basadas en el Modelo de Elección de Logro.

Nuestra intención no es probar el modelo completo, ya que es bastante amplio y abarca una gran cantidad de variables que influyen directa o indirectamente sobre la elección de conducta. Vamos a ver algunos de los aspectos que nos han parecido más interesantes, como son la identidad, entendida en varios sentidos en nuestro contexto deportivo (identidad de género, identidad atlética y auto-concepto de habilidad física). Asimismo, vamos a tratar también el valor subjetivo que las personas otorgan a la tarea, los recuerdos afectivos de las personas en relación con el deporte, las actitudes hacia la práctica deportiva femenina y la ideología de género. La autora del modelo predice que todas estas variables están relacionadas con la elección de conducta. En esta variable, nosotros vamos a tener en cuenta tanto la

práctica deportiva del sujeto, como el interés por el deporte y la intención de practicar deporte.

HIPOTESIS 4.1.- El valor subjetivo que chicos y chicas otorgan al deporte estará positivamente relacionado con la práctica deportiva, con la intención de practicar deporte y con los intereses deportivos.

Como se recordará, utilizamos cuatro medidas diferentes de valor: *de utilidad* (si la actividad está dentro de las metas de la persona), *coste percibido* (el coste se puede entender en tiempo, energía, renuncia a otras actividades de interés para el sujeto, etc.), *valor de incentivo* (se refiere a las recompensas inmediatas intrínsecas y extrínsecas) y *valor de logro* (las necesidades y valores personales que una actividad cumple para el individuo). En la tabla 4.33 aparecen las correlaciones entre las cuatro medidas de valor y la práctica, intereses deportivos e intención de practicar deporte. Sólo una medida relativa a los valores no apareció apenas correlacionada: el coste percibido (aunque en un caso sí lo estuvo: en las mujeres cuando se trataba de la intención de practicar deportes). También podemos observar que la práctica deportiva de las mujeres estuvo más relacionada con sus valores que la práctica real de los varones: en ellos sólo apareció significativamente relacionado el valor de utilidad. En cambio, en la intención de participar en actividades deportivas y en los intereses deportivos, los valores de hombres y de mujeres mostraron unos patrones muy semejantes.

Con el fin de analizar, separadamente en chicos y chicas, cuáles son los valores más relacionados con las variables dependientes concernientes al deporte, realizamos diversos análisis de regresión. En todos los análisis, las variables predictoras fueron los cuatro valores derivados del modelo de Eccles: valor de utilidad, coste percibido, valor de incentivo y valor de logro. Las variables criterio fueron la práctica deportiva, la intención de participar en actividades deportivas y los intereses deportivos.

En el caso de los varones, la práctica deportiva estuvo relacionada significativamente sólo con el valor de utilidad [$\beta = .16$, $R^2 = .03$, $F(1,310) = 8,69$, $p = .00$]; la intención de participar en actividades deportivas estuvo relacionada significativamente con el valor de utilidad, el de incentivo y el de logro [$\beta = .32$, $.20$ y $.15$, respectivamente, $R^2 = .25$, $F(3,304) = 33,22$, $p = .000$]. Los intereses por las actividades deportivas (ver acontecimientos deportivos en directo y por televisión) estuvieron significativamente relacionados con el valor de utilidad y con el de logro [$\beta = .27$ y $.16$, respectivamente, $R^2 = .13$, $F(2,304) = 22,47$, $p = .000$].

En el caso de las mujeres, la práctica deportiva también estuvo relacionada significativamente sólo con el valor de utilidad [$\beta = .33$, $R^2 = .11$, $F(1,311) = 39,42$, $p = .000$]; la intención de participar en actividades deportivas estuvo relacionada significativamente con el valor de utilidad, el coste percibido y el de logro [$\beta = .27$, $-.17$ y $.25$, respectivamente, $R^2 = .21$, $F(3,299) = 26,61$, $p = .000$]. Los intereses por las actividades deportivas (ver acontecimientos deportivos en directo y por televisión) estuvieron significativamente relacionados con el valor de utilidad y con el de logro [$\beta = .27$ y $.12$, respectivamente, $R^2 = .11$, $F(2,299) = 18,8$, $p = .000$].

Los resultados han sido muy parecidos en hombres y en mujeres. El valor de utilidad es el que más está relacionado con todas las variables dependientes concernientes al deporte en ambos y en las mujeres bastante más relacionado con la práctica deportiva que en los hombres, sin embargo, el coste percibido sólo está relacionado con la intención de participar en actividades deportivas en las mujeres.

Tabla 4.33. Relación del valor percibido de la tarea con las variables relacionadas con el deporte en varones y en mujeres.

VALOR PERCIBIDO DE LA TAREA	PRACTICA DEPORTIVA		INTENCIÓN DE PRACTICAR		INTERESES DEPORTIVOS	
	H	M	H	M	H	M
Valor de utilidad	.17**	.34***	.43***	.35***	.33***	.31***
Coste percibido	.00	-.09	.09	-.16**	.01	-.07
Valor de incentivo	.07	.19**	.31***	.30***	.20***	.20**
Valor de logro	-.00	.22***	.36***	.35***	.25***	.23***

* $p < .05$, ** $p < .01$, *** $p < .001$

HIPOTESIS 4.2.- Los recuerdos afectivos de chicos y chicas y el valor subjetivo que asignan al deporte estarán positivamente relacionados.

Siguiendo el Modelo de Eccles, buscábamos relación entre los recuerdos afectivos de los participantes en relación con el deporte y el valor subjetivo que otorgan a esta actividad. Los recuerdos afectivos los hemos diferenciado según se trate de los recuerdos que guarda la persona de los momentos en los que ha practicado deporte o de los recuerdos que guarda de las personas con las que lo ha practicado. Además, se obtuvo un índice general del recuerdo sumando los dos items. El resultado de las correlaciones aparece en la tabla 4.34. Podemos observar que la relación es alta tanto en hombres como en mujeres, entre los recuerdos afectivos de los momentos en los que han practicado deporte, así como de las personas con las que lo han practicado y los valores de utilidad, de incentivo y de logro; pero no existe relación entre los recuerdos y el coste percibido. El patrón es semejante en los varones y en las mujeres.

Tabla 4.34. Relación de los recuerdos afectivos y el valor percibido del deporte en varones y en mujeres.

VALOR PERCIBIDO DE LA TAREA	RECUERDOS AFECTIVOS					
	Recuerdos de los momentos		Recuerdos de las personas		Índice total	
	H	M	H	M	H	M
Valor de utilidad	.28***	.32***	.24***	.28***	.31***	.35***
Coste percibido	.06	-.04	.05	-.02	.07	-.04
Valor de incentivo	.28***	.29***	.33***	.19***	.37***	.29***
Valor de logro	.27***	.31***	.34***	.23***	.37***	.32***

* $p < .05$, ** $p < .01$, *** $p < .001$

HIPOTESIS 4.3.- Los recuerdos afectivos de los jóvenes varones y mujeres en relación con el deporte estarán relacionados positivamente con la práctica deportiva, con los intereses deportivos y con la intención de practicar deporte.

Como ya hemos explicado, los recuerdos afectivos de la persona en relación con el deporte los hemos diferenciado según se trate de recuerdos que guarda la persona de los momentos en los que ha practicado actividades deportivas o de recuerdos que guarda de las personas con las que ha realizado deporte. Además, se obtuvo un índice general de favorabilidad del recuerdo, sumando los dos ítems. Las correlaciones de estos dos ítems con las prácticas e intereses deportivos aparecen en la tabla 4.35. Como puede apreciarse, los recuerdos están más relacionados con la intención de practicar deporte y con los intereses deportivos que con la propia práctica deportiva. También, en el caso de estas dos variables (intención e intereses), las correlaciones son más altas en el caso de los varones que en el de las mujeres.

Tabla 4.35. Relación de los recuerdos afectivos con la práctica e intereses deportivos en varones y en mujeres.

RECUERDOS AFECTIVOS	PRACTICA DEPORTIVA		INTENCIÓN DE PRACTICAR		INTERESES DEPORTIVOS	
	H	M	H	M	H	M
Recuerdos de los momentos	.11*	.14*	.26***	.22***	.27***	.26***
Recuerdos de las personas	.14*	.11*	.30***	.21***	.30***	.19***
Índice total	.15**	.15**	.33***	.25***	.33***	.26***

* $p < .05$, ** $p < .01$, *** $p < .001$

Como hemos visto, según el Modelo de Eccles, los recuerdos afectivos estarían relacionados con el valor subjetivo dado a la tarea y, a través de esta relación, influirían sobre las elecciones relacionadas con el ámbito deportivo. En primer lugar, hemos calculado las correlaciones entre los recuerdos afectivos y los cuatro valores subjetivos relacionados con la tarea, comprobando que la relación es alta tanto en varones como en mujeres en los valores de utilidad, de incentivo y de logro, pero no hay relación con el coste percibido (Tabla 4.34).

Ya hemos visto también anteriormente la relación entre el valor subjetivo de la tarea (valor de utilidad, coste percibido, valor de incentivo y valor de logro) y las elecciones deportivas (práctica deportiva, intención de practicar deporte e intereses deportivos). En las mujeres hay una relación alta en las distintas elecciones en los valores de utilidad, de incentivo y de logro y no hay relación con el coste percibido. En los varones hay relación entre práctica deportiva y valor de utilidad pero no en los restantes valores y también se ha encontrado relación en la intención de participar y

en los intereses deportivos con los valores de utilidad, de incentivo y de logro y no hay relación alguna con el coste percibido (Tabla 4.33.).

Hemos analizado también la relación entre los recuerdos afectivos y la práctica deportiva, intereses e intención de practicar deporte, comprobando que existe relación significativa tanto en chicos como en chicas (Tabla 4.35.).

Con todos estos resultados, hemos querido analizar si los recuerdos afectivos estaban relacionados con las elecciones deportivas de manera directa (es decir, independientemente de su relación con los valores subjetivos). Para ello hemos realizado un análisis de regresión en el que se introdujeron como variables predictoras la puntuación en recuerdos afectivos y las cuatro puntuaciones referidas a los valores, y como variables criterio la práctica deportiva, la intención de participar en actividades deportivas y los intereses deportivos. El resultado encontrado ha sido que los recuerdos no estuvieron significativamente relacionados con la práctica deportiva cuando se controlaba la influencia de los valores ($\beta = .07$), como predecía el Modelo de Eccles (1991), y esto ocurre tanto en los representantes hombres como en las mujeres. Pero si estaban relacionados los recuerdos afectivos con los intereses deportivos, independientemente del valor subjetivo de la tarea ($\beta = .19$) y con la intención de practicar deporte ($\beta = .13$). Si diferenciamos entre varones y mujeres, los resultados varían ligeramente. Los recuerdos afectivos están relacionados con los intereses deportivos independientemente del valor subjetivo de la tarea sólo en los hombres ($\beta = .15, p = .007$), en las mujeres no ($\beta = .08, p = .154$). Y la relación entre los recuerdos y la intención de participar en actividades deportivas se mantiene en ambos, aunque más alta en los varones ($\beta = .23, p = .000$) que en las mujeres ($\beta = .14, p = .01$).

HIPOTESIS 4.4.- La identidad de la persona, teniendo en cuenta aquí la identidad de género instrumental, la identidad atlética y el auto-concepto de

habilidad física estarán positivamente relacionados en los jóvenes de ambos sexos con el valor subjetivo que ellos otorgan al deporte.

Hemos utilizado tres medidas de la identidad que están muy relacionadas con el deporte. La identidad de género, que podemos distinguir entre identidad instrumental e identidad expresiva. Pues bien, es la identidad de género instrumental la que está altamente relacionada con la práctica e interés deportivo. Otra medida es la identidad atlética, en la que podemos distinguir cuatro aspectos de la misma: *auto-identidad* (la visión del sujeto de sí mismo como atleta), *identidad social* (la intensidad con que los atletas se identifican con el rol atlético, más exactamente, es la percepción de los sujetos de la visión de otros sobre ellos como atletas), *exclusividad* (el grado en el que los atletas confían solamente en su identidad atlética y se identifican menos fuertemente con otros roles) y *afectividad negativa* (mide las respuestas emocionales negativas a no tener la posibilidad de entrenar o competir como atletas debido a una lesión o a cualquier otra razón). También hemos utilizado como medida de identidad el auto-concepto de habilidad física. Como valor subjetivo hemos utilizado los cuatro valores ya mencionados anteriormente (valor de utilidad, coste percibido, valor de incentivo y valor de logro).

Hemos correlacionado estas medidas por separado en hombres y en mujeres para ver el grado de relación que existe en cada uno de ellos (tabla 4.36.). En los varones podemos observar una relación entre identidad instrumental y valor de incentivo y de logro. La identidad expresiva en éstos sólo correlaciona con valor de logro. También podemos observar una relación altamente significativa entre auto-concepto de habilidad física y valor de utilidad, valor de incentivo y valor de logro. En lo que respecta a identidad atlética, el valor de utilidad está relacionado con la auto-identidad, identidad social, exclusividad y afectividad negativa. El coste percibido está relacionado con la exclusividad y con la afectividad negativa. El valor de incentivo está relacionado con todas las medidas de identidad atlética y el valor de logro también.

En las mujeres tanto la identidad de género instrumental como la expresiva están relacionadas con los valores de utilidad y de logro y el auto-concepto de habilidad física y la identidad atlética, en todas sus variantes, están relacionados altamente con los valores de utilidad, de incentivo y de logro. El coste percibido sólo guarda una relación negativa con la exclusividad.

Tabla 4.36. Relación del valor subjetivo de la tarea con la identidad de género, el auto-concepto de habilidad física y la identidad atlética en varones y en mujeres.

IDENTIDAD		VALOR SUBJETIVO DE LA TAREA							
		Valor de utilidad		Coste percibido		Valor de incentivo		Valor de logro	
		H	M	H	M	H	M	H	M
Identidad de género	Instrumental	.03	.18**	-.09	-.08	.16**	.07	.21***	.14*
	Expresiva	-.008	.12*	.01	.006	.08	.07	.14**	.20***
Auto-concepto de habilidad física		.30***	.44***	.02	-.006	.24***	.32***	.32***	.32***
Identidad atlética	Auto-identidad	.53***	.62***	.09	-.10	.33***	.41***	.39***	.47***
	Identidad social	.31***	.48***	.06	-.06	.25***	.29***	.34***	.33***
	Exclusividad	.41***	.46***	.20***	-.11*	.20***	.31***	.37***	.34***
	Afectividad negativa	.30***	.35***	.12*	-.06	.23***	.35***	.32***	.30***

* $p < .05$, ** $p < .01$, *** $p < .001$

HIPOTESIS 4.5.- La identidad de género instrumental, la identidad atlética y el auto-concepto de habilidad física estarán positivamente relacionados en chicos y chicas con la práctica deportiva, con la intención de practicar deporte y con los intereses deportivos.

Como podemos observar en la tabla 4.37, en los hombres no existe relación alguna entre identidad de género instrumental y práctica deportiva, pero en el caso de

las mujeres la correlación es positiva y significativa. La identidad de género expresiva no correlaciona con ninguna medida de elección deportiva, excepto con los intereses deportivos en las mujeres.

Como es lógico también pensar, tanto en hombres como en mujeres la identidad atlética correlaciona positivamente con la práctica deportiva, así como con la intención de participar y con los intereses deportivos. Podemos comprobar observando la tabla siguiente que esto ocurre en hombres y mujeres. Hay que destacar que las correlaciones entre identidad atlética y práctica deportiva son más altas en las mujeres que en los varones, excepto en la medida de identidad social.

En cuanto a la relación entre el autoconcepto en habilidad física y la práctica deportiva, intención de practicar deportes e intereses deportivos, como puede apreciarse, el patrón es muy semejante en los chicos y en las chicas: el autoconcepto de habilidad física está significativamente relacionado con las medidas relacionadas con el deporte utilizadas. No obstante, conviene señalar que la relación del autoconcepto es mayor con los intereses deportivos, seguido de la intención de participar y, en último lugar, está relacionado con la práctica real.

Tabla 4.37. Relación de la identidad y la práctica e intereses deportivos en varones y en mujeres.

IDENTIDAD		PRACTICA DEPORTIVA		INTENCION DE PARTICIPAR		INTERESES DEPORTIVOS	
		H	M	H	M	H	M
Identidad de género	Instrumental	.09	.26***	.13*	.15**	.1	.14
	Expresiva	-.01	.05	.02	.05	.02	.14*
Auto-concepto de habilidad física		.23***	.33***	.33***	.33***	.37***	.36***
Identidad atlética	Auto-identidad	.31***	.42***	.57***	.53***	.37***	.42***
	Identidad social	.35***	.31***	.41***	.36***	.29***	.40***
	Exclusividad	.24***	.37***	.51***	.44***	.27***	.37***
	Afectividad negativa	.14***	.29***	.32***	.38***	.38***	.26***

* $p < .05$, ** $p < .01$, *** $p < .001$

Siguiendo el Modelo de Eccles, hemos querido probar también la relación entre la identidad (teniendo en cuenta la identidad de género, la identidad atlética y el auto-concepto de habilidad física) y las elecciones deportivas (práctica deportiva, intereses deportivos e intención de practicar deporte). Y si la relación es a través de la influencia del valor percibido de la tarea o no. En primer lugar hemos calculado las correlaciones entre las distintas identidades y los valores subjetivos, comprobando que las relaciones más altas se dan entre la identidad atlética y los valores de utilidad, de incentivo y de logro tanto en hombres como en mujeres, también entre el auto-concepto de habilidad física y estos mismos valores. En cuanto a la identidad de género, hay más diferencias entre hombres y mujeres. En las mujeres, tanto una identidad de género instrumental como expresiva correlacionan positivamente con los valores de utilidad y logro; y en los hombres, la identidad de género instrumental correlaciona positivamente con los valores de incentivo y logro. Por su parte, la identidad de género expresiva en los hombres sólo correlaciona positivamente con el valor de logro (tabla 4.36.).

Teniendo en cuenta los datos calculados anteriormente entre el valor subjetivo y las elecciones deportivas (tabla 4.33), hemos analizado en segundo lugar la relación entre las distintas identidades y las elecciones deportivas, observando una relación altamente significativa entre una identidad de género instrumental y la práctica deportiva en las mujeres, no ocurriendo así en los varones. Existe relación entre intención de practicar deporte e identidad de género instrumental en hombres y en mujeres y entre intereses deportivos e identidad instrumental sólo en mujeres. La identidad de género expresiva sólo tiene relación con los intereses deportivos en las mujeres a un nivel de confianza de .05. En cuanto a la identidad atlética sí existe una relación alta con la práctica deportiva, con la intención de participar y con los intereses deportivos, tanto en hombres como en mujeres y lo mismo ocurre con el auto-concepto de habilidad física, donde la relación es muy alta en ambos (tabla 4.37).

Para comprobar si la identidad, en sus distintas modalidades, estaba relacionada con las elecciones deportivas de manera directa, o sea, independientemente de su relación con los valores subjetivos, se realizó un análisis de regresión en el que se introdujeron como variables predictoras las puntuaciones en identidad y las puntuaciones referidas a los valores, encontrando los siguientes resultados. Una identidad de género instrumental influye en la práctica deportiva independientemente del valor subjetivo de la tarea ($\beta = .18$), esto ocurre cuando tenemos en cuenta a hombres y mujeres juntos, pero si los separamos la identidad instrumental en los varones no influye en la práctica independientemente de los valores ($\beta = .09$), en cambio, una identidad instrumental en las mujeres sí guarda relación directamente con la práctica deportiva independientemente de los valores ($\beta = .16$). El auto-concepto de habilidad física también influye en la práctica deportiva independientemente del valor subjetivo de la tarea ($\beta = .26$). Si separamos los datos entre varones y mujeres encontramos que en los varones sí hay una relación directa ($\beta = .23$), pero en las mujeres no. En cuanto a la identidad atlética influye principalmente la auto-identidad ($\beta = .24$), también la identidad social ($\beta = .14$) y la exclusividad ($\beta = .10$), pero no la afectividad negativa ($\beta = .002$). En los varones el resultado varía ligeramente, sólo hay una relación directa de la auto-identidad ($\beta = .17$) y la identidad social ($\beta = .28$), pero no de la exclusividad ni de la afectividad negativa. En las mujeres esa relación directa entre identidad atlética y práctica deportiva sólo existe en la auto-identidad ($\beta = .23$) y en la exclusividad ($\beta = .15$).

HIPOTESIS 4.6.- La actitud que los jóvenes de ambos sexos muestran hacia la práctica deportiva femenina estará positivamente relacionada con la identidad de género instrumental, con la identidad atlética y con el auto-concepto de habilidad física.

Como ha hemos visto, la actitud hacia la práctica deportiva de las mujeres la hemos medido a través de dos cuestionarios (versión I y versión II). Queríamos comprobar si existe relación entre la actitud hacia la práctica deportiva de las mujeres

y la identidad (identidad de género, identidad atlética y auto-concepto de habilidad física) observando unas relaciones importantes. Una alta identidad de género instrumental en las mujeres correlaciona altamente con una actitud positiva hacia la práctica deportiva femenina. En los varones no se produce este tipo de relación. La identidad de género expresiva correlaciona negativamente con una actitud más positiva hacia la práctica deportiva de las mujeres tanto en varones como en mujeres. No hemos encontrado relaciones importantes entre el auto-concepto de la habilidad física y la identidad atlética con la actitud hacia la práctica deportiva de las mujeres, ni en hombres ni en mujeres.

Tabla 4.38. Relación de la identidad de género, la identidad atlética y el auto-concepto de habilidad física con la actitud hacia la práctica deportiva de las mujeres en varones y en mujeres.

IDENTIDAD		ACTITUD HACIA LA PRACTICA DEPORTIVA DE LAS MUJERES			
		Versión I		Versión II	
		H	M	H	M
Identidad de género	Instrumental	.09	-.18***	.05	-.15**
	Expresiva	-.17**	-.08	-.23***	-.13**
Auto-concepto de habilidad física		.12*	.01	-.05	-.00
Identidad atlética	Auto-identidad	-.01	-.07	-.08	-.12*
	Identidad social	-.02	-.03	-.09	-.09
	Exclusividad	.04	.00	-.07	-.04
	Afectividad negativa	.07	-.00	-.04	-.09

* $p < .05$, ** $p < .01$, *** $p < .001$

HIPOTESIS 4.7.- La actitud que los jóvenes de ambos sexos muestran hacia la práctica deportiva femenina estará positivamente relacionada con el valor subjetivo que ellos y ellas otorguen al deporte.

Creíamos también que podía haber una relación entre la actitud hacia la práctica deportiva de las mujeres y el valor subjetivo que los participantes otorgan al

deporte. Hemos calculado la correlación entre ambas variables y hemos comprobado que en general no hay una relación importante, sólo hemos encontrado algo de significatividad entre ambas en valor de incentivo en varones y en mujeres y en el valor de logro en los varones (tabla 4.39).

Tabla 4.39. Relación del valor subjetivo de la tarea con la actitud hacia la práctica deportiva de las mujeres en varones y en mujeres.

VALOR SUBJETIVO DE LA TAREA	ACTITUD HACIA LA PRACTICA DEPORTIVA DE LAS MUJERES			
	Versión I		Versión II	
	H	M	H	M
Valor de utilidad	-.06	-.02	-.14*	-.14*
Coste percibido	.08	.14*	.00	.06
Valor de incentivo	-.07	-.15**	-.23***	-.16**
Valor de logro	-.008	-.12*	-.20***	-.16**

* $p < .05$, ** $p < .01$, *** $p < .001$

Teniendo en cuenta que la actitud hacia la práctica deportiva de las mujeres no está relacionada directamente con la práctica deportiva (En varones Versión I : $r = .03$ y Versión II: $r = .04$ y en mujeres Versión I : $r = -.08$ y Versión II: $r = -.09$), la relación que predice la autora del modelo sería en todo caso de tipo indirecta.

HIPOTESIS 4.8.- Una ideología de género liberal en chicos y en chicas estará positivamente relacionada con una actitud positiva hacia la práctica deportiva de las mujeres.

Igualmente y siguiendo el Modelo de Elección de Logro, queríamos ver si existía alguna relación entre el tipo de ideología liberal o tradicional de las personas y su actitud hacia la práctica deportiva de las mujeres. Utilizamos también las dos versiones del cuestionario para ver si existían diferencias. Encontramos que las personas más liberales en cuanto a los roles de género mostraban una actitud más positiva hacia la práctica deportiva de las mujeres que las personas más tradicionales,

a un nivel de confianza del 0,001. Esto ocurría tanto en el análisis general como por separado en función del género y en las dos versiones del cuestionario.

Tabla 4.40. Relación de la ideología del rol de género con la actitud hacia la práctica deportiva de las mujeres en varones y en mujeres.

IDEOLOGIA DEL ROL DE GENERO	ACTITUD HACIA LA PRACTICA DEPORTIVA DE LAS MUJERES			
	Versión I		Versión II	
	H	M	H	M
	-.46***	-.44***	-.36***	-.41***

* $p < .05$, ** $p < .01$, *** $p < .001$

A lo largo de toda la investigación hemos estado viendo la enorme diferencia que existe entre la práctica deportiva de los hombres y de las mujeres. Si correlacionamos ambas variables, sexo y práctica deportiva, obtenemos una puntuación ($r = .17$, $p = .000$) altamente significativa. Para completar nuestro estudio queríamos ver si el sexo sigue estando relacionado con la práctica cuando se añaden las variables que hemos venido estudiando en las diferentes hipótesis.

En primer lugar, hemos realizado un análisis de regresión contemplando las variables sexo y actitud hacia la práctica deportiva femenina, como variables predictoras y la práctica deportiva como variable dependiente, obteniendo una $\beta = .20$, $R^2 = .03$, $p = .000$. Esto quiere decir que el sexo por si mismo explica las diferencias en práctica deportiva independientemente de la actitud hacia la práctica deportiva de las mujeres que muestren las personas.

En segundo lugar, hemos realizado otro análisis de regresión teniendo en cuenta las variables sexo e identidad (todas) como variables predictoras y la práctica deportiva como variable dependiente, obteniendo una $\beta = -.05$ (no significativa), $R^2 =$

.19, $F(8, 612) = 17.8$, $p = .000$. Esto indica que en este caso el sexo por sí solo no explica las diferencias en práctica deportiva. La influencia de las identidades es tan fuerte que supera a la variable sexo. Luego hemos realizado el análisis de regresión por separado en cada una de las identidades, obteniendo los siguientes resultados. Las variables sexo e identidad instrumental sobre la práctica deportiva dan una β (para la variable sexo) = .10, $p = .01$. Las variables sexo e identidad expresiva sobre la práctica deportiva dan una $\beta = .17$, $p = .000$ (en el caso del sexo). Las variables sexo e identidad atlética global sobre la práctica deportiva dan una $\beta = .0$ (sexo). Y las variables sexo y auto-concepto de habilidad física sobre la práctica deportiva dan una $\beta = .01$ (sexo). Esto quiere decir que dentro de la identidad, las que más peso tienen a la hora de discriminar son la identidad atlética y el auto-concepto de habilidad física, más que el sexo en sí mismo.

En tercer lugar, hemos calculado también el peso de las variables sexo y recuerdos afectivos de la persona sobre la elección deportiva, obteniendo una $\beta = .15$, $p = .000$, esto quiere decir que el sexo, independientemente de los recuerdos afectivos, explica las diferencias en práctica deportiva.

Y por último, también queríamos comprobar el peso de las variables sexo y valor subjetivo de la tarea (valor de utilidad, coste percibido, valor de incentivo y valor de logro) sobre la práctica deportiva, comprobando que tampoco los valores interfieren en la variable sexo en su relación con la elección deportiva. Las puntuaciones obtenidas en sexo y cada valor subjetivo sobre la práctica deportiva han sido: $\beta = .12$, $.16$, $.15$ y $.16$, respectivamente (todas ellas significativas).

Finalmente, hemos incluido todas las variables anteriores, esto es, sexo, actitud hacia la práctica deportiva femenina, identidad de género, identidad atlética, auto-concepto de habilidad física, recuerdos afectivos de la persona y valor subjetivo de la tarea, junto con la variable ideología del rol de género, sobre la elección deportiva y hemos obtenido los siguientes resultados. Para los varones las variables

que más peso han tenido han sido el valor percibido de la tarea ($\beta = -.18$), auto-identidad ($\beta = .20$), e identidad social ($\beta = .29$), $R^2 = .16$, $F(3, 308) = 20.19$, $p = .000$. En las mujeres las variables con más peso han sido auto-identidad ($\beta = .28$), exclusividad ($\beta = .17$) e identidad instrumental ($\beta = .17$), $R^2 = .23$, $F(3, 305) = 30.35$, $p = .000$.

La varianza total de la práctica deportiva explicada por las variables consideradas es mayor en las mujeres ($R^2 = .23$) que en los hombres ($R^2 = .16$). Esto quiere decir que las variables psicosociales están más relacionadas con las prácticas deportivas en las mujeres que en los hombres. En los hombres el deporte es algo que se da por supuesto que forma parte de su vida, de sus juegos y de sus aficiones, pero en la mujer no, ya que no está asociado a su rol de género, por lo tanto depende más de variables actitudinales.

C) Discusión de los resultados.

a) Diferencias encontradas por sexos.

Como hemos visto en el apartado anterior, hay algunas diferencias en los deportes practicados por los varones y los practicados por las mujeres, tanto en el tipo de deporte, como en el tiempo dedicado en cada ocasión, así como la frecuencia de su práctica. Estos datos concuerdan con los hallazgos de otros autores. Margaret Talbot (1988) afirma que los hombres suelen hacer deporte más a menudo que las mujeres y practican más variedad de deportes. La Oficina Regional para Europa de la Organización Mundial de la Salud en 1986 publicó que las chicas son notoriamente menos deportistas que los chicos y, por término medio, ofrecen un nivel de actividad deportiva tres veces menor que el de los chicos. A estas mismas conclusiones han llegado diversos autores españoles y extranjeros (García Ferrando, 1988, 1990, 1991, 1992; Alvarez, 1992; Vázquez, 1993; Gili Planas y cols., 1994; Augustini et al., 1994; Pérez et al., 1996; Aguinaga y Comas, 1997; CIS, 1998). En cuanto a los deportes más practicados nuestros datos coinciden con los de García Ferrando (1991): fútbol, natación, baloncesto, tenis, ciclismo y correr. Augustini et al. (1994) encontraron que un 45% de los chicos practican mayoritariamente fútbol. Nosotros hemos encontrado esta misma cifra cuando utilizamos la población total, pero si solamente tenemos en cuenta la población masculina, la cifra de los que practican mayoritariamente fútbol asciende al 91% de los varones. Los varones también tienen más intención de participar en actividades deportivas que las mujeres, tanto en tiempo libre, como en días a la semana, como en horas al día.

Los chicos, además de practicar más deporte en cuanto a variedad y a tiempo dedicado a los mismos, también muestran más interés por el deporte que las chicas en general, ven más deporte por televisión y asisten a competiciones deportivas en directo más que las chicas. García Ferrando (1992) encontró que el 33% de los

varones manifestaba tener mucho interés, frente al 16% de las mujeres. El 46% de los varones mostraba bastante interés, frente al 37% de las mujeres. El 17% de los varones decía tener poco interés, frente al 34% de las mujeres. Y por último, el 4% de los varones no tiene ningún interés, frente al 13% de las mujeres. No obstante, hay que destacar que esas diferencias van disminuyendo cada vez más, tanto a nivel escolar y recreacional como a nivel competitivo. Incluso algunos estudios están detectando una mayor práctica deportiva de mujeres en edad madura que los hombres de esta edad, debido al énfasis que se está poniendo en la necesidad de hacer ejercicio físico para mejorar la salud y la calidad de vida.

En cuanto a las creencias sobre las consecuencias de practicar deporte, los chicos evalúan más positivamente que las chicas el hecho de aumentar la fuerza y la resistencia, el divertirse y el deporte como salida profesional. Mientras que las mujeres evalúan más positivamente el hecho de adelgazar haciendo deporte. Por su parte, los hombres consideran en menor medida que las mujeres que el deporte sea una pérdida de tiempo. Las mujeres piensan que el deporte produce agujetas en mayor medida que los hombres y que supone mucho esfuerzo y sacrificio y coste económico. Ambos están de acuerdo por igual en que el deporte mejora la salud, ayuda a sentirse bien consigo mismo, mejora el aspecto físico y relaja.

En la misma línea van los resultados encontrados por Augustini et al. (1994). Según sus estudios, tanto chicos como chicas por igual consideran que hacer deporte mejora la salud (50%). El 15% de los chicos opinan que hacen deporte por “estar más fuerte”, “ser el primero”, “ser famoso” o “ganar dinero”, frente al 4% de las chicas. El 9% de las chicas declaran “por tener un buen aspecto”, frente al 4% de los chicos.

Greendorfer (1977, 1993) afirma que varios agentes pueden jugar un rol en los procesos de socialización deportiva y comprobó que el grupo de pares fue la influencia principal a través de cada etapa del ciclo vital. La familia era un fuerte

agente socializador durante la niñez, pero no tenía un efecto significativo durante la adolescencia. Los maestros y entrenadores servían como agentes significativos sólo durante la adolescencia. También afirma la autora que dentro de la familia los padres son más influyentes que los hermanos y el padre más que la madre. Por su parte, Higginson (1985) observó que antes de los 13 años es más importante la influencia parental más que la de los profesores, siendo al contrario a partir de esta edad.

Nuestros datos coinciden bastante con las afirmaciones de Greendorfer. Los jóvenes de ambos sexos consideran por igual que las personas de su familia (padre, madre, hermanos y hermanas) dan cierta importancia a su interés por el deporte pero no excesivamente. Los chicos consideran que los amigos son los que más importancia dan a su interés por el deporte (por encima de padre, madre, etc.). Sin embargo, las chicas otorgan más importancia a los profesores que los chicos. La opción “otros” es la que más altamente ha puntuado para ambos. En esta opción, por lo general, han puesto al novio/a o a alguna persona muy significativa en su vida, generalmente del grupo de pares. Los varones dan más importancia a la opinión de “otros” (novia, alguna persona muy significativa, etc.) y después a la opinión del padre, seguido de la de la madre, amigos/as, hermanos/as y profesores en último lugar. Las mujeres dan la mayor importancia a la opinión de la madre, seguido de la del padre, otros (novio, alguna persona muy significativa, etc.), amigos/as, hermanos/as y profesores.

Las medidas tomadas del auto-concepto de habilidad física muestran que los varones se consideran por lo general buenos en el deporte y muy buenos en comparación con las chicas, mientras que las chicas se consideran ni buenas ni malas y malas en comparación con los chicos.

Con respecto a esta medida los hallazgos coinciden en los diferentes autores que hemos estudiado. Eccles y Harold (1991) comprobaron que los niños de escuela primaria y adolescentes puntuaban más alto en auto-concepto de habilidad física que

las niñas. Zaharopoulos y Hodge (1991) en su estudio no encontraron diferencias significativas entre chicos y chicas en auto-concepto general pero sí en el auto-concepto de habilidad física. Según Basow (1992) la mujer tiene un concepto de sí misma más negativo que el hombre. Marsh et al. (1994) comprobaron en una muestra de niños entre 6 y 11 años, diferencias de género grandes en el auto-concepto de habilidad física. Otros autores también han encontrado que las mujeres tienen una percepción más negativa de su habilidad física que los varones (Sidney y Shephard, 1977; Godin y Shephard, 1985; Thomton et al., 1987; Godoy y cols., 1993; Dunn y Watkinson, 1994).

El valor que otorgan los varones al deporte es mayor que el que le otorgan las mujeres (tanto valor de utilidad, como de incentivo y de logro) En cuanto al coste percibido, para los hombres supone menos coste que para las mujeres, aunque esta diferencia no es muy importante. Eccles y Harold (1991) también hallaron una mayor puntuación en los chicos que en las chicas en el valor percibido de la tarea como medida general.

Como podemos observar, los chicos se identifican en mayor proporción con los valores deportivos masculinos: “competitividad” y “destreza” y las chicas con los valores deportivos: “juego limpio” y “participación de todos”, sin embargo, las chicas han elegido por encima de estos valores femeninos el valor instrumental: “destreza”, pero en menor medida que los chicos. Esto coincide con otros autores que han encontrado que las mujeres se centran más en las metas personales en el deporte y en la ejecución que en las comparaciones interpersonales y en ganar. Kang et al. (1990) encontraron igualmente que los varones eran más competitivos y orientados a ganar que las mujeres. Por su parte, Gill (1993) observó que las mujeres reflejan una orientación no competitiva para ganar en el área deportiva.

Las mujeres muestran una actitud más positiva hacia el deporte femenino que los hombres. Esto no quiere decir que la actitud de los hombres sea negativa, es

también positiva pero menos que la de las mujeres. Benilde Vázquez, en su estudio sobre actitudes hacia la práctica deportiva de las mujeres (1993) expone que hay una disposición muy positiva hacia la práctica deportiva de las mujeres y muy bien argumentas las razones, tanto por parte de hombres como de mujeres; pero en la práctica, la autora afirma que son pocas las mujeres que practican deporte realmente con continuidad. Habría que diseñar medidas no sólo para cambiar las actitudes de la población sino también para cambiar las conductas de las mujeres ya que, como vemos, son dos aspectos diferentes que no necesariamente van aparejados.

La posición de las mujeres respecto a los roles de género es significativamente más liberal que la de los hombres. Tan solo en uno de los ítems no ha habido diferencias. Este resultado se puede trasladar al contexto deportivo, es decir, las mujeres tienen una postura más liberal en cuanto a la práctica deportiva por parte de las mujeres de deportes tradicionalmente considerados apropiados sólo para hombres y a su representación en cargos políticos y administrativos del deporte. Y como era de esperar, los hombres puntúan más alto que las mujeres en las características masculinas o instrumentales, mientras que las mujeres puntúan más alto en las femeninas o expresivas. Los rasgos más altamente puntuados por los varones han sido: “atlético”, “competitivo”, “masculino”, “ambicioso” y “violento”. Las mujeres han puntuado más alto en: “capaz de captar los sentimientos de los demás”, “emocional”, “femenina”, “de habla suave”, “sensible”, “mucho tacto en las relaciones” y “soñadora”. Como podemos observar, los rasgos más relacionados con el contexto deportivo “atlético” y “competitivo” han sido los más altamente puntuados por los varones, es decir, son rasgos que forman parte primordialmente de la identidad de género instrumental.

No obstante, estos resultados sugieren que entre los jóvenes se están produciendo cambios notables en lo que se refiere a la identidad de género. Así, rasgos tradicionalmente asociados a los hombres como “dominante” e “independiente” ahora las mujeres se los auto-adjudican en mayor medida que los

hombres. Y en otros rasgos tradicionalmente asociados a los hombres como “agresivo”, “atrevido”, “defiende sus propias ideas” e “individualista” no hay diferencias. Esto indica claramente que las mujeres se han acercado o han adquirido características tradicionalmente masculinas y el proceso inverso, en el caso de los hombres, ha sido mucho más leve. Este fenómeno es mayor entre los adolescentes estudiados que entre los universitarios, como muestra el estudio de Moya y Gómez (1996). Estos autores utilizaron este mismo cuestionario, de elaboración propia (Moya y Pérez, 1988), en una muestra de estudiantes de psicología. Encontraron que las mujeres se autocalificaban más alto que los varones en: “cariñosa”, “capaz de captar los sentimientos de los demás”, “emocional”, “femenina”, “de habla suave”, “sensible” y “soñadora”. Los varones se autocalificaban más alto en: “ambicioso”, “atlético”, “competitivo”, “independiente”, “individualista”, “masculino” y “violento”. Y no encontraron diferencias entre hombres y mujeres en: “agresivo”, “amable”, “atrevido”, “mucho tacto en las relaciones con los demás”, “defiende sus propias ideas”, “dominante”, “meticuloso” y “paciente”.

b) Hipótesis del estudio.

Socialización.

Estas variables relacionadas con el entorno familiar tienen un peso mínimo en nuestro estudio, aunque hemos encontrado algunos datos interesantes. No hemos detectado ninguna relación entre el nivel de estudios de los padres (primarios, medios y universitarios) y la práctica deportiva de los hijos, en contra de lo que hipotetizábamos; así como tampoco hemos encontrado relación con los intereses deportivos ni con la intención de los hijos de participar. Pero sí hemos encontrado relación entre el nivel de estudios de los padres y la actitud de las hijas hacia el deporte, no así en los hijos varones. Es decir, cuanto mayor es el nivel de estudios del padre y/o de la madre más positiva es la actitud de las hijas hacia el deporte. En

relación con este dato, Eccles, Jacobs y Harold (1990) opinan que los padres distorsionan sus percepciones de las de sus propios hijos en conductas de rol de género, tales como la práctica del deporte. Estos sesgos perceptuales influyen en la autopercepción de los propios niños y en la elección de actividades. En nuestra muestra, ese mayor nivel de formación de los padres está relacionado con la actitud de las hijas pero no con la conducta, es decir, con la mayor práctica deportiva. Este dato concuerda con lo que hemos encontrado a lo largo de toda la investigación, así como en los hallazgos de otros autores acerca de la mayor facilidad para que se produzcan cambios en las actitudes que cambios en las conductas.

Hemos podido observar que cuantos más miembros de una familia practiquen deporte, mayor será la probabilidad de que uno de ellos también se interese por él. Es decir, existe más probabilidad de que el joven o la joven practique deporte si otros miembros familiares también practican, ya sea el padre, la madre o los hermanos. Hemos observado, por otro lado, que hay muchos más padres que hacen deporte que madres. No hemos encontrado interacción entre la práctica del padre y el sexo del hijo con la práctica deportiva del niño, igualmente ocurre con la madre. En relación a este dato, McElroy (1983) estudió la interacción padre-hijo del mismo sexo y del sexo contrario, con respecto a la influencia que puede ejercer el padre en el deporte y encontró que los padres influyen en el niño del sexo opuesto de una forma diferente a como influyen en el niño del mismo sexo.

Lo que parece estar claro es que cuantos más miembros familiares practiquen deporte más probabilidad habrá de que el niño o niña haga deporte también. La práctica deportiva de los hijos varones tenía relación con la práctica del padre, hermano y hermana; sus intereses deportivos con la práctica del padre y de la hermana y la intención de practicar deporte con la práctica del hermano y de la hermana. Sin embargo, su actitud hacia la práctica no estaba relacionada con la práctica deportiva de ningún familiar. En el caso de las jóvenes mujeres la práctica deportiva estuvo relacionada con la práctica de la madre, sus intereses con la práctica

de la hermana y su intención de participar con la práctica deportiva del padre o de la madre. En cambio, la actitud hacia el deporte sólo estuvo relacionada de manera significativa con la práctica deportiva del padre.

Hay que destacar la influencia femenina, en este caso de la madre y/o hermana/s sobre la participación deportiva de las mujeres. Greendorfer (1977) estudió los modelos de rol que eran significativos en el deporte en cada etapa del ciclo vital, encontrando que el modelo de rol masculino fue predominante en todas las etapas para los varones y en la niñez para las mujeres, pero en la adolescencia y la adultez los modelos de rol femeninos llegan a ser más significativos para ellas. De acuerdo con esto nos atrevemos a sugerir que no basta con un buen desarrollo de destrezas y habilidades deportivas en las mujeres atletas, sino que es necesario ofrecer modelos de roles adecuados.

Gregson y Colley (1996) observaron que existía una correlación positiva entre participación deportiva de las chicas entre 15 y 16 años y participación deportiva del padre y de la madre, pero no hubo correlación positiva en la participación de los chicos de la misma edad varones. Colley, Eglinton y Elliot (1992) encontraron que la participación deportiva familiar (padres principalmente) correlacionaba positivamente con la implicación deportiva de las niñas tanto antes como después de la adolescencia, pero no correlacionaba con la participación deportiva de los niños. Por su parte, García Ferrando (1992) encontró una serie de predictores o factores que determinan que se haga deporte, uno de ellos se refiere a los hábitos deportivos de los padres, especialmente de la madre.

Queremos destacar que las medidas utilizadas en nuestro estudio son limitadas ya que consisten en preguntar directamente qué otras personas de su familia practican deporte, sin tener en cuenta otros indicadores de frecuencia y tipo. No obstante, hemos podido observar que existe cierta relación en la misma línea de la que hemos observado en investigaciones anteriores.

Entorno social.

Tampoco hemos encontrado relación entre la zona de habitabilidad (rural, semiurbana y urbana) y el nivel de práctica deportiva. Los varones en todas las zonas hacían más deporte que las mujeres. Sin embargo, tanto varones como mujeres de zona urbana mostraban la misma actitud hacia la práctica deportiva. En zona rural la diferencia entre ambos es enorme y en zona semiurbana la diferencia es intermedia. De nuevo observamos un desfase entre actitud y conducta real, esto hace hincapié en la idea que venimos encontrando en toda la investigación acerca de la mayor resistencia al cambio de conducta que al cambio de actitud.

Los sujetos de nuestra muestra que estudian en centros públicos dedican más tiempo al deporte que los sujetos que estudian en centros privados. Esto ocurre principalmente en los varones porque cuando hemos hecho la correlación separando por sexos hemos podido observar que el nivel de práctica deportiva en las mujeres es parecida en todos los centros y siempre por debajo del nivel de los varones de cualquier centro. No quiere decir esto, por tanto, que en los centros públicos se dedique más tiempo al ejercicio físico que en los centros privados. Por un lado, el tiempo dedicado a cada asignatura está establecido por ley y es el mismo en cualquier tipo de centro; y por otro lado, ya hemos visto como en las mujeres no hay diferencias en las prácticas.

Por otra parte, los chicos varones que asisten a centros privados tienen más intereses deportivos que los que acuden a centros públicos y en las mujeres ocurre al contrario. En cambio, en la actitud hacia el deporte, los chicos de centros públicos tienen una actitud más favorable hacia la práctica deportiva que los de centros privados, mientras que las mujeres que asisten a centros privados son las que tienen una actitud más favorable.

En relación a este aspecto, García Ferrando (1992) observó que otro de los factores o predictores determinantes de la práctica deportiva de los jóvenes, además de los hábitos deportivos de los padres, es la importancia que se da a la educación física en el colegio en el que se estudió en la niñez y en la adolescencia y especialmente la influencia del profesor de esta disciplina.

Como podemos observar, el peso de estas variables (tipo de centro y zona de habitabilidad) no tienen una gran importancia en nuestro objeto de estudio. Además, es probable que estén mediatizadas por otras variables no controladas que pueden estar ejerciendo su influencia en distintas direcciones.

Teoría de la Acción Razonada.

Después de estudiar la influencia de una serie de variables demográficas sobre la práctica deportiva femenina, nos hemos centrado en las variables más importantes de nuestro estudio, de tipo psicosocial, que quedan encuadradas en los dos modelos en los que nos hemos basado. En primer lugar hemos tratado con detalle dos grupos de variables como son las actitudes hacia el deporte y el entorno social inmediato y hemos querido conocer cual de ellas tiene más peso a la hora de predecir la conducta deportiva.

Nuestros datos concuerdan con el modelo en el que nos hemos basado (Ajzen y Fishbein, 1980), según el cual, la intención de conducta es un predictor bastante potente de la conducta en sí. Como establece el modelo, también existe relación directa entre la actitud hacia el deporte y la intención de practicarlo y la práctica deportiva. Asimismo, cuanto mayor es la norma subjetiva (creencia sobre lo que los otros piensan y motivación para acomodarse a esas opiniones de los demás) mayor es la intención de practicar deporte y por tanto la práctica real. Es decir, en la medida en

que nuestros intereses deportivos tengan la misma direccionalidad de la opinión de otros significantes sociales (familia, pares, etc.), mayor es la probabilidad de implicarse en el deporte. La norma subjetiva en nuestra muestra está más relacionada con la práctica e intereses deportivos de los varones que de las mujeres. También hemos encontrado una correlación significativa positiva entre la norma subjetiva y la actitud hacia la práctica deportiva. Estos resultados confirman el modelo que estamos siguiendo. La práctica deportiva de los hombres y de las mujeres estaba relacionada tanto con la norma subjetiva como con la actitud. La intención de participar estuvo relacionada en las mujeres sólo con la actitud y en los varones con ambas variables, pero más fuertemente con la actitud. Y los intereses deportivos tanto en los varones como en las mujeres sólo estuvieron relacionados con la actitud. Podemos decir, pues, que la actitud que se tenga hacia el deporte es un predictor más potente que la norma subjetiva, de la intención de practicar deporte y de la práctica en sí, tanto en hombres como en mujeres, pero principalmente en éstas últimas. Pero ya hemos visto anteriormente cómo las actitudes positivas aparecen antes que la realización de la conducta, es decir, en la práctica, el hecho de que una mujer tenga una actitud positiva hacia el deporte no quiere decir que vaya a practicarlo, por lo que las variables del modelo no son buenas predictoras de la conducta final. De hecho, a pesar de que todas las correlaciones son significativas al 0,001, las puntuaciones en las correlaciones no son muy altas.

Modelo de Elección de Logro.

Después de analizar las diferentes variables que contempla este modelo, hemos observado en nuestro estudio que el sexo por sí solo no puede explicar todas las diferencias en la práctica deportiva de hombres y mujeres, hay una variable más potente que está por encima del sexo que es la identidad. La identidad en el contexto deportivo la hemos analizado desde varios aspectos, la identidad de género, la identidad atlética y el auto-concepto de habilidad física. Hemos podido observar que

las que más pesan a la hora de discriminar son la identidad atlética y el auto-concepto de habilidad física. En general, las variables psicosociales están más relacionadas con la práctica deportiva de las mujeres que de los hombres. Esto es lógico, ya que para ellos el deporte ha formado parte de sus vidas desde siempre, de hecho, la participación deportiva en sí misma es una de las principales formas de socialización masculina.

El valor percibido de la tarea y la práctica deportiva están más relacionados en las mujeres que en los hombres, en ellos sólo está relacionado el valor de utilidad. Tanto en unos como en otras existe relación entre los valores y la intención de participar en actividades deportivas y con los intereses deportivos. El único valor que no guarda relación ninguna es el coste percibido, que sólo en las mujeres se ha visto una relación negativa con la intención de participar, es decir, cuanto mayor sea el coste que perciban menor será su intención de participar. Los recuerdos afectivos de las personas en relación con el deporte están relacionados también con el valor subjetivo que se da al deporte y con la práctica e intereses deportivos. Pero estos recuerdos no están influyendo directamente en la práctica sino a través del valor subjetivo de la tarea, como hemos podido comprobar en nuestro análisis, pero sí influyen directamente en los intereses deportivos y en la intención de practicar deporte.

Hemos encontrado también relación entre la identidad de género instrumental, el auto-concepto de habilidad física y la identidad atlética y el valor subjetivo de la tarea, principalmente con el valor de utilidad, de incentivo y de logro. También hemos encontrado relación entre la identidad y la práctica deportiva, interés deportivo e intención, en todas las medidas de identidad pero en la identidad de género instrumental más en las mujeres que en los hombres. Asimismo, hemos observado que la identidad de género instrumental influye en la práctica deportiva en las mujeres independientemente del valor subjetivo de la tarea y no a través de él, no así en los varones. El auto-concepto y la identidad atlética (principalmente la auto-

identidad y la identidad social) influyen directamente en la práctica sin mediar los valores en los hombres; en las mujeres sólo la auto-identidad y la exclusividad. Tanto hombres como mujeres con una alta identidad atlética realizan más deporte, como es lógico pensar.

Los datos encontrados en la literatura revisada sobre esto nos informan que Jackson (1986) y Zaharopoulos y Hodge (1991) observaron en sus investigaciones que las mujeres atletas tenían un mayor auto-concepto de habilidad física que las no atletas. Por otra parte, Murray y Matheson (1993) encontraron que los atletas con alto auto-concepto de habilidad física tenían mejor rendimiento y persistían en una tarea más larga. Autores como Deeter (1989) y Nicholls (1984) coinciden en que el auto-concepto de habilidad es un predictor crítico de la elección de tarea. Los datos también coinciden con los hallazgos de Colley, Eglinton y Elliott (1992) que encontraron que el poseer atributos masculinos, era un factor que correlacionaba positivamente con la implicación deportiva de las niñas tanto antes como después de la adolescencia. A esta misma conclusión habían llegado Harris y Jennings (1977) que habiendo sometido a corredoras de fondo a una escala de identidad de género, informaron que muchas eran andróginas o masculinas. Este mismo resultado fue hallado por Del Rey y Sheppard (1981) y Myers y Lips (1978). Igualmente, Gregson y Colley (1996) observaron que la medida de masculinidad obtenida a través del BSRI fue un predictor altamente significativo de la participación deportiva en mujeres pero no en hombres.

La identidad de género instrumental o masculina en los varones correlaciona con una actitud menos positiva hacia la práctica deportiva de las mujeres. Sin embargo, las mujeres con identidad instrumental y los varones con identidad expresiva muestran una actitud más positiva hacia la práctica deportiva de las mujeres.

La actitud hacia la práctica deportiva de las mujeres no correlaciona con la práctica de la persona en sí. Es decir, el hecho de que una persona considere más positiva o más negativamente la práctica deportiva de las mujeres no tiene nada que ver con que esta misma persona practique deporte. Este dato lo hemos venido observando a lo largo de toda la investigación, así como en nuestra revisión de autores. Vázquez (1993) propone que para que ocurra un cambio real de actitudes traducido a comportamientos habría que cambiar algunas cosas como: la práctica en la edad escolar, mayor cercanía de instalaciones deportivas y ofertas más variadas de deportes.

Cuanto más conservadora es una persona acerca de los roles de hombres y mujeres en la sociedad, menos positiva es su actitud hacia la práctica deportiva de las mujeres y al contrario, es decir, cuanto más liberal es la persona más positiva es también su actitud hacia la práctica deportiva femenina. No hemos observado, por otro lado, ningún tipo de relación entre la ideología del rol de género y la práctica deportiva.

Además de los resultados de nuestras hipótesis de estudio hemos hallado una serie de resultados interesantes, aunque no estaban incluidos en las hipótesis formuladas. Veamos los más interesantes:

Ya hemos visto que tanto hombres como mujeres muestran una actitud positiva hacia la práctica deportiva de las mujeres, pero ellas por encima de los varones. El grado de actitud positiva es igual en mujeres con identidad más expresiva que con identidad más instrumental, sin embargo, la actitud de los hombres con identidad expresiva es más positiva que la de los hombres con identidad más instrumental. Asimismo, los hombres con alta identidad expresiva son también más liberales en cuanto a los roles de género, o dicho con otras palabras, son más feministas. Por otra parte, en la medida en que hombres y mujeres son más

conservadores respecto a los roles de género menos positivas son sus actitudes hacia la práctica deportiva de las mujeres.

La práctica deportiva en las mujeres está relacionada con una mayor identidad de género masculina o instrumental, mayor identidad atlética, un auto-concepto de habilidad física más alto y una actitud más positiva hacia la práctica deportiva en general. Una identidad instrumental en las mujeres está relacionada con un mayor auto-concepto de habilidad, unos valores deportivos más instrumentales y una actitud más positiva hacia el deporte en general y hacia la práctica deportiva de las mujeres en particular, y más liberales son en cuanto a los roles de género. Cuanto mayor es la identidad expresiva en una mujer, es también positiva la actitud hacia el deporte en general y hacia la práctica deportiva de las mujeres, y también es liberal en cuanto al género. Como vemos, la única diferencia entre las mujeres con identidad instrumental y las que tienen identidad expresiva es su auto-concepto de habilidad física y los valores en cuanto al deporte.

La autora del modelo da una gran importancia a los valores de la tarea, pero aquí hemos observado un mayor peso en la identidad de las mujeres a la hora de predecir la conducta deportiva, especialmente en la identidad atlética y en el auto-concepto de habilidad física. Este dato podría sugerir la necesidad de intervenciones que hagan elevar la auto-confianza de las mujeres en su habilidad para hacer bien el deporte, ya que hemos visto que la mayoría de las veces no es tanto un problema de falta de habilidad o menor habilidad para desarrollar una tarea motora en comparación con los varones, sino un problema de percepción, es decir, las mujeres tienden a percibir su rendimiento motor peor de lo que es en la realidad.

CONCLUSIONES

Como hemos repetido en innumerables ocasiones a lo largo de este trabajo, la práctica deportiva supone una serie de ventajas para la persona, desde mejora de la salud hasta bienestar psíquico, diversión y placer derivado del movimiento y del juego. La participación en actividades deportivas es una experiencia vital y enriquecedora para las personas de cualquier edad y sexo. En palabras de Cagigal (1982) “es una manera de vivir activamente la propia corporalidad o, en otras palabras, es una conducta de íntegra participación humana (espiritual y corporal)”

Los estudiantes participantes en nuestro estudio piloto, al igual que la mayoría de la población, piensan que el deporte tiene una serie de beneficios como la mejora de la salud, aumento de ciertas cualidades físicas como la fuerza, la resistencia y la flexibilidad, es una forma de divertirse, es una manera de conocer nuevos amigos, permite sentirse bien con uno mismo, mejora el aspecto físico, relaja, adelgaza, es incompatible con el consumo de tabaco, drogas, etc., y además puede proporcionar una alternativa profesional.

Una revisión de la literatura sobre los efectos del ejercicio y la recreación en el bienestar físico y psicosocial sugiere que las mujeres, al igual que los hombres, pueden beneficiarse en todas las etapas del ciclo de vida. El juego y la recreación durante la niñez contribuyen a una consciencia del mundo físico y aumenta la habilidad para manipular y controlar lo que rodea a uno. Cuando los niños crecen y empieza la experiencia social fuera del contexto familiar, en el colegio y con el grupo de iguales, también se notan unas consecuencias beneficiosas de la participación en juegos y ejercicios. Una aproximación innovadora a los programas de educación física en la escuela elemental revela que las clases de gimnasia podrían aumentar la forma física de los niños y el nivel de destreza motora, así como proporcionar un sentido de la consciencia corporal más fuerte y una mejora del auto-concepto. En términos de logro académico, alguna evidencia sugiere que el aprendizaje de habilidades en sí mismo es parcialmente arraigado y relacionado con el desarrollo de habilidades motoras básicas. En la edad adulta el ejercicio físico, introducido en un

tipo de vida cada vez más sedentaria e insana, supone un poderoso factor compensatorio y equilibrador, proporciona enormes ventajas psíquicas derivadas del bienestar físico como: reducción de estrés, mejora de la auto-estima, cambios en la auto-imagen, etc. En la última etapa de la vida, los efectos del ejercicio sobre la vejez son evidentes en su mejorado nivel de forma física. El ejercicio en las personas mayores está relacionado con el incremento de la resistencia muscular, mejora del funcionamiento físico y del tiempo de reacción, puede dilatar o retrasar los cambios musculoesqueléticos, respiratorios, cardiovasculares y del sistema nervioso central relacionados con la edad. En términos de estilo de vida y autoimagen, las personas mayores que hacen ejercicio son más productivas en el trabajo, más activos y relajados, tienen mejor auto-concepto y niveles más bajos de tensión psicológica.

Ya hemos visto que los hombres no sólo practican más deportes que las mujeres en cuanto a variedad de actividades y al tiempo dedicado a las mismas, sino que su interés en general por el deporte es mayor que en las mujeres, tienen un mayor auto-concepto de habilidad física, tienen una actitud más positiva hacia el deporte y el valor que le otorgan también varía considerablemente del que le otorgan las mujeres. Asimismo se identifican mucho más con el deporte y en su memoria afectiva guardan un buen recuerdo de esta actividad. Como vemos, todo esto hace que las mujeres estén en desventaja con respecto a los hombres. Todos estos factores son poderosos predictores de la conducta deportiva, por lo que si queremos aumentar o modificar las prácticas deportivas en la sociedad deberíamos también actuar sobre esos otros aspectos uno por uno.

El deporte no tiene género intrínsecamente. Las definiciones de masculinidad y feminidad han sido impuestas socialmente sobre las actividades deportivas. La socialización en el deporte, como una continuidad con la socialización dentro de rasgos conductuales masculinos tales como competitividad y liderazgo, está en conflicto con la socialización del rol sexual para las mujeres. Para los hombres el deporte es considerado importante en el desarrollo de la identidad masculina, pero

para la mujer existe una incompatibilidad entre feminidad y participación deportiva. Esto llega a ser particularmente agudo en la adolescencia, cuando el estatus de las chicas llega a estar más vinculado a su feminidad.

El deporte es por tanto una práctica cultural que contribuye al mantenimiento de las desigualdades de género. Pero la experiencia deportiva también constituye un potencial para transformar las relaciones de género, utilizando la concepción del deporte como práctica social, acentuando la importancia del deporte como actividad física que expresa, encarna y da significado a la experiencia de las mujeres. Una visión del deporte como un proceso físico y mental unido, en el cual lo físico es una expresión orgánica e integral de la experiencia social e individual. Esta concepción ve el deporte como abarcando la respuesta emocional y mental de un individuo o grupo social a muchos eventos interrelacionados y a muchas repeticiones del mismo evento.

La experiencia personal en el deporte es, sobre todo, una experiencia humana que traspasa los límites de la corporeidad, no estando ligada a ningún sexo. Hoy se considera el acceso de la mujer a la actividad fisicodeportiva, no como la clásica reivindicación de igualdad con el hombre, sino como el acceso a una experiencia vital y enriquecedora. Eva Auchincloss, directora de la "Women's Sports Foundation", expresa: "Quienes participamos en el movimiento deportivo femenino no luchamos por el acceso de la mujer al deporte, sólo por tener lo mismo que los hombres, ni lo hacemos con el exclusivo propósito de que las mujeres sean personas más sanas y con mejor forma física. Hacemos todo lo posible para fomentar la participación femenina en el deporte porque creemos que quedar fuera es una desventaja. El deporte es un poderoso factor social y los juegos que practicamos moldean nuestro futuro" (Citado por Vázquez, 1987).

No debemos considerar los factores biológicos como determinantes unidireccionales de la conducta y no deberíamos caer en la vieja trampa de asumir que

los factores biológicos necesariamente dominan las influencias sociales y conductuales. Más bien debemos considerar las influencias biológicas como parte de la dinámica social del deporte y el ejercicio. Los factores biológicos no son estáticos y absolutos, sino que son procesos dinámicos que pueden interactuar con los factores psicológicos y sociales a través de caminos complejos y variados. El trabajo de Eccles sugiere que las capacidades físicas tienen una influencia, aunque pequeña, sobre las diferencias de género en el logro deportivo. Mediante la incorporación de medidas psicológicas, la autora ilustra los procesos sociales que dirigen las diferencias de género en el logro deportivo. De esta manera, las diferencias físicas mínimas y claramente no dicotómicas las convertimos en influencias de género dicotómicas.

Las deportistas chinas son un ejemplo para el mundo occidental de que la capacidad física femenina no tiene límites, sólo los que la cultura y la socialización occidental impone. Esto no quiere decir que ellas estén libres de los estereotipos de género y de la socialización diferencial con repercusiones más negativas para las mujeres, principalmente en los asuntos relacionados con la economía, el poder y la política. Pero son un ejemplo real de cómo los estereotipos son culturalmente creados. En la sociedad china existen otros estereotipos hacia el deporte más relacionados con la clase social que con el género, concretamente con estratos sociales bajos de la sociedad rural. En China una mujer que sea excelente en deportes tales como: artes marciales, levantamiento de peso o fútbol, y tenga un cuerpo extraordinariamente musculoso, podrá ser considerada vulgar pero nunca poco femenina o lesbiana.

Como hemos podido observar a la vista de los resultados de este estudio y de otros de autores de diferentes países, la población en general dedica cada vez más tiempo al deporte tanto hombres como mujeres. Esta actividad es elegida como una de las principales para ocupar el tiempo libre y ocupa una buena parte de las vacaciones de casi todo el mundo. En los años sesenta se produjo la incorporación masiva de la mujer al trabajo remunerado y en los años ochenta y noventa se viene produciendo la incorporación “masiva” de la mujer a los programas deportivos municipales de

gimnasia y natación principalmente. Raro es el médico que no recomienda a sus pacientes, tanto hombres como mujeres, realizar ejercicio físico como tratamiento para el estrés, la depresión, la obesidad, colesterol, osteoporosis, problemas de columna, dolores en las articulaciones, etc., síntomas más comunes de una sociedad donde predomina el consumo, el sedentarismo y la falta de comunicación.

El deporte no es solamente una cuestión de salud como se nos ha querido proyectar a las mujeres sino que es un derecho vital propio al que tenemos que acceder para nuestro enriquecimiento personal y como medida de cambio social.

Los estereotipos ligados al género en el deporte también afectan a los hombres ya que, al igual que la mayoría de los deportes son considerados más apropiados para el hombre que para la mujer, también existen unos cuantos considerados como actividades físicas más propias de mujer; entre ellas tenemos la gimnasia rítmica, el patinaje artístico, la natación sincronizada, el aerobio, gimnasia jazz, los distintos tipos de danzas. Estas actividades desarrollan aspectos como coordinación, armonía, equilibrio, sentido del ritmo, lateralidad, simetría, etc, además del componente lúdico; y es igualmente injusto que estas experiencias estén limitadas para el hombre.

En la lucha por la conquista de la igualdad no se trata solamente de que las mujeres accedan a ámbitos de dominio tradicionalmente masculino, sino que los hombres también tengan acceso a los ámbitos más privados y de acceso casi exclusivo a las mujeres. Este intercambio supone un enriquecimiento vital para todos y, por lo tanto, una mayor comprensión del mundo que nos rodea y una mejora en la comunicación intersexos.

Algunos autores denuncian la expansión de actividades deportivas como el aerobio y las gimnasias de la forma, Las actividades de “fitness” para las mujeres no enfatizan el desarrollo de la fuerza física o la forma sino el desarrollo del atractivo sexual y la apariencia física. Estos programas son una vez más la encarnación del

deporte como dominio masculino. Para este tipo de prácticas hay que vestirse de forma atractiva y con ropa de moda y se trata de moldear el cuerpo para conseguir una imagen seductora. Por supuesto, es un planteamiento deportivo totalmente sexista pero hay que reconocer que esta expansión del aeróbic en sus diferentes modalidades ha sacado a un gran número de mujeres de sus casas para hacer gimnasia, lo cual es ya un gran adelanto. Por tanto el planteamiento que aquí queremos hacer es que se promuevan este tipo de actividades entre los hombres, de esta manera desaparecerán en gran medida las connotaciones sexistas.

En los diferentes estudios revisados sobre el auto-concepto de habilidad física hemos encontrado los mismos resultados y es que a igual ejecución las mujeres muestran un autoconcepto de su capacidad física inferior que el que muestran sus compañeros de actividad varones. Como podemos imaginar aquí se está produciendo un problema a nivel perceptivo en las mujeres o quizá también en los hombres. Aquí cabría la posibilidad de llevar a cabo intervenciones por parte de los profesionales psicólogos del deporte o psicólogos en general. Más específicamente es importante una formación en psicología social del deporte para llevar a cabo este tipo de actuaciones dirigidas a grupos y a amplios sectores de la población.

Hemos visto cómo las actitudes hacia el deporte son bastante positivas en la población general, pero estas actitudes no se corresponden con una mayor práctica deportiva de las mujeres. Mientras existan los estereotipos y una socialización tradicional y/o diferencial de los roles de género, las diferencias conductuales en el contexto deportivo permanecerán. Si se quieren modificar las conductas deportivas de las mujeres, lo importante sería actuar sobre el entorno inmediato (familia, escuela, etc). Si lo que se quiere es modificar las actitudes habría que actuar a un nivel más global, abarcando a un mayor número de población, por ejemplo, a través de los medios de comunicación y sobre todo, proporcionando modelos de rol femeninos. Es importante tener esto en cuenta de cara a diseñar campañas efectivas. En la medida en que las mujeres practiquen más deporte irán cambiando los estereotipos. Un cambio

conductual dará lugar automáticamente a un cambio actitudinal, pero al contrario no ocurre o, al menos, de forma inmediata.

Tanto en nuestro estudio como en los revisados por diferentes autores, hemos observado una menor identidad atlética en las mujeres. A menos que no cambie la definición conceptual del término “atlético”, tanto de los diccionarios como de nuestros estereotipos, difícilmente van a aumentar sus identidades atléticas. El Diccionario de la lengua de la Real Academia Española define el término “atleta” como: “persona fuerte y musculosa”; el término “masculino” como: “varonil, energético”; y el término “femenino” como: “débil, endeble”. Esto ya se está empezando a denunciar por autoras como Vargas et al. (1998).

Los programas de entrenamiento deberían estar basados en las capacidades, destrezas y habilidades de un individuo y no en su sexo. Los entrenadores deberían reconocer y apreciar a las mujeres atletas como mujeres que tienen su propia identidad y comprender que tratarlas sólo como atletas es verlas únicamente en una dimensión. Deberían intentar establecer programas individualizados, donde los contenidos y volúmenes de trabajo estén relacionados en cada mujer con su propio comportamiento hormonal. Los entrenadores deben ser sensibles también a las diferencias relacionadas con la etnicidad, preferencia sexual, raza y estatus económico.

Se necesitan modelos de rol femeninos en todos los aspectos del deporte. La historia del deporte debería proporcionar guías para el futuro teniendo en cuenta los errores pasados. Es importante estimular en las mujeres y no frenar las características deseables en el deporte, de tal forma que lleguen a ser parte de las técnicas de crianza. Debería haber más mujeres entrenadoras, administradoras, atletas profesionales y representantes de los medios de comunicación deportivos.

Como indica Vázquez (1991) el deporte puede aportar a la mujer tres conquistas necesarias para su independencia: La conquista del propio cuerpo al procurarle conocimiento del mismo, la autonomía corporal puede convertirse en autonomía personal. La conquista de espacios públicos mediante el desarrollo de conductas antes correspondientes al varón y que tienen que ver con el prestigio social, auto-estima y afirmación personal. Y por último, la conquista del tiempo libre, ya que el deporte es para la mayoría de la población una actividad de tiempo libre.

El deporte femenino está empezando a ser evaluado y aceptado por sí mismo, al menos en los países occidentales. El deporte está empezando a ser algo valioso para las mujeres, como una esfera autónoma y llena de sentido de la experiencia humana, en la cual las chicas y las mujeres pueden explorar su propio potencial atlético sin amenaza a su identidad de género. A pesar de ello, el mundo deportivo tiene todavía discriminación masculina y por tanto las cualidades deportivas y los logros en el dominio sexual tienden a proporcionar criterios absolutos en contra de los cuales la mujer es juzgada.

¿Qué alternativa se ofrece a la futura participación de la mujer en el deporte? El progreso de la igualdad y la equivalencia de sexos en la participación deportiva. Las diferencias observables ya no se utilizarán como base de acceso diferencial al poder.

La valoración de los rasgos sexuales integrados en vez de la valoración separada. El Instituto Escalen de California aplica una perspectiva andrógina al deporte. Sus programas deportivos hacen hincapié en la asunción global de nuestro cuerpo, en la introspección y en la naturaleza estética del movimiento del cuerpo, en la complementariedad del movimiento y la respuesta, y en la comunicación no verbal con los demás.

La adopción de los rasgos masculinos por parte de las atletas suele ir unido a la búsqueda en el deporte de los resultados y a su concepción como una actividad instrumental. La creciente participación femenina en el deporte de competición es paralela a la asunción, por parte de las atletas, de rasgos eminentemente masculinos, como la agresividad, el espíritu de competición, la confianza en sí mismo y el dominio del medio físico.

El enfoque igualitario de las oportunidades en el deporte y la competición en la legislación americana refuerza la tendencia instrumentalista de la participación, lo cual equivale a la imposición del modelo masculino como modelo de referencia, de igual manera que se asumen las características masculinas en los negocios, en la política o en cualquier otra actividad pública. Un entrenamiento de tipo masculino se traduce en la atleta en una reducción del tejido adiposo en su cuerpo y en un funcionamiento cardiovascular similar al del atleta y en unas marcas comparables.

Desde aquí apoyamos la propuesta de Gill (1994) sobre la necesidad de una serie de cambios: ser consciente de la importancia del género en la escuela, un cambio de enfoque de personal a social y una aproximación orientada al proceso en el sentido de igualitarismo. Este enfoque no sólo implica una consciencia de la importancia de la psicología deportiva escolar sino también un compromiso de acción para educar y dar poder a los participantes deportivos.

Son factibles numerosas medidas para una equidad en el deporte:

Promover el deporte en general y el deporte para las mujeres en particular, por parte de los ayuntamientos y gobiernos locales.

Las clases de educación física en los colegios deben estar orientadas tanto hacia el trabajo de fuerza, velocidad, etc., como hacia el trabajo de coordinación, equilibrio, ritmo, etc. Los chicos tendrán más facilidad para un tipo de ejercicios y las

chicas para otro tipo. Con ello conseguimos que mejore el auto-concepto de las mujeres cuando comprueben que están mejor dotadas para ciertas habilidades que los chicos y también se conseguirá que tanto unos como las otras tengan un entrenamiento completo y general.

Para ello es necesario trabajar con los profesores y reciclarlos para que adopten este tipo de planteamiento y hacer que intervengan los psicólogos deportivos en los centros educativos.

Tomar medidas de discriminación positiva para las mujeres en cuanto a becas, ayudas para el deporte y acceso a puestos de entrenamiento, administración y política deportiva.

Promover actividades deportivas múltiples en los colegios. Cuantos más deportes y más modalidades se practiquen (masculinos y femeninos) mayores capacidades se desarrollarán y más se difuminarán los estereotipos.

Promover el deporte femenino en las universidades y facilitar la compaginación con los estudios. Una buena medida es proporcionando becas de estudio.

Impulsar la investigación en el deporte femenino y en las disciplinas complementarias como la medicina del deporte, la sociología del deporte, la psicología del deporte, etc.

Cuantas más medidas se tomen más rápidos serán los cambios pero, si bien es cierto, una vez que se empiecen a aplicar algunos proyectos y se persista en ellos, muchos otros cambios vendrán dados automáticamente. Por ejemplo, en la medida en que se proporcionen ayudas y se fomente el deporte femenino, cada vez habrá más mujeres y los resultados, marcas y récords aumentarán, las mujeres deportistas

empezarán a estar de moda, se convertirán en modelos de rol para las jóvenes, los medios de comunicación se darán cuenta y empezarán a retransmitir cada vez más eventos femeninos, los niveles de audiencia subirán y las empresas patrocinadoras empezarán a invertir en deporte femenino. Lo importante es ser consciente y empezar a actuar en la línea adecuada.

BIBLIOGRAFIA

BIBLIOGRAFIA

ABRAMS, D. (1989). Differential association: social developments in gender identity and intergroup relations during adolescence. En S. SKEVINGTON y D. BAKER (Ed.): *The social identity of women*. London, Sage.

ADEDEJI, J.A. (1982). El cambio social y la mujer en el deporte africano. *Revista Internacional de Ciencias Sociales*, 34, 237-247.

AGUINAGA, J. y COMAS, D. (1997). *Cambio de hábitos en el uso del tiempo, trayectorias temporales de los jóvenes españoles*. Madrid, Ministerio de Trabajo y Asuntos Sociales, Instituto de la Juventud.

AJZEN, I. (1987). Attitudes, traits and actions: Dispositional prediction of behavior in personality and social psychology. En L. BERKOWITZ (ed.): *Advances in Experimental Social Psychology*, 20. New York Academic Press.

AJZEN, I. y FISHBEIN, M. (1977). Attitude-behavior relations: a theoretical analysis and review of empirical research. *Psychological Bulletin*, 84, 888-918.

AJZEN, I. y FISHBEIN, M. (1980). *Understanding attitudes and predicting behavior*, New Jersey, Prentice-Hall.

ALEXANDER, S. (1994) Newspaper coverage of athletics as a function of gender. *Women's Studies International Forum*, 17 (6), 655-662.

ALFIERI, T. RUBLE, D. N. y HIGGINS, E. T. (1996) Gender stereotypes during adolescence: developmental changes and the transition to junior high school. *Developmental Psychology*, 32 (6), 1129-1137.

ALVAREZ BUENO, G. (1992). Situación de las niñas y las jóvenes en el deporte de base. En Instituto de la Mujer: *El ejercicio físico y la práctica deportiva de las mujeres*. Serie Debate, 12. Madrid.

APRIL, G. A. y WHITE, H. (1996). Children's assignment of gender to animal characters in pictures. *The Journal of Genetic Psychology*, 157(3), 297-301.

ARRONDO, M. (1992). Experiencias de deporte recreativo. En Instituto de la Mujer: *El ejercicio físico y la práctica deportiva de las mujeres*. Serie Debate, 12. Madrid.

ASHMORE, R.D. y DEL BOCA, F.K. (1979). Sex stereotypes and implicit personality theory: toward a cognitive social psychological conceptualization. *Sex Roles*, 5, 219-248.

ATHLANT COMMITTEE FOR THE OLIMPIC (1997) *Games official report of the centennial olympic games*. Athlant.

ATKINSON, J.W. (1957). Motivational Determinants of Risk Taking Behavior. *Psychological Review*, 64 (6), 359-372.

AUGUSTINI, M., DURET, P., IRLINGOER, P. and LOUVEAU, C. (1994). Pratiques sportives des enfants et rôle socialisateur du sport. *Enfance*, 2-3, 171-181.

BALAGUER, I., GIMENEO, C., COLILLA, A., y SOLER, M.J. (1991). Diferencias sexuales en autoeficacia física, autoconfianza y ansiedad en jugadores de baloncesto. III Congreso Nacional de Psicología Social. Libro de Comunicaciones. Volumen II.

BALSAMO, A. (1994). Feminist bodybuilding. En S. BIRRELL y C. L. COLE (ed.): *Women, Sport and Culture*. Champaign (USA), Human Kinetics.

BANDURA, A. (1977). Self-efficacy: toward a unifying theory of behavioral change. *Psychological Review*, 84 (2), 191-215.

BANDURA, A. (1984). Teoría del Aprendizaje Social. En J. R. TORREGROSA y E. CRESPO: *Estudios básicos de Psicología Social*. Barcelona, Biblioteca HORA. Centro de Investigaciones Sociológicas.

BARAK, A., FELDMAN, S. y NOY, A. (1991). Traditionality of children's interests as related to their parents' gender stereotypes and traditionality of occupations. *Sex Roles*, 24, 7/8.

BARBERA, E., MARTINEZ-BENLLOCH, I. y PASTOR, R. (1988). Diferencias sexuales y de género en las habilidades cognitivas y en el desarrollo motivacional. En J. FERNANDEZ (Coord.): *Nuevas perspectivas en el desarrollo del sexo y el género*. Madrid, Pirámide.

BASOW, S.L. (1992). *Gender, Stereotypes and Roles* (3rd. ed.). California, Brooks/Cole publishing company, Pacific Grove, (1988 1ª ed.).

BEM, S. L. (1974). The measurement of psychological androgyny. *Journal of Consulting and Clinical Psychology*, 42 (2), 155-162.

BEM, S. L. (1981). Gender Schema Theory: a cognitive account of sex typing. *Psychological Review*, 88 (4), 354-364.

BEM, S.L. (1981). The BSRI and gender schema theory: a reply to Spence and Helmreich. *Psychological Review*, 88 (4), 369-371.

BERGER, B.G.; OWEN, D.R. y MAN, F. (1993). A brief review of literature and examination of acute mood benefits of exercise in Czechoslovakian and United States Swimmers. *International Journal of Sport Psychology*, 24, 130-150.

BETANCOR LEON, M. A. (1988). Una visión de la Educación Física Militar en el transcurso de los siglos XIX y XX. Comunicación presentada en el Seminario Franciso Amorós. Su obra entre dos culturas. Madrid.

BIRD, A. M. y WILLIAMS, J. M. (1980). A developmental-attributional analysis of sex role stereotypes for sport performance. *Developmental Psychology*, 16 (4) 319-322.

BIRRELL, S. (1984). Studying gender in sport: A feminist perspective. En N. THEBERGE y P.DONNELLY (Eds.): *Sport and the sociological imagination*. Fort Worth: Texas Christian University Press.

BIRRELL, S. (1984). Separatism as an issue in women's sport. *Arena Review*, 8 (2), 22-29.

BIRRELL, S. y RICHTER, D.M. (1987). Is a diamond forever? Feminist transformations of sport. *Women's Studies International Forum*, 10 (4), 395-409.

BIRRELL, S. y RICHTER, D.M. (1994). Is a diamond forever? Feminist transformation of sport. En S. BIRRELL y C. L. COLE (ed.): *Women, Sport and Culture*. Champaign (USA), Human Kinetics.

BIRRELL, S. y THEBERGE, N. (1994). Ideological control of women in sport. En D. M. COSTA y S. R. GUTHRIE (ed.): *Women and Sport. Interdisciplinary Perspectives*. Champaign (USA), Human Kinetics.

BIRRELL, S. y COLE, C. L. (1994). *Women, Sport and Culture*. Champaign, Human Kinetics.

BLANCHARD, K. y CHESKA, A. (1986). *Antropología del deporte*. Barcelona, Bellaterra, s.a.

BLASCOVICH, J. y TOMAKA, J. (1990). Measures of Self-Esteem. En J. P. ROBINSON, P.R. SHAVER y L. S. WRIGHTSMAN (Eds.): *Measures of Personality and Social Psychological Attitudes*. Vol. 1. En Measures of Social Psychological Attitudes Series. London, Academic Press, Inc.

BOUTILIER, M. y SANGIOVANNI, L. (1985). Women and sports: reflections on health and policy. En M. BOUTILIER y L. SANGIOVANNI (ed.): *Women, Health and Healing: toward a new perspective*. New York, Tavistock.

BREDEMIER, B.J.; DESERTRAIN, G.S.; FISHER, L.A. y GETTY, D. (1991). Epistemological perspectives among women who participate in physical activity. Special issue: gender roles, sport and exercise. *Journal of Applied Sport Psychology*, 3 (1) 87-107.

BROWN, R. (1972). *Psicología Social*. Madrid, Siglo XXI editores.

BRYSON, L. (1994). Sport and the maintenance of masculine hegemony. En S. BIRRELL y C. L. COLE (ed.): *Women, Sport and Culture*. Champaign (USA), Human Kinetics.

BUCETA, J. M. (1992). Aspectos psicológicos a tener en cuenta en relación con las deportistas españolas de alta competición. En Instituto de la Mujer: *El ejercicio físico y la práctica deportiva de las mujeres*. Serie Debate, 12. Madrid..

BUÑUEL HERAS, A. (1987). Repercusiones psico-sociales de las gimnasias de tiempo libre en la población femenina adulta. *Revista de Investigación sobre Educación Física y Deporte*, 0006:0031-0058.

BUÑUEL HERAS, A. (1992). La mujer, el tiempo libre y las prácticas deportivo-recreativas. En Instituto de la Mujer: *El ejercicio físico y la práctica deportiva de las mujeres*. Serie Debate, 12. Madrid.

BUÑUEL HERAS, A. (1994). La construcción social del cuerpo de la mujer en el deporte. *Revista Española de Investigaciones Sociológicas*, 68, 97-117.

CAGIGAL, J. M. (1975). *El deporte en la sociedad actual*. Madrid, Prensa Española.

CAGIGAL, J. M. (1981). *Oh Deporte! Anatomía de un gigante*. Valladolid, Miñón.

CAGIGAL, J. M. (1982). Mujer y Deporte (Un apunte de antropología cultural). *Análisis e Investigaciones Culturales*, 11 (4-6), 101-112.

CAGIGAL, J. M. (1983). El deporte contemporáneo frente a las ciencias del hombre. Comunicación presentada al Simposio: *El Deporte en la Sociedad Española Contemporánea*. Madrid.

CAHN, S.K. (1993). From the "muscle moll" to the "butch" ballplayer: mannishness, lesbianism and homophobia in USA women's sport. *Feminist Studies*, 19, 343-368.

CAÑO, J.E. y MARQUEZ, S. (1995). Field dependence-independence of male and female spanish athletes. *Perceptual and Motor Skills*, 80, 1155-1161.

CARTA EUROPEA DEL DEPORTE 1992. Unisport. Junta de Andalucía.

CARRERAS, M., GUIRALT, E. L., DEL POZO, J. y DE SOSTOA, M. (1995). *Embarazo y Deporte*. Madrid, Alianza Editorial.

CASPERSEN (1985). Physical activity, exercise and physical fitness: definitions and distinctions for health related research. *US Publ. Health Rep.*, 100, 126-131.

Centro de Investigaciones Sociológicas (1998). *Datos de opinión*, 16, 4-7.

CEREZO, J. J. (1989). Psicología y Deporte: La formalización de un largo flechazo. *Papeles del Psicólogo. Revista del Colegio Oficial de Psicólogos*, 36/37, 104-109.

CHRISTENSEN, C.L. (1993). Basic exercise physiology. Myths and realities. En G. L. COHEN (ed.): *Women in Sport. Issues and Controversies*. Newbury Park (USA), Sage.

CLARK, J. y ZEHR, D. (1993). Other women can: discrepant performance predictions for self and same-sex other. *Journal of College Student Developmental*, 34(1), 31-35.

CLIFTON, R.T. y GILL, D.L. (1994). Gender differences in self-confidence on a feminine typed task. *Journal of Sport & Exercise Psychology*, 16, 150-162.

COAKLEY, J. and WHITE, A. (1992). Making decisions: gender and sport participation among british adolescents. *Sociology of Sport Journal*, 9, 20-35.

COCKERILL, J.M., WORMINGTON, J.A. y NEVILL, A.M. (1994). Menstrual cycle effects on mood and perceptual motor performance. *Journal of Psychosomatic Research*, 38 (7), 763-771.

CODINA, N. (1991). Ocio, deporte y modelaje de la figura: un análisis psicosocial. III Congreso Nacional de Psicología Social. Libro de comunicaciones. Vol. II.

COHEN, G.L. (1993). 100 years in women's sports. En G. L. COHEN (ed.): *Women in Sport: Issues and Controversies*. Newbury Park (USA), Sage.

COHEN, L. L. y SWIM, J. K. (1995). The differential impact of gender ratios on women and men: tokenism, self-confidence and expectations. *Personality and Social Psychology Bulletin*, 21(9), 876-884.

COLLEY, A., EGLINTON, E. y ELLIOTT, E. (1992). Sport participation in middle childhood: association with styles of play and parental participation. *International Journal of Sport Psychology*, 23, 193-206.

CONSTANTINOPOLE, A. (1973). Masculinity- femininity: An exception to a famous dictum? *Psychological Bulletin*, 80, 389-407.

CORBIN, C. B. (1981). Sex of subject, sex of opponent and opponent ability as factors affecting self-confidence in a competitive situation. *Journal of Sport Psychology*, 3, 265-270.

CORBIN, C. B. y NIX, C. (1979). Sex- typing of physical activities and success predictions of children before and after cross-sex competition. *Journal of Sport Psychology*, 1, 43-52.

- CORBIN, C. B., LANDERS, D. M., FELTZ, D. L. y SENIOR, K. (1983). Sex differences in performance estimates: female lack of confidence vs. male boastfulness. *Research Quarterly for Exercise and Sport*, 54 (4), 407-410.
- COSTA, D. M. y GUTHRIE, S. R. (1994). *Women and Sport. Interdisciplinary perspectives*. London, Human Kinetics.
- COX, R.H. y LIU, Z. (1993). Psychological skills: a crosscultural investigation. *International Journal of Sport Psychology*, 24, 326-340.
- CROXTON, J.S. y KLONSKY, B.G. (1982). Sex differences in causal attributions for success and failure in real and hypothetical sport settings. *Sex Roles*, 8 (4) 399-409.
- CRUZ, J. y CANTON, E. (1992). Desarrollo histórico y perspectivas de la Psicología del Deporte en España. *Revista de Psicología del Deporte*, 1, 53-62.
- CSIZMA, K. A., WITTIG, A. F. y SCHURR, K. T. (1988). Sport stereotypes and gender. *Journal of Sport and Exercise Psychology*, 10, 62-74.
- DEAUX, K. (1985). Sex and Gender. *Annual Review of Psychology*, 36, 49-81.
- DECI, E. L. y RYAN, R. M. (1985). *Intrinsic motivation and self-determination in human behavior*. New York: Plenum.
- DEETER, T. E. (1989). Development of a model of achievement behavior for physical activity. *Journal of Sport & Exercise Psychology*, 11, 13-25.
- DEETER, T. E. (1990). Re-modeling expectancy and value in physical activity. *Journal of Sport & Exercise Psychology*, 12, 86-91.

DeFRANTZ, A. L. (1993). The Olympic Games. Our birthright to sports. En G. L. COHEN (ed.): *Women in Sport. Issues and Controversies*. Newbury Park (USA), Sage.

DE LA VEGA, Eulalia (1995). *La mujer en la historia*. Madrid, Biblioteca Básica de Historia. Monografías, Anaya.

DE SOUZA, M. J., ARCE, J. C. y METZGER, D. A. (1994). Endocrine basis of exercise induced amenorrhea. En D. M. COSTA y S. R. GUTHRIE (ed.): *Women and Sport. Interdisciplinary Perspectives*. Champaign (USA), Human Kinetics.

DE SOUZA, M. J., ARCE, J. C., NULSEN, J. C. y PUHL, J. L. (1994). Exercise and bone health across the life span. En D. M. COSTA y S. R. GUTHRIE (ed.): *Women and Sport. Interdisciplinary Perspectives*. Champaign (USA), Human Kinetics.

DEL CERRO RAMON, A. (1989). La Psicología Social del Deporte. *Cuadernos técnicos de deporte. N° 3*. III Congreso Nacional de Psicología de la Actividad Física y el Deporte. Gobierno de Navarra.

DEL REY, P. (1977). In support of apologetics for women in sport. *Journal of Sport Psychology*, 8 (3), 218-224.

DEL REY y SHEPPARD, S. (1981). Relationship of psychological androgyny in female athletes to self-esteem. *International Journal of Sport Psychology*, 12, 165-175.

DOGANIS, G., THEODORAKIS, Y. y BAGIATIS, K. (1991). Self-esteem and locus of control in adult female fitness program participants. *International Journal of Sport Psychology*, 22 (2), 154-164.

DUNCAN, M. C., MESSNER, M. A., WILLIAMS, L. y JENSEN, K. Edited by WILSON, W. (1994). Gender stereotyping in televised sports. En S. BIRRELL y C. L. COLE (ed.): *Women, Sport and Culture*. Champaign (USA), Human Kinetics.

DUNN, J. L. y WATKINSON, E. J. (1994). A study of the relationship between physical awkwardness and children's perceptions of physical competence. *Adapted Physical Activity Quarterly*, 11(3), 275-283.

DURAN, M. A. (1987). La práctica de ejercicio físico del ama de casa española. Un estudio sociológico. En Instituto de la Mujer: *Mujer y Deporte*. Serie Debate, 3. Madrid.

EAGLY, A. H. (1987). *Sex differences in social behavior: A social role interpretation*. Hillsdale, NJ: Erlbaum

EAGLY, A. H. y STEFFEN, V. J. (1984). Gender stereotypes stem from the distribution of women and men into social roles. *Journal of Personality and Social Psychology*, 46 (4), 735-754.

EAGLY, A. H. y WOOD, W. (1985). Gender and influenciability: stereotype versus behavior. En V. E. O'LEARY, R. K. UNGER, R.K. y B. S. WALLSTON (Ed.): *Women, Gender and Social Psychology*. Lawrence Erlbaum Associates, Publishers, London.

EBBECK, V., GIBBONS, S.L. y LOKEN-DAHLE, L.J. (1995). Reasons for adult participation in physical activity: an interactional approach. *International Journal of Sport Psychology*, 26, 262-275.

ECCLES, J. S. (1983). Expectancies, values and academic behaviors. En J. T. SPENCE (Ed.): *Achievement and achievement motives. Psychological and Sociological approaches*. San Francisco, W.H. Freeman and Company.

ECCLES, J. S.; ADLER, T. y MEECE, J. L. (1984). Sex differences in achievement: a test of alternate theories. *Journal of Personality and Social Psychology*, 46 (1), 26-43.

ECCLES, J. S. (1985). Sex differences in achievement patterns. En T. SONDEREGGER (Ed.): *Psychology and Gender*. Lincoln: University of Nebraska Press.

ECCLES, J. S. (1987). Gender roles and women's achievement-related decisions. *Psychology of Women Quarterly*, 11, 135-172.

ECCLES, J. S., JACOBS, J. E. y HAROLD, R. D. (1990). Gender role stereotypes, expectancy effects and parents' socialization of gender differences. *Journal of Social Issues*, 46 (2), 183-201.

ECCLES, J. S. y HAROLD, R. D. (1991). Gender differences in sport involvement: applying the Eccles' Expectancy-Value Model. *Journal of Applied Sport Psychology*, 3, 7-35.

ECHEBARRIA, A. y VALENCIA, J. (1991). Teorías de la utilidad esperada: Valor esperado y de las expectativas. En A. ECHEBARRIA (Coord.): *Psicología Social Sociocognitiva*. Bilbao, Desclée de Brouwer.

ECHEBARRIA, A., VALENCIA, J., IBARBIA, C. y GARCIA, L. (1992). Identidad social de género, evaluaciones intercategoriales y percepción social. *Revista de Psicología Social. Monográfico*, 21-35

- ECHEBARRIA, A. (1996). Sesgos Atribucionales. En J. F. MORALES, M. MOYA, E. REBOLLOSO, J. M. FERNANDEZ – DOLS, C. HUICI, J. MARQUES, D. PAEZ y J. A. PEREZ (Eds.): *Psicología Social*. Madrid, McGraw Hill.
- ECKES, T. (1994). Explorations in gender cognition: content and structure of female and male subtypes. *Social Cognition*, 12 (1), 37-60.
- ECKES, T. (1994). Features of men, features of women: assessing stereotypic beliefs about gender subtypes. *British Journal of Social Psychology*, 33, 107-123.
- EDWARDS, G. H. (1992). The structure and content of the male gender role stereotype: an exploration of subtypes. *Sex Roles*, 27 (9/10) 533-551.
- EHRENBERG, A. (1992) Estadios sin dioses. *Revista de Occidente*, 134-135, 93-109.
- EITZEN, D. y SAGE, G. (1978). *Sociology of American Sport*. Dubuque, Iowa, Brown Co. Pub.
- EMERY, L. (1994). From lowell mills to the halls of fame: industrial league sport for women. En D. M. COSTA y S. R. GUTHRIE (ed.): *Women and Sport. Interdisciplinary Perspectives*. Champaign (USA), Human Kinetics.
- ENGEL, A. (1994). Sex roles and gender stereotyping in young women's participation in sport. *Feminism and Psychology*, 4, 439-448
- ESCARTI, A., MUSITU, G. y GARCIA, E. (1988). Estereotipos sexuales y roles sociales. En J. FERNANDEZ (Coord.): *Nuevas perspectivas en el desarrollo del sexo y el género*. Madrid, Pirámide.

ESTRUCH, A. (1992). Aspectos específicos en la deportista. En Instituto de la Mujer: *El Ejercicio Físico y la Práctica Deportiva de las Mujeres*. Serie Debate, 12. Madrid.

FASTING, K. (1992). Nuevas estrategias para una coeducación en la educación física. En Instituto de la Mujer: *El ejercicio físico y la práctica deportiva de las mujeres*. Serie Debate, 12. Madrid.

FERNANDEZ, J. (1988). Desarrollo sexual y de género: procesos de sexuación y asignación de género. En J. FERNANDEZ (Coord.): *Nuevas perspectivas en el desarrollo del sexo y el género*. Madrid, Pirámide.

FISHBEIN, M. y AJZEN, I. (1975). Beliefs, attitude, intention and behavior: an introduction to theory and research. Reading, Addison-Wesley.

FONTA, E. (1995). Cuerpo y Tiempo Libre en el proceso de la identidad psicosocial. En M. T. VEGA y M. C. TABERNERO (Compiladoras): *Psicología Social de la Educación y de la Cultura, Ocio, Deporte y Turismo*. Salamanca, Eudema.

FORTIER, M. S., VALLERAND, R. J., BRIERE, N. M. y PROVENCHER, P. J. (1995). Competitive and recreational sport structures and gender: a test of their relationship with sport motivation. *International Journal of Sport Psychology*, 26, 24-39.

FOX, K. R., CORBIN, C. B. y COULDRY, W. H. (1985). Female physical estimation and attraction to physical activity. *Journal of Sport Psychology*, 7, 125-136

FOX, K. R. y CORBIN, C. B. (1989). The physical self-perception profile: Development and preliminary validation. *Journal of Sport & Exercise Psychology*, 11, 408-430.

FRANKEN, R. E., HILL, R. y KIERSTEAD, J. (1994). Sport interest as predicted by the personality measures of competitiveness, mastery, instrumentality, expressivity and sensation seeking. *Personality and Individual Differences* 17 (4), 467-476.

FREEDSON, P. (1994). Body composition. En D. M. COSTA y S. R. GUTHRIE (ed.): *Women and Sport. Interdisciplinary Perspectives*. Champaign (USA), Human Kinetics.

FREEDSON, P. (1994). Cardiovascular fitness. En COSTA D. M. y S. R. GUTHRIE (ed.): *Women and Sport. Interdisciplinary Perspectives*. Champaign (USA), Human Kinetics.

FREEDSON, P. (1994). Muscle strength and endurance. En D. M. COSTA y S. R. GUTHRIE (ed.): *Women and Sport. Interdisciplinary Perspectives*. Champaign (USA), Human Kinetics.

GAITAN, J. A. y CACERES, M. D. (1995) La mujer en el discurso político. *Revista Española de Investigaciones Sociológicas*, 69,125-147.

GARCIA BONAFÉ, M. (1992). Inicios del deporte femenino. En Instituto de la Mujer: *El ejercicio físico y la práctica deportiva de las mujeres*. Serie Debate, 12. Madrid.

GARCIA BONAFE, M. (1992). Las mujeres y el deporte: del "corsé" al "chándal". *Sistema. Revista de Ciencias Sociales*, (110-111) 37-53.

GARCIA FERRANDO, M. (1986). *Hábitos deportivos de los españoles. (Sociología del comportamiento deportivo)*. Instituto de Ciencias de la Educación Física y el Deporte, Madrid.

GARCIA FERRANDO, M. (1990). *Aspectos Sociales del Deporte. Una reflexión sociológica*. Madrid, Alianza Deporte.

GARCIA FERRANDO, M. (1993). *Tiempo libre y actividades deportivas de la juventud en España*. Madrid, Ministerio de Asuntos Sociales, Instituto de la Juventud.

GARCIA, M. E.; REBOLLO, S.; MARTINEZ, M. y OÑA, A. (1996). Estudio de hábitos deportivos en la provincia de Granada. *Revista Motricidad*, 2, 55-73.

GILI-PLANAS, M. y FERRER PEREZ, U. A. (1994). Práctica deportiva y estereotipos de género: un estudio en la comunidad autónoma de las Islas Baleares. *Revista de Psicología del Deporte*, 5, 81-88.

GILL, D. L. (1988). Gender differences in competitive orientation and sport participation. *International Journal of Sport Psychology*, 19, 145-159.

GILL, D. L. (1994). A feminist perspective on sport psychology practice. *Sport Psychologist*, 8 (4), 411-426.

GILL, D. L. (1994). Psychological perspectives on women in sport and exercise. En D. M. COSTA y S. R. GUTHRIE (ed.): *Women and Sport. Interdisciplinary Perspectives*. Champaign (USA), Human Kinetics.

GILL, D. L., GROSS, J. B., HUDDLESTON, S. y SHIFFLETT, B. (1984). Sex differences in achievement cognitions and performance in competition. *Research Quarterly for Exercise and Sport*, 55, 340-346.

GILL, D. L. y DZEWALTOWSKI, D. A. (1988). Competitive orientations among intercollegiate athletes: Is winning the only thing? *The Sport Psychologist*, 2, 212-221.

GILL, D. L. y DEETER, T. E. (1988). Development of the Sport Orientation Questionnaire. *Research Quarterly for Exercise and Sport*, 59, 191-202.

GODOY, J. F. y cols. (1993). Predicción de la actividad física y/o deportiva realizada a través de una medida de habilidad física percibida. *Clínica y Salud*, 4 (2), 163-167.

GOLDBERG, A. D. y CHANDLER, T. J. L. (1991). Sport participation among adolescent girls: role conflict or multiple roles? *Sex Roles*, 25 (3/4), 213-224.

GONZALEZ, T. M. (1988). La Educación Física en España. Comunicación presentada en el Seminario Francisco Amorós. Su obra entre dos culturas. Madrid.

GONZALEZ, M. P. (1995). *Orientaciones teóricas fundamentales en psicología de los grupos*. EUB, Barcelona.

GREENDORFER, S. L. (1977). Role of socializing agents in female sport involvement *Research Quarterly*, 48, 304-310.

GREENDORFER, S. L. (1978). Social Class influence on female sport involvement *Sex Roles*, 4 (4), 619-625.

GREENDORFER, S. L. (1993). Gender role stereotypes and early childhood socialization. En G. L. COHEN (ed.): *Women in Sport. Issues and Controversies*. Newbury Park (USA), Sage.

GREGSON, J. F. y COLLEY, A. (1996). Concomitants of sport participation in male and female adolescents. *International Journal of Sport Psychology*, 17, 10-22.

GUTHRIE, S. R. and CASTELNUOVO, S. (1994). The significance of body image in psychosocial development and en embodying feminist perspectives. En D. M. COSTA

y S. R. GUTHRIE (ed.): *Women and Sport. Interdisciplinary Perspectives*. Champaign (USA), Human Kinetics.

HALL, E. G.; DURBOROW, B. y PROGEN, J. L. (1986). Self-esteem of female athletes and nonathletes relative to sex role type and sport type. *Sex Roles*, 15 (7/8), 379-390.

HALL, M. A. (1981). *Sport, sex roles and sex identity*. Canadian Research Institute for the Advancement of Women, Ottawa.

HALL, M. A. (1990). How should we theorize gender in the context of sport? In M. A. MESSNER y D. F. SABO (Eds.): *Sport, men and the gender order*. Champaign, Human Kinetics.

HARAHOUSOU-KABITSI, Y. S. y KABITSIS, C. N. (1995). Statistical evaluation of an inventory for assessing greek men's and women's attitudes toward women in sport. *International Journal of Sport Psychology*, 26, 398-412.

HARGREAVES, J. (1994). *Sporting females. Critical issues in the history and sociology of women's sports*. London, Routledge.

HARRIS, D.U. (1979). Female sport today: psychological considerations. *Journal of Sport Psychology*, 10 (3), 168-172.

HARRIS, D. U. (1980). Femininity and athleticism: Conflict or consonance. En D. SABO y R. RUNFOLA (Eds.): *Jock: Sport and Male Identity*. Englewood Cliffs, NJ: Prentice-Hall

HARRIS, D. U. (1987). The female athlete. En J. R. MAY y M. J. ASKEN (Eds.): *Sport psychology: The psychological health of the athlete*. New York: PMA.

HARRIS, D. U. y JENNINGS, S. E. (1977). Self perceptions of female distance runners. *Annals of the New York Academy of Sciences*, 301, 808-815.

HARTMAN, S. J., GRIFFETH, R. W., CRINO, M. D. y HARRIS, O. J. (1991). Gender-based influences: the promotion recommendation. *Sex Roles*, 25 (5/6), 285-300.

HENDERSON, K. A., STALNAKER, D. y TAYLOR, G. (1988). The relationship between barriers to recreation and gender role personality traits for women. *Journal of Leisure Research*, 20, 69-80.

HENDRY, H. M. y BOYER, B. J. (1993). Gender differences in attributions for triathlon performance. *Sex Roles*, 29 (7/8), 527-543.

HIGGINSON, D. C. (1985). The influence of socializing agents in the female sport-participation process *Adolescence*, 20, (77), 73-82.

HILTON, J. L. y VON HIPPEL, W. (1996). Stereotypes. *Annual Review of Psychology*, 47; 237-271.

HOFFMAN, C. y HURST, N. (1990). Gender stereotypes: perception or rationalization? *Journal of Personality and Social Psychology*, 58 (2), 197-208.

HOGG, M. A. y ABRAMS, D. (1988). Social Identifications. A Social Psychology of intergroup relations and group processes. New York, Routledge.

HORNER, M. S. (1972). Toward an understanding of achievement related conflicts in women. *Journal of Social Issues*, 28, 157-176.

- HUDSON, J. L. (1994). It's mostly a matter of metric. En D. M. COSTA y S. R. GUTHRIE (ed.): *Women and Sport. Interdisciplinary Perspectives*. Champaign (USA), Human Kinetics.
- HUICI, C. y MOYA, M. C. (1996). Estereotipos. En J. F. MORALES, M. MOYA, E. REBOLLOSO, J. M. FERNANDEZ DOLS, C. HUICI, J. MARQUES, D. PAEZ, y J. A. PEREZ (Coord.): *Psicología Social*. Madrid, McGraw-Hill.
- HULT, J. S. (1994). The story of women's athletics: manipulating a dream 1890-1895. En D. M. COSTA y S. R. GUTHRIE (ed.): *Women and Sport. Interdisciplinary Perspectives*. Champaign (USA), Human Kinetics.
- HYDE, J. S. (1995). *Psicología del mujer. La otra mitad de la experiencia humana*. Madrid, Morata.
- IGNICO, A. A. (1990). The influence of gender-role perception on activity preferences of children. *Play and Culture*, 3 (4), 302-310.
- INSTITUTO DE LA MUJER (1990). *Mujer y Deporte*. Ministerio de Asuntos Sociales, Madrid.
- JACKSON, S. A. y HARSH, H. W. (1986). Athletic or antisocial? The female sport experience. *Journal of Sport Psychology*, 8, 198-211.
- JODRA, P. (1992). *Psicología aplicada al deporte. Manual práctico*. Madrid, Libros Penthalon.
- KANE, M. J. y SNYDER E. (1989). Sport typing: The social "containment" of women. *Arena Review*, 13, 77-96.

- KANG, L., GILL, D. L., ACEVEDO, D. O. y DEETER, T. E. (1990). Competitive orientations among athletes and nonathletes in Taiwan. *International Journal of Sport Psychology*, 21 (2), 146-157.
- KELLY, A. y SMAIL, B. (1986). Sex stereotypes and attitudes to science among eleven-year-old children. *British Journal of Educational Psychology*, 56, 158-168.
- KENNARD, J. y CARTER, J. M. (1994). In the beginning: the ancient and medieval worlds. En D. M. COSTA y S. R. GUTHRIE (ed.): *Women and Sport. Interdisciplinary Perspectives*. Champaign (USA), Human Kinetics.
- KERR, J. H. y VLAMINKX, J. (1997). Gender differences in the experience of risk. *Personality and Individual Differences*, 22 (2), 293-295.
- KLEIN, M. (1988). Women in the discourse of Sport Reports. *International Review for Sociology of Sport*, 23 (2), 139-152.
- KNOPPERS, A. (1994). Gender and the coaching profession. En S. BIRRELL y C. L. COLE (ed.): *Women, Sport and Culture*. Champaign (USA), Human Kinetics.
- KOIVULA, N. (1995). Ratings of gender appropriateness of sport participation: effects of gender-based schematic processing. *Sex Roles*, 33 (7/8), 543-557.
- LECUMBERRI, J. M. (1975). Actitud de la mujer ante el riesgo deportivo. III Congreso Mundial de la Sociedad Internacional de Psicología del Deporte. INEF, Madrid. Tomo 2, M-6 (1).
- LENNEY, E. (1977). Women's self-confidence in achievement settings. *Psychological Bulletin*, 84 (1), 1-13.

LIPMAN-BLUMEN, J.; HANDLEY-ISAKSEN, A. and LEAVITT, H. J. (1983). Achieving styles in men and women: a model, an instrument and some findings. En J. T. SPENCE (Ed.): *Achievement and achievement motives. Psychological and Sociological approaches*. San Francisco, W.H. Freeman and Company.

LIPS, H. M. (1992). Gender and science related attitudes as predictors of college students' academic choices. *Journal of Vocational Behavior*, 40, 62-81.

LIRGG, C. D. (1991). Gender Differences in Self-Confidence in Physical Activity: A Meta-Analysis of Recent Studies. *Journal of Sport & Exercise Psychology*, 8, 294-310.

LIRGG, C. D. (1992). Girls and women, sport and self-confidence. *Quest*, 44, 158-178.

LIRGG, C. D. CHASE, M. A. GEORGE, T. R. y FERGUSON, R. H. (1996). Impact of conception of ability and sex-type of task on male and female self-efficacy. *Journal of Sport & Exercise Psychology*, 18, 426-434.

LOPEZ, F. (1984). La adquisición del rol y la identidad sexual: función de la familia. *Infancia y Aprendizaje*, 26, 65-75.

LOPEZ, F. (1988). Adquisición y desarrollo de la identidad sexual y de género. En J. FERNANDEZ (Coord.): *Nuevas perspectivas en el desarrollo del sexo y el género*. Madrid, Pirámide.

LOPEZ SAEZ, M. (1994). Procesos culturales e individuales implicados en la estereotipia de género. Una aproximación empírica a la elección de carrera. *Revista de Psicología Social*, 9 (2), 213-230.

LOPEZ SAEZ, M. y MORALES, J. F. (1995). Estereotipos de género e identidad de género. En J. C. SANCHEZ y A. M. ULLAN (Compiladores): *Procesos psicológicos básicos y grupales*. Salamanca, Eudema.

LOPEZ SAEZ, M. (1995). *La elección de una carrera típicamente femenina o masculina desde una perspectiva psicosocial: La influencia del género*. Ministerio de Educación y Ciencia. Madrid.

LORENZI-CIOLDI, F. (1993). Après les genres: l'androgynie. *Aprendizaje. Revista de Psicología Social*, 8 (2), 153-162.

MACCOBY, E. y JACKLIN, C. (1974). *The psychology of sex differences*. Stanford, CA: Stanford University Press.

MARIN, M. (1988). Gender differences in sport and movement in Finland. *International Review for Sociology of Sport*, 23 (4), 345-359.

MARSH, H. W., BARNES, J., CAIRNS, L. y TIDMAN, M. (1994). Self-description questionnaire: age and sex effects in the structure and level of self-concept for preadolescent children. *Journal of Educational Psychology*, 76 (5), 940-956.

MARTENS, R. (1977). *Sport competition anxiety test*. Champaign, Human Kinetics.

MARTIN, J. J., ADAMS-MUSHETT, C. y SMITH, K. L. (1995). Athletic identity and sport orientation of adolescent swimmers with disabilities. *Adapted Physical Activity Quarterly*, 12 (2), 113-123.

MARTINEZ-BENLLOCH, I., BARBERA, E. y PASTOR, R. (1988). Medida de la masculinidad, feminidad y androginia psicológica. En J. FERNANDEZ (Coord.): *Nuevas perspectivas en el desarrollo del sexo y el género*. Madrid, Pirámide.

MARTINEZ GONZALEZ, A. (1987-1988). Adquisición del papel sexual en los niños: una revisión (1ª parte) *Cuadernos de Medicina Psicosomática* (4-5), 11-17.

MAYO, C. (1992). Problemas prácticos de la mujer deportista. En Instituto de la Mujer: *El ejercicio físico y la práctica deportiva de las mujeres*. Serie Debate, 12. Madrid.

McCLELLAND, D. C., ATKINSON, J. W., CLARK, R. A. y LOWELL, E. L. (1953). *The Achievement Motive*. Nueva York, Appleton – Century – Crofts.

McCLELLAND, D. C. (1961). *The achieving Society*. Princenton, N J: Van Nostrand.

McELROY, M. A. (1983). Parent-child relations and orientations toward sport. *Sex Roles*, 9 (10), 997-1004.

McELROY, M. A. y WILLIS, J. D. (1979). Women and the achievement conflict in sport: A preliminary study. *Journal of Sport Psychology*, 1, 241-247.

MESSNER, M. A. (1994). Sports and male domination: the female athlete as contested ideological terrain. En S. BIRRELL y C. L. COLE (ed.): *Women, Sport and Culture*. Champaign (USA), Human Kinetics.

METHENY, E. (1965). Symbolic form of movement: the feminine image in sports. En E. METHENY (Ed.): *Connotations of Movement in Sport and Dance*. Dubuque, Iowa, Brow Co.

MEYERS, M. C., LeUNES, A. y BOURGEOIS, A. E. (1996) Psychological skills assessment and athletic performance in collegiate rodeo athletes. *Journal of Sport Behavior*, 19 (2), 132-145.

MONEY, J. y EHRHARDT A. (1972). *Man and woman, boy and girl*. Baltimore: Johns Hopkins University Press.

MORALES, J. F. y LOPEZ, M. (1994). Estereotipos de género y valores. En Ministerio de Asuntos Sociales. Instituto de la Mujer: *Propuesta de un sistema de indicadores sociales de igualdad entre géneros..* Serie Estudios, 39. Madrid.

MORALES, J. F. y MOYA, M. C. (1996). *Tratado de Psicología Social: Procesos básicos*. Volumen I. Madrid, Síntesis Psicología.

MORALES, J. F., REBOLLOSO, E. y MOYA, M. C. (1996). Actitudes. En J. F. MORALES, M. MOYA, E. REBOLLOSO, J. M. FERNANDEZ DOLS, C. HUICI, J. MARQUES, D. PAEZ, y J. A. PEREZ (Coord.): *Psicología Social*. Madrid, McGraw-Hill.

MORRISON, L. L. (1993). Governance by women for women. En G. L. COHEN (ed.): *Women in Sport. Issues and Controversies*. Newbury Park (USA), Sage.

MOYA, M. C. (1985). Identidad, roles y estereotipos de género. *Revista de Psicología General y Aplicada*, 42 (3), 457-472.

MOYA, M. C. (1987). Atribución, éxito en la tarea y expectativas de rol sexual: una visión crítica del modelo de Deaux. *Revista de Psicología Social*, 2, 61-85.

MOYA, M. C. y PEREZ, C. (1988). Nuevas perspectivas en el estudio de los estereotipos de género. II Congreso Nacional de Psicología Social. Alicante.

MOYA, M. C. (1989). Categorías, estereotipos y cognición social. Taylor, S. E. et al.: Bases contextuales de la memoria de personas y de la estereotipia. *Revista de Psicología Social*, 4 (2), 185-190.

MOYA, M. C. (1990). Género, estereotipia y relaciones intergrupales. En: *La mujer en Andalucía (Actas Primer Encuentro Interdisciplinar de Estudios de la Mujer)* Vol I, 57-76.

MOYA, M. C., NAVAS, M. S. y GOMEZ, C. (1991). Escala sobre la ideología del rol sexual. Libro de Comunicaciones del III Congreso Nacional de Psicología Social. Santiago de Compostela, 554-556.

MOYA, M. C. (1993). Categorías de género: consecuencias cognitivas sobre la identidad. *Aprendizaje. Revista de Psicología Social*, 8 (2), 171-187.

MOYA, M. C. (1996). Efectos psicológicos sobre las víctimas del prejuicio. En J.F. MORALES y S. YUBERO (Eds.): *Del Prejuicio al Racismo: Perspectivas Psicosociales*. Cuenca. Universidad de Castilla – La Mancha.

MOYA, M. y GOMEZ, C. (1996). *Psicología y género: un análisis de la profesión*. Granada, Servicio de Publicaciones de la Universidad de Granada.

MUNNE I MATAMALA, F. (1989). Prejuicios, estereotipos y grupos sociales. En A. RODRIGUEZ y J. SEOANE (Coord.): *Creencias, Actitudes y Valores*. En J. MAYOR y J. L. PINILLOS (Coord.): *Tratado de Psicología General*. Madrid, Alhambra.

MURRAY, M. y MATHESON, H. (1993). Competition, perceived barriers to success. En G. L. COHEN (ed.): *Women in Sport. Issues and Controversies*. Newbury Park (USA), Sage.

MYERS, A. E. y LIPS, H. M. (1978). Participation in competitive amateur sports as a function of psychological androgyny. *Sex Roles*, 4, 571-578.

- NETO, F., WILLIAMS, J. E. y WIDNER, S. C. (1991). Portuguese children's knowledge of sex stereotypes: effects of age, gender and socioeconomic status. *Journal of Cross Cultural Psychology*, 22 (3), 376 - 388.
- NEWTON, M. y DUDA, J. L. (1993). Elite adolescent's achievement goals and beliefs concerning success in tennis. *Journal of Sport & Exercise Psychology*, 15, 437-448.
- NICHOLLS, J. G. (1984). Achievement motivation: conceptions of ability, subjective experience, task choice and performance. *Psychological Review*, 91 (3), 328-346.
- NICHOLLS, J. G., PATASHNKK, M. y BOBBITT NOLEN, S. (1985). Adolescents' theories of education. *Journal of Educational Psychology*, 77 (6), 683-692.
- NUÑEZ, T. y LOSCERTALES, F. (1995). Las conductas sexistas en la educación primaria. En M. T. VEGA y M. C. TABERNERO (Compiladoras): *Psicología Social de la Educación y de la Cultura, Ocio, Deporte y Turismo*. Salamanca, Eudema.
- ODIOZOLA, J. M. (1988). *Nutrición y Deporte*. Salamanca, Eudema.
- OLABARRIETA, E. (1993). *Deporte y Salud*. Bilbao, EROSKI.
- O'BRIEN, M. y HUSTON, A. C. (1985). Activity level and sex-stereotyped toy choice in toddler boys and girls. *The Journal of Genetic Psychology*, 146 (4), 527-533.
- OGLESBY, C. (1982). *Le sport et la femme. Du mythe à la réalité*. Paris, Vigot.
- OGLESBY, C. (1983). Interactions between gender identity and sport. En J. M. SILVA y R. S. WEINBERG (Eds.): *Psychological foundations of sport*. Champaign, Human Kinetics.

ORTEGA Y GASSET, J. (1966): *Origen Deportivo del Estado*. En Obras Completas, Madrid.

OSCA, A. y LOPEZ-SAEZ, M. (1994). Desarrollo de carrera y género. Factores que influyen en las diferencias entre hombres y mujeres. *Psicología del Trabajo y Organizaciones*, 10 (28), 73-85.

PARK, R.J. (1994). From genteel diversions to bruising peg: active pastimes, exercise and sports for female in late 17th and 18th century Europe. En D. M. COSTA y S. R. GUTHRIE (ed.): *Women and Sport. Interdisciplinary Perspectives*. Champaign (USA), Human Kinetics.

PELAEZ, M. J. (1992). Análisis de la situación de la mujer en el deporte universitario. En Instituto de la Mujer: *El ejercicio físico y la práctica deportiva de las mujeres*. Serie Debate, 12. Madrid.

PEREZ CASTILLO, M. (Coord.), RAMOS, L. A., MERCHANT, A. L., GUZMAN, M., BARRERA, J. y GONZALEZ, M. (1996). Hábitos de salud e higiene en la actividad física. *Aprendo Aprendes. Revista de Comunicación Educativa*, 2, 79-98. CEP Antequera. Consejería de Educación y Ciencia. Málaga.

PEREZ-PEREIRA, M. (1991). The acquisition of gender: what spanish children tell us. *Journal Child Lang*, 18, 571-590.

PETRUZZELLO, S. J. y CORBIN, C. B. (1988). The effects of performance feedback on female self-confidence. *Journal of Sport & Exercise Psychology*, 10, 174-183.

PIERNAVIEJA, M. (1985). Depuesto, deporte, prehistoria de una palabra. *Ciencia y Deporte*, 1 y 2.

- PRATS, M., GARCIA, M. D. y CANOVES, G. (1995). *Las mujeres y el uso del tiempo*. Ministerio de Asuntos Sociales. Instituto de la Mujer. Serie Estudios, 41. Madrid.
- PUIG, N. (1986). El deporte y los estereotipos femeninos. *Revista de Occidente*, 62-63 (7-8), 71-84.
- ¿QUIEN TIENE EL MEJOR CUERPO PARA EL DEPORTE?. *Revista COLORS N° 10*. 1995.
- RAINEY, D. W., CONKLIN, W. E. y RAINEY, K. W. (1987). Competitive trait anxiety among male and female junior high school athletes. *International Journal of Sport Psychology*, 18, 171-179.
- RIERA, J. y CRUZ, J. (1991). *Psicología del Deporte. Aplicaciones y Perspectivas*. Barcelona, Martinez Roca.
- RIORDAN, J. y JINXIA, D. (1996). Chinese women and sport: success sexuality and suspicion. *The China Quarterly*, 145, 130-152.
- ROTTER, J. B. (1966). Generalized expectancies for internal versus external control of reinforcement. *Psychological Monographs*, 80 (609), 1-28.
- RUBIO, M. D. y CHAMORRO, M. (1993). Mujer y deporte. En J. F. MARCOS (ed.): *La salud del deportista*. Madrid, MUSCLE, S.A. Rafael Santonja.
- RYCKMAN, R. M., ROBBINS, M. A., THORNTON, B. Y CANTRELL, P. (1982). Development and validation of a physical self-efficacy scale. *Journal of Personality and Social Psychology*, 42 (5), 891-900.

- SABO, D. y JANSEN, S. C. (1992). Images of men in sport media. The social reproduction of gender order. En S. CRAIG (ed.): *Men, Masculinity and the media*. Newbury Park (USA) Sage.
- SAINZ, M. (1988). Juventud y Deporte en las sociedades avanzadas. En Instituto de la Juventud: *Juventud y Deporte. Revista de Estudios de Juventud*. 32. Madrid.
- SAINZ, M. (1988). A la salud por el deporte. En Instituto de la Juventud: *Juventud y Deporte. Revista de Estudios de Juventud*, 32. Madrid.
- SALINAS, L. (1994). La construcción social del cuerpo. *Revista Española de Investigaciones Sociológicas*, 68, 85-96.
- SAN MARTIN, L. (1985). Esquema o instrumento de psicología aplicada al hombre en el estado que denominamos de deportista. Tercer Congreso Mundial de la Sociedad Internacional de Psicología del Deporte. Tomo 3.
- SANCHEZ, M. B. (1995). Patrones de actividad física en una muestra española. *Revista de Psicología del Deporte*, 7-8, 51-72.
- SANGRADOR, J. L. (1996). *Identidades, actitudes y estereotipos en la España de las autonomías*. Madrid. CIS. Centro de Investigaciones Sociológicas. Opiniones y Actitudes, 10.
- SEBASTIAN, J. y AGUIÑIGA, C. (1988). La androginia psicológica: un acercamiento definicional. En J. FERNANDEZ (Coord.): *Nuevas perspectivas en el desarrollo del sexo y el género*. Madrid, Pirámide.
- SHAMAI, S. (1994). Possibilities and limitations of a gender stereotypes intervention program. *Adolescence*, 29 (115), 665-680.

- SHAVELSON, R. J., HUBNER, J. J. y STANTON, G. C. (1976). Self-concept: Validation of construct interpretations. *Review of Educational Research*, 46, 407-441.
- SIGNORELLA, M. L., BIGLER, R. S. y LIBEN, L. S. (1993). Developmental differences in children's gender schemata about others: a meta-analytic review. *Developmental Review*, 13, 147-183.
- SKEVINGTON, S. y BAKER, D. (1989). Social Identity Theory. En S. SKEVINGTON y D. BAKER (Ed.): *The social identity of women*. London, Sage.
- SONSTROEM, R. J. (1978). Physical estimation and attraction scales: rationale and research. *Medicine and Science in Sport*, 10 (2) 97-102.
- SONSTROEM, R. J., HARLOW, L. L. y JOSEPHS, L. (1994). Exercise and self-esteem: validity of model expansion and exercise associations. *Journal of Sport & Exercise Psychology*, 16 (1), 29-42.
- SOUSA, E. y LEYENS, J. P. (1987). A priori vs. spontaneous model of attributions: the case of gender and achievement. *British Journal of Social Psychology*, 26, 281-292.
- SPANGENBERG, J. J. y LATEGAN, T. P. (1993). Coping, androgyny and attributional style. *South African Journal Psychology*, 23 (4), 195-203.
- SPENCE, J. T., HELMREICH, R. L. y STAPP, J. (1974). The personality Attributes Questionnaire: A measure of sex role stereotypes and masculinity-femininity. *JSAS. Catalog of Selected Documents in Psychology*, 4, 127.

SPENCE, J. T., HELMREICH, R. L. y STAPP, J. (1975). Rating of self and personality on sex role attributes and their relation to self-esteem and conceptions of masculinity and femininity. *Journal of Personality and Social Psychology*, 32, 29-39.

SPENCE, J. T. y HELMREICH, R. L. (1983). Achievement related motives and behaviors. En J. T. SPENCE (Ed.): *Achievement and achievement motives. Psychological and Sociological approaches*. San Francisco, W.H. Freeman and Company.

SPENCE, J. T. y SAWIN, L. L. (1985). Images of masculinity and femininity: a reconceptualization. En V. E. O'LEARY, R. K. UNGER y B. S. WALLSTON (Ed.): *Women, Gender and Social Psychology*. London, Lawrence Erlbaum Associates, Publishers.

SPINK, K. S. (1995). Cohesion and intention to participate of female sport team athletes. *Journal of Sport & Exercise Psychology*, 17, 416-427.

STEVENS, G., GARDNER, S. y BARTON, E. (1984). Factor analyses of two attitudes toward gender role questionnaire. *Journal of Personality Assessment*, 48 (3), 312-316.

SUBIRATS, M. (1991). La educación como perpetuadora de un sistema de desigualdad: la transmisión de estereotipos en el sistema escolar. *Infancia y Sociedad*, 10, 43-52.

SUTHERLAND, E. y VEROFF, J. (1985). Achievement motivation and sex roles. En V. E. O'LEARY, R. K. UNGER y B. S. WALLSTON (Ed.): *Women, Gender and Social Psychology*. London, Lawrence Erlbaum Associates, Publishers.

TAJFEL, H. (1978). *Differentiation between Social Groups: Studies in the Social Psychology of Intergroup Relations*. London, Academic Press.

TAJFEL, H. y TURNER, J. (1979). An integrative theory of intergroup conflict. En W. H. AUSTIN y S. WORCHEL (eds.): *The Social Psychology of Intergroup Relations*. Monterey, CA, Brooks-Cole.

TALBOT, M. (1988). Understanding the relationship between women and sport. *International Review for Sociology of Sport*, 23 (1), 31-42.

THEBERGE, N. (1993). The construction of gender in sport: women, coaching and the naturalization of difference. *Social Problems*, 40 (3), 301-313.

THEBERGE, N. y BIRRELL, S. (1994). The sociological study of women and sport. En D. M. COSTA y S. R. GUTHRIE (ed.): *Women and Sport. Interdisciplinary Perspectives*. Champaign (USA), Human Kinetics.

THEBERGE, N. y BIRRELL, S. (1994). Structural constraints facing women in sport. En D. M. COSTA y S. R. GUTHRIE (ed.): *Women and Sport. Interdisciplinary Perspectives*. Champaign (USA), Human Kinetics.

THEBERGE, N. (1994). Toward a feminist alternative to sport as a male preserve. En S. BIRRELL y C. L. COLE (ed.): *Women, Sport and culture*. Champaign (USA), Human Kinetics.

THEBERGE, N. y CRONK, A. (1994). Work routines in newspaper sports departments and the coverage of women's sports. En S. BIRRELL y C. L. COLE (ed.): *Women, Sport and Culture*. Champaign (USA), Human Kinetics.

- THEBERGE, N. (1995). Gender, sport and the construction of community: a case study from women's ice hockey. *Sociology of Sport Journal*, 12, 389-402.
- TURNER, J. C. (1996). Introducción. El campo de la Psicología Social. En J. F. MORALES, M. MOYA, E. REBOLLOSO, J. M FERNANDEZ-DOLS, C. HUICI, J. MARQUES, D. PAEZ y J. A. PEREZ (Eds.): *Psicología social*. McGraw-Hill, Madrid.
- USSHER, J. (1991). *La psicología del cuerpo femenino*. Madrid, Arias Montano Editores.
- VALLERAND, R. J., PELLETIER, L. G., BLAIS, M. R., BRIERE, N. M., SENECA, C. y VALLIERES, E. F. (1992). The academic motivation scale: a measure of intrinsic, extrinsic and amotivation in education. *Educational and Psychological Measurement*, 52, 1003-1017.
- VARGAS, A., LLEDO, E., BENGOCHEA, M., MEDIAVILLA, M., RUBIO, I., MARCO, A. y ALARIO, C. (1998). *Lo femenino y lo masculino en el Diccionario de la lengua de la Real Academia Española*. Madrid, Instituto de la Mujer.
- VAZQUEZ, B. (1987). Educación física para la mujer. Mitos, tradiciones y doctrina actual. En Instituto de la Mujer: *Mujer y Deporte*. Serie Debate, 3. Madrid.
- VAZQUEZ, B. (1991). La niña y el deporte: la motivación para el deporte y los valores de la niña. *Infancia y Sociedad*, 10, 79-92.
- VAZQUEZ, B. (1992). Educación física para la mujer. Mitos, tradiciones y doctrina actual. En Instituto de la Mujer: *Mujer y Deporte*. Serie Debate, 12. Madrid.
- VAZQUEZ, B. (1992). La presencia de la mujer en el deporte español. *Revista Cuerpo en Acción (revista deportiva de Instituciones Penitenciarias)*, 3, 18-23.

- VAZQUEZ, B. (1993). *Actitudes y prácticas deportivas de las mujeres españolas*. Ministerio de Asuntos Sociales. Instituto de la Mujer. Madrid.
- VEALEY, R. S. (1988). Sport-confidence and competitive orientation: An addendum on scoring procedures and gender differences. *Journal of Sport & Exercise Psychology*, 10, 471-478.
- VERTINSKY, P. (1994). Women, sport and exercise in the 19th century. En D. M. COSTA y S. R. GUTHRIE (ed.): *Women and Sport. Interdisciplinary Perspectives*. Champaign (USA), Human Kinetics.
- WANN, D. L. y HAMLET, M. A. (1995). Author and subject gender in sports research. *International Journal of Sport Psychology*, 26, 225-232.
- WARD, C. (1990). Gender stereotyping in singaporean children. *International Journal of Behavioral Development*, 13 (3), 309- 315.
- WARK, K. A. y WITTING, A. (1979). Sex role and sport competition anxiety. *Journal of Sport Psychology*, 1, 248-250.
- WEISS, M. R. y BARBER, H. (1995). Socialization influences of collegiate female athletes: a tale of two decade. *Sex Roles*, 33 (1-2), 129-140.
- WELCH, P. y COSTA, D.M. (1994). A century of olympic competition. En D. M. COSTA y S. R. GUTHRIE (ed.): *Women and Sport. Interdisciplinary Perspectives*. Champaign (USA), Human Kinetics.

- WELLS, C. L. (1992). El ejercicio durante el embarazo. En C. L. WELLS (ed.): *Mujeres, Deporte y Rendimiento (Perspectiva fisiológica)*. Vol.1. Barcelona, Paidotribo.
- WHITE, S. A. (1993). The effect of gender and age on causal attribution in softball players. *International Journal of Sport Psychology*, 24, 49-58.
- WHITE, S. A. y DUDA, J. L. (1994). The relationship of gender, level of sport involvement, and participation motivation to task and ego orientation. *International Journal of Sport Psychology*, 25, 4-18.
- WHITE, S. A. y ZELLNER, S. R. (1996). The relationship between goal orientation, beliefs about the causes of sport success, and trait anxiety among high school intercollegiate, and recreational sport participants. *The Sport Psychologist*, 10, 58-72.
- WILLIAMS, J. A. (1984). Gender and intergroup behaviour: toward an integration. *British Journal of Social Psychology*, 23, 311-316.
- WILLIAMS, J. A. y GILES, H. (1978). The changing status of women in society: an intergroup perspective. En H. TAJFEL (ed.): *Differentiation between Social Groups: Studies in the Social Psychology of Intergroup Relations*. London, Academic Press.
- WRISBERG, C. A. y DRAPER, M. V. (1988). Sex, sex role orientation and the cohesion of intercollegiate basketball teams. *Journal of Sport Behavior*, 11 (1), 45-54.
- YAMBOR, J. y CONNELLY, D. (1991). Issues confronting female sport psychology consultants working with male student athletes. *The Sport Psychologist*, 5, 304-312.

YINGER, H. (1984). Posición, rol y rol internalizado. En J. R. TORREGROSA y E. CRESPO (ed.): *Estudios básicos de Psicología Social*. Barcelona, Biblioteca HORA. Centro de Investigaciones Sociológicas.

ZAHAROPOULOS, E. y HODGE, K. P. (1991). Self-concept and sport participation. *New Zealand Journal of Psychology*, 20, 12-16.

ZARAGOZA, F. (1990-1991). La adolescencia femenina y el deporte. *INFAD. Psicología de la Infancia y la Adolescencia*, 3-4, 89-93.

ANEXOS.

CUESTIONARIO UTILIZADO EN EL ESTUDIO PILOTO:

EDAD: _____ años

SEXO: _____ varón
 _____ mujer

CURSO: _____

A continuación te presentamos un cuestionario **ANONIMO** sobre prácticas deportivas. Por favor, contesta a **TODAS** las preguntas. Esto no es un examen, no hay respuestas verdaderas o falsas, ni buenas o malas. Lo que nos interesa es conocer tu opinión **SINCERA**.

Si hay algo que no entiendas no dudes en preguntarlo.

MUCHAS GRACIAS POR TU COLABORACION

1. ¿Practicas deporte? (Señala con una cruz)

_____ SI
 _____ NO

2. Si has contestado que si, di: ¿qué deporte o deportes practicas?

3. Cuántas horas semanales dedicas a la práctica deportiva?

En el colegio o instituto: _____ horas

Fuera del colegio: * En clubs o asociaciones _____ horas

* En escuelas deportivas _____ horas

* Por mi cuenta con los amigos _____ horas

* Otros _____

4. Por favor, indica a continuación todas las consecuencias que según tú tendría para **UN CHICO** de tu edad la práctica habitual de algún deporte (por ejemplo, atletismo, fútbol, natación, etc.)

1. _____
2. _____
3. _____
4. _____
5. _____
6. _____
7. _____

5. Igualmente, indica a continuación las consecuencias que según tú tendría para **UNA CHICA** de tu edad la práctica habitual de algún deporte.

1. _____
2. _____
3. _____
4. _____
5. _____
6. _____
7. _____

6. Indica a continuación todas las personas cercanas a ti cuya opinión tú consideras importante en relación con que practiques o no deporte habitualmente. Por favor, indica el tipo de relación que tienes con esas personas (por ejemplo, "padre", "madre", "hermana", etc.).

CUESTIONARIO UTILIZADO EN EL ESTUDIO PRINCIPAL
FORMATO PARA VARONES.

El Departamento de Psicología Social y Metodología de las Ciencias del Comportamiento de la Universidad de Granada está realizando una investigación sobre factores relacionados con las prácticas deportivas.

En relación a esta investigación, a continuación te presentamos una serie de cuestionarios **ANONIMOS**. Por favor, contesta a **TODAS** las preguntas. Esto no es un examen, no hay respuestas verdaderas o falsas, ni buenas o malas. Lo que nos interesa es conocer tu opinión **SINCERA**.

Estamos interesados en continuar el estudio en años posteriores, pero a la vez quisiéramos que se mantuviera el anonimato de los participantes. Por esta razón, cada uno de vosotros tendrá un código de seis dígitos que sólo vosotros conoceréis. Para construir dicho código procede de la siguiente manera:

* Escribe en los siguientes espacios el día del mes en el que naciste (Por ejemplo: si naciste el 6 de Enero escribe 06): __ __

* Ahora escribe las dos últimas cifras del número de tu casa (Por ejemplo: si el número es 125 escribiré el 25, si el número es el 34 escribiré el 34 y si es el 7 escribiré el 07): __ __

* Por último, escribe en dos cifras el mes en el que naciste (Por ejemplo, enero sería 01): __ __

Ahora escribe debajo las seis cifras en el orden en el que se te han solicitado:

Código ____ _

Si hay algo que no entiendas no dudes en preguntarlo.

MUCHAS GRACIAS POR TU COLABORACION

1. Por favor, rellena los siguientes datos poniendo tu edad en número y señalando con una cruz los demás datos según corresponda:

EDAD: _____ años

SEXO: _____ varón _____ mujer

ESTUDIOS DEL PADRE: _____ Primarios
 _____ Medios
 _____ Universitarios

ESTUDIOS DE LA MADRE: _____ Primarios
 _____ Medios
 _____ Universitarios

OCUPACION DEL PADRE: _____

OCUPACION DE LA MADRE: _____

2. De la siguiente lista de deportes señala los que practicas, rodeando con un círculo la alternativa elegida:

	todos los días	varias veces a la semana	varias veces al mes	una vez al mes	menos de una vez al mes	solo en vacaciones
Aerobic	1	2	3	4	5	6
Atletismo	1	2	3	4	5	6
Badmington	1	2	3	4	5	6
Baloncesto	1	2	3	4	5	6
Balonmano	1	2	3	4	5	6
Beisbol	1	2	3	4	5	6
Bicicleta	1	2	3	4	5	6
Caza/Pesca	1	2	3	4	5	6
Culturismo	1	2	3	4	5	6
Danza	1	2	3	4	5	6
Esgrima	1	2	3	4	5	6
Esquí	1	2	3	4	5	6
Footing/correr	1	2	3	4	5	6
Frontón	1	2	3	4	5	6
Fútbol/F. Sala	1	2	3	4	5	6
Gimnasia	1	2	3	4	5	6
Golf	1	2	3	4	5	6
Halterofilia	1	2	3	4	5	6
Hípica	1	2	3	4	5	6
Hockey hierba/patines	1	2	3	4	5	6
Judo/Karate/Taekwondo	1	2	3	4	5	6
Lucha	1	2	3	4	5	6
Montañismo	1	2	3	4	5	6
Motociclismo	1	2	3	4	5	6
Musculación	1	2	3	4	5	6
Natación	1	2	3	4	5	6
Parapente	1	2	3	4	5	6
Patinaje	1	2	3	4	5	6
Petanca	1	2	3	4	5	6
Piragüismo	1	2	3	4	5	6
Rugby	1	2	3	4	5	6
Squas	1	2	3	4	5	6
Submarinismo	1	2	3	4	5	6
Tenis	1	2	3	4	5	6
Tenis de Mesa	1	2	3	4	5	6
Tiro arco/olímpico	1	2	3	4	5	6
Vela/Windsurf	1	2	3	4	5	6
Voleibol	1	2	3	4	5	6
Otros ¿cual?_____	1	2	3	4	5	6

3. ¿Qué otras personas de tu familia más cercana practican deporte? Señala con una cruz.

PADRE	<input type="checkbox"/>	SI	<input type="checkbox"/>	NO
MADRE	<input type="checkbox"/>	SI	<input type="checkbox"/>	NO
HERMANO/S	<input type="checkbox"/>	SI	<input type="checkbox"/>	NO
HERMANA/S	<input type="checkbox"/>	SI	<input type="checkbox"/>	NO

4. ¿Te gusta ver deporte en televisión? Señala con una cruz.

SI NO

5. ¿Con qué frecuencia ves deporte por televisión? Rodea con un círculo el número que corresponda.

Nada	Poco	Algo	Bastante	Mucho
1	2	3	4	5

6. ¿Asistes a competiciones deportivas en directo tales como partidos de futbol, tenis, baloncesto, etc.? Contesta rodeando con un círculo el número que corresponda a las veces que sueles asistir.

Nunca	Varias veces en mi vida	Una vez al año	Varias veces al año	Una vez al mes	Varias veces al mes	Una vez por semana
1	2	3	4	5	6	7

7. ¿Cuánto de tu tiempo libre estás dispuesto a emplear en practicar deporte durante el próximo año? Contesta señalando con una cruz en el espacio que corresponda.

Todo mi tiempo libre
 Una buena parte de mi tiempo libre
 La mitad de mi tiempo libre
 Una pequeña parte de mi tiempo libre
 Nada

8. ¿Cuántos días a la semana tienes intención de practicar deporte en el próximo año? Rodea con un círculo el número de días.

Número de días: 0 1 2 3 4 5 6 7

9. ¿Cuántas horas tienes intención de dedicar al deporte por día? Rodea con un círculo el número de horas.

Número de horas: 1 2 3 4 5 6

10. Practicar deporte puede tener una serie de consecuencias positivas. De las consecuencias que se indican a continuación, rodea con un círculo el número que mejor exprese tu grado de acuerdo o desacuerdo.

Por ejemplo: Si tu crees que practicar deporte mejora tu salud, tienes que rodear con un círculo el número 5. Si por el contrario, crees que no mejora tu salud sino que la perjudica, entonces tienes que rodear con un círculo el número 1. Y si crees que ni mejora ni perjudica tu salud, rodea el número 3. Los números 2 y 4 son para opiniones intermedias que se acercan a un extremo u otro.

PRACTICANDO DEPORTE:	Muy en desacuerdo	En desa- cuerdo	Ni acuerdo ni desacuerdo	De acuerdo	Muy de acuerdo
Mejora mi salud	1	2	3	4	5
Aumenta mi fuerza, resistencia, flexib. etc.	1	2	3	4	5
Me divierto	1	2	3	4	5
Conozco nuevos amigos	1	2	3	4	5
Me ayuda a sentirme bien conmigo mismo	1	2	3	4	5
Mejora mi aspecto físico	1	2	3	4	5
Me relaja	1	2	3	4	5
Adelgazo	1	2	3	4	5
Me hace estar lejos de tabaco, drogas, etc.	1	2	3	4	5
Puede ser una salida profesional	1	2	3	4	5
Me proporciona un gran bienestar	1	2	3	4	5

11. Asimismo, practicar deporte también puede tener una serie de consecuencias negativas. Nos gustaría saber también en qué medida estás de acuerdo o no con las siguientes consecuencias. Contesta de la misma forma que en el ejercicio anterior

LA PRACTICA DEPORTIVA:	Muy en desacuerdo	En desacuerdo	Ni acuerdo ni desacuerdo	De acuerdo	Muy de acuerdo
Puede provocarme lesiones	1	2	3	4	5
Me hace perder el tiempo	1	2	3	4	5
Me produce agujetas	1	2	3	4	5
Supone mucho esfuerzo y sacrificio	1	2	3	4	5
Es costoso económicamente	1	2	3	4	5
Disminuye mi rendimiento en el estudio	1	2	3	4	5
Se puede convertir en una obsesión	1	2	3	4	5
Está mal visto	1	2	3	4	5
Puede ser malo si no estoy acostumbrado	1	2	3	4	5
Es antiestético	1	2	3	4	5

12. A continuación nos gustaría saber tu opinión acerca de lo positivo o negativo que consideras para ti cada uno de los aspectos que te mencionamos a continuación.

Por ejemplo: Si para ti mejorar la salud es algo muy positivo debes rodear con un círculo el número 5. Si es negativo entonces debes rodear el número 1. Y si no es ni positivo ni negativo debes rodear el número 3. Los números 2 y 4 son para expresar opiniones intermedias que se acerquen a uno y otro extremo.

PARA MI ES:	Muy negativo	Negativo	ni positivo ni negativo	Positivo	Muy positivo
Mejorar mi salud	1	2	3	4	5
Aumentar fuerza, resistencia, flexib. etc.	1	2	3	4	5
Divertirme	1	2	3	4	5
Conocer nuevos amigos	1	2	3	4	5
Sentirme bien conmigo mismo	1	2	3	4	5
Mejorar mi aspecto físico	1	2	3	4	5
Relajarme	1	2	3	4	5
Adelgazar	1	2	3	4	5
Estar lejos de tabaco, drogas, etc.	1	2	3	4	5
El deporte como salida profesional	1	2	3	4	5

13. Igualmente queremos saber tu opinión sobre lo positivo o negativo que consideras para ti los siguientes aspectos. Contesta igual que en el ejercicio anterior:

PARA MI ES:	Muy negativo	Negativo	Ni positivo ni negativo	Positivo	Muy positivo
Tener lesiones	1	2	3	4	5
Perder el tiempo haciendo deporte	1	2	3	4	5
Tener agujetas	1	2	3	4	5
Dedicar mucho esfuerzo y sacrificio	1	2	3	4	5
Gastar dinero en actividades deportivas	1	2	3	4	5
Disminuir el rendimiento escolar	1	2	3	4	5
Que el deporte se convierta en una obsesión	1	2	3	4	5
Que el deporte esté mal visto	1	2	3	4	5
Que pueda ser malo si no estoy acostumbrado	1	2	3	4	5
Que sea antiestético	1	2	3	4	5

14. ¿Cómo de importante tu crees que es para las siguientes personas que tu practiques deporte? Rodea con un círculo.

Por ejemplo: Si tu crees que tu padre da mucha importancia a que tu hagas deporte, entonces tienes que rodear con un círculo el número 5. Si por el contrario, no está nada de acuerdo con que tu hagas deporte, el círculo lo debes poner en el número 1. Si es indiferente en el 3. Y los valores intermedios 2 y 4, si la opinión se aproxima a un extremo o a otro.

i	Nada importante	Poco importante	Indiferente	Algo importante	Muy importante
PADRE	1	2	3	4	5
MADRE	1	2	3	4	5
HERMANOS/AS	1	2	3	4	5
AMIGOS/AS	1	2	3	4	5
PROFESORES	1	2	3	4	5
OTROS _____	1	2	3	4	5

(Especifica quien)

15. ¿Hasta qué punto es importante para ti la opinión de las siguientes personas?. Señala con un círculo.

Por ejemplo: Si para ti la opinión de tu padre es muy importante señalarías el 5. Si no es nada importante, señalarías el 1. Si la opinión de tu padre es indiferente para ti señalarías un 3. Y los valores intermedios 2 y 4, según se aproxime el grado de importancia a un extremo o a otro.

	Nada importante	Poco importante	Indiferente	Algo importante	Muy importante
PADRE	1	2	3	4	5
MADRE	1	2	3	4	5
HERMANOS/AS	1	2	3	4	5
AMIGOS/AS	1	2	3	4	5
PROFESORES	1	2	3	4	5
OTROS _____	1	2	3	4	5

(Especifica quien)

16. Contesta a las siguientes preguntas de la misma forma que has hecho antes, rodeando con un círculo el número que corresponda con tu opinión.

Por ejemplo: Si te consideras muy bueno en el deporte rodea con un círculo el número 5. Si te consideras muy malo señala el número 1 y si te consideras ni bueno ni malo, señala el 3. Los números 2 y 4 corresponden a las opiniones intermedias.

	Nada bueno 1	2	Ni bueno ni malo 3	4	Muy bueno 5
-¿Cómo de bueno eres en el deporte? -----	1	2	3	4	5
-¿Cómo de bueno eres en el deporte en comparación con otras asignaturas -----	1	2	3	4	5
-¿Cómo de bueno eres en el deporte en comparación con otras personas de tu mismo sexo? -----	1	2	3	4	5
-¿Cómo de bueno eres en el deporte en comparación con otras personas del sexo contrario? -----	1	2	3	4	5
-¿Cómo de bueno crees que serás en el deporte en el futuro? -----	1	2	3	4	5
-¿Las personas que te rodean te consideran bueno en el deporte? -----	1	2	3	4	5

17. Sigue contestando utilizando el mismo sistema que antes.

	Nada 1	Poco 2	Indiferente 3	Algo 4	Mucho 5			
-¿En qué medida es útil para ti realizar actividades deportivas de cara a cumplir las metas que deseas alcanzar cuando seas adulto?				1	2	3	4	5

- ¿Cómo de alto es para ti el coste de hacer deporte?(Por coste podemos entender tiempo, energía, no poder hacer otras cosas que nos gustan, etc.)
- | | | | | | |
|--|---|---|---|---|---|
| | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
|--|---|---|---|---|---|
- ¿En qué medida el deporte te aporta recompensas inmediatas (bienestar, diversión, reconocimiento de los demás, etc.)
- | | | | | | |
|--|---|---|---|---|---|
| | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
|--|---|---|---|---|---|
- ¿En qué medida el deporte cubre tus necesidades y valores personales, esto es, te permite ser o parecerse al tipo de persona que a ti te gustaría ser?
- | | | | | | |
|--|---|---|---|---|---|
| | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
|--|---|---|---|---|---|

18. Contesta siguiendo el mismo sistema.

Muy malos	Malos	Ni buenos ni malos	Buenos	Muy buenos
1	2	3	4	5

- ¿Cómo son los recuerdos que guardas de los momentos en los que has practicado deporte a lo largo de tu vida?
- | | | | | | |
|--|---|---|---|---|---|
| | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
|--|---|---|---|---|---|
- ¿Cómo son los recuerdos de las personas con las que has practicado deporte? (amigos, profesores, entrenadores, etc.)
- | | | | | | |
|--|---|---|---|---|---|
| | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
|--|---|---|---|---|---|

19. De las cuatro alternativas que aparecen a continuación, piensa en qué es lo más importante para ti cuando participas en algún juego deportivo. Coloca el número 1 en la alternativa que has elegido como más importante y el número 2 en la alternativa que piensas que es lo segundo más importante.

- Vencer a tu oponente o al otro equipo _____
- Jugar lo mejor que puedas _____
- Jugar limpio _____
- Que todos los miembros del equipo jueguen _____

20. Lee los siguientes enunciados y rodea con un círculo un número del 1 al 5, según tu consideres que estás muy de acuerdo, muy en desacuerdo, indiferente o alguna postura intermedia.

	Muy en desacuerdo	En desa- desacuerdo	Indiferente	De acuerdo	Muy de acuerdo
a. Me considero un deportista	1	2	3	4	5
b. Tengo muchas metas relacionadas con el deporte	1	2	3	4	5
c. Muchos de mis amigos/as son deportistas	1	2	3	4	5
d. El deporte constituye la parte más importante de mi vida	1	2	3	4	5
e. Yo paso más tiempo pensando en el deporte que en ninguna otra cosa	1	2	3	4	5
f. Otra gente me ve a mi principalmente como un atleta	1	2	3	4	5
g. Me siento mal conmigo mismo cuando tengo una actuación pobre en el deporte	1	2	3	4	5

- h. El deporte es la única cosa importante en mi vida 1 2 3 4 5
- i. Estaría muy deprimido si tuviera una lesión y no pudiera competir en el deporte 1 2 3 4 5

21. Podrías decirme si estás muy de acuerdo, de acuerdo, en desacuerdo o muy en desacuerdo con las siguientes afirmaciones que se oyen frecuentemente:

	Muy en desacuerdo	En desacuerdo	Indiferente	De acuerdo	Muy de acuerdo
a. El deporte es cosa de hombres -----	1	2	3	4	5
b. La práctica deportiva intensa masculiniza a la mujer -----	1	2	3	4	5
c. La práctica deportiva de las mujeres perjudica su maternidad -----	1	2	3	4	5
d. La mujer no está naturalmente dotada para el deporte -----	1	2	3	4	5
e. La mujer no tiene interés por el deporte -----	1	2	3	4	5
f. La mujer debe hacer deporte recreativo pero no de competición -----	1	2	3	4	5
g. A la mujer le va mejor la gimnasia que el deporte -----	1	2	3	4	5
h. Con un entrenamiento temprano y dedicación las mujeres alcanzan los mismos niveles deportivos que los hombres -----	1	2	3	4	5
i. Se deben rechazar para la mujer aquellos deportes que exijan esfuerzos intensos o contactos físicos violentos como el rugby, fútbol, boxeo, etc. -----	1	2	3	4	5
j. La mujer debe hacer ejercicio físico pensando sobre todo en la maternidad -----	1	2	3	4	5
k. La práctica de la gimnasia refuerza ciertas características consideradas tradicionalmente femeninas como: gracia, flexibilidad, etc.-----	1	2	3	4	5
l. El marido debe compartir las tareas domésticas de forma que la mujer tenga más tiempo libre para otras actividades como: ir al gimnasio, hacer deporte, etc. 1	1	2	3	4	5

22. Por favor, lee los siguientes enunciados y rodea con un círculo el número que corresponde a la respuesta que más se adecúe a lo que tu piensas.

Puntuaciones: 1 - Muy en desacuerdo

2 - En desacuerdo

3 - Indeciso/indiferente

4 - De acuerdo
5 - Muy de acuerdo

- | | |
|--|-----------|
| 1. Las mujeres deberían participar en actividades físicas que requieran gracia y belleza | 1 2 3 4 5 |
| 2. Yo creo que las mujeres deberían recibir menos dinero en premios que los hombres | 1 2 3 4 5 |
| 3. Yo creo que debería haber más retransmisiones televisivas de los deportes femeninos | 1 2 3 4 5 |
| 4. Yo creo que el deporte debería ser una parte importante de la vida de la mujer | 1 2 3 4 5 |
| 5. Me gusta ver a las mujeres siendo altamente competitivas en el deporte | 1 2 3 4 5 |
| 6. Yo creo que el entrenamiento físico se debería fomentar en las mujeres | 1 2 3 4 5 |
| 7. El lugar de una mujer está en la casa no en los centros deportivos | 1 2 3 4 5 |
| 8. Yo creo que las mujeres deportistas están a menudo inadaptadas en la sociedad | 1 2 3 4 5 |
| 9. Yo creo que las mujeres no deberían tomar parte en el deporte de alta competición | 1 2 3 4 5 |
| 10. Yo no pondría inconveniente a mi esposa/novia en que dedicara dos tardes a la semana a hacer deporte | 1 2 3 4 5 |
| 11. Yo creo que debería haber más estímulo para que las amas de casa participen en actividades físicas | 1 2 3 4 5 |
| 12. El ejercicio extremo es bueno para las mujeres | 1 2 3 4 5 |
| 13. Yo creo que debería haber más comentaristas femeninos en el deporte | 1 2 3 4 5 |
| 14. Yo creo que las mujeres deportistas competitivas a menudo pierden su feminidad | 1 2 3 4 5 |

23. A continuación verás una serie de enunciados que expresan opiniones relacionadas con los roles de hombres y de mujeres. Te pedimos que leas cada enunciado atentamente y que luego lo evalúes de acuerdo con la siguiente escala:

1 10 20 30 40 50 60 70 80 90 100

Totalmente de acuerdo	Ni de acuerdo ni en desacuerdo	Totalmente en desacuerdo
-----------------------	--------------------------------	--------------------------

- | | |
|--|-------|
| 1. Aunque a algunas mujeres les guste trabajar fuera del hogar, debería ser responsabilidad última del hombre suministrar el sostén económico a su familia | _____ |
| 2. Es natural que hombres y mujeres desempeñen diferentes tareas | _____ |
| 3. Si un niño está enfermo y ambos padres están trabajando debe ser generalmente la madre quien pida permiso en el trabajo para cuidarlo | _____ |
| 4. Es mejor que una madre intente lograr seguridad animando a su marido en el trabajo que poniéndose delante de él con su propia carrera | _____ |
| 5. Es más importante para una mujer que para un hombre llegar virgen al matrimonio | _____ |

CUESTIONARIO UTILIZADO EN EL ESTUDIO PRINCIPAL.
FORMATO PARA MUJERES.

El Departamento de Psicología Social y Metodología de las Ciencias del Comportamiento de la Universidad de Granada está realizando una investigación sobre factores relacionados con las prácticas deportivas.

En relación a esta investigación, a continuación te presentamos una serie de cuestionarios **ANONIMOS**. Por favor, contesta a **TODAS** las preguntas. Esto no es un examen, no hay respuestas verdaderas o falsas, ni buenas o malas. Lo que nos interesa es conocer tu opinión **SINCERA**.

Estamos interesados en continuar el estudio en años posteriores, pero a la vez quisiéramos que se mantuviera el anonimato de los participantes. Por esta razón, cada uno de vosotros tendrá un código de seis dígitos que sólo vosotros conoceréis. Para construir dicho código procede de la siguiente manera:

* Escribe en los siguientes espacios el día del mes en el que naciste (Por ejemplo: si naciste el 6 de Enero escribe 06): __ __

* Ahora escribe las dos últimas cifras del número de tu casa (Por ejemplo: si el número es 125 escribiré el 25, si el número es el 34 escribiré el 34 y si es el 7 escribiré el 07): __ __

* Por último, escribe en dos cifras el mes en el que naciste (Por ejemplo, enero sería 01): __ __

Ahora escribe debajo las seis cifras en el orden en el que se te han solicitado:

Código __ __ __ __ __ __

Si hay algo que no entiendas no dudes en preguntarlo.

MUCHAS GRACIAS POR TU COLABORACION

1. Por favor, rellena los siguientes datos poniendo tu edad en número y señalando con una cruz los demás datos según corresponda:

EDAD: _____ años

SEXO: _____ varón _____ mujer

ESTUDIOS DEL PADRE: _____ Primarios
 _____ Medios
 _____ Universitarios

ESTUDIOS DE LA MADRE: _____ Primarios
 _____ Medios
 _____ Universitarios

OCUPACION DEL PADRE: _____

OCUPACION DE LA MADRE: _____

2. De la siguiente lista de deportes señala los que practicas, rodeando con un círculo la alternativa elegida:

	todos los días	varias veces a la semana	varias veces al mes	una vez al mes	menos de una vez al mes	solo en vacaciones
Aerobic	1	2	3	4	5	6
Atletismo	1	2	3	4	5	6
Badmington	1	2	3	4	5	6
Baloncesto	1	2	3	4	5	6
Balonmano	1	2	3	4	5	6
Beisbol	1	2	3	4	5	6
Bicicleta	1	2	3	4	5	6
Caza/Pesca	1	2	3	4	5	6
Culturismo	1	2	3	4	5	6
Danza	1	2	3	4	5	6
Esgrima	1	2	3	4	5	6
Esquí	1	2	3	4	5	6
Footing/correr	1	2	3	4	5	6
Frontón	1	2	3	4	5	6
Fútbol/F. Sala	1	2	3	4	5	6
Gimnasia	1	2	3	4	5	6
Golf	1	2	3	4	5	6
Halterofilia	1	2	3	4	5	6
Hípica	1	2	3	4	5	6
Hockey hierba/patines	1	2	3	4	5	6
Judo/Karate/Taekwondo	1	2	3	4	5	6
Lucha	1	2	3	4	5	6
Montañismo	1	2	3	4	5	6
Motociclismo	1	2	3	4	5	6
Musculación	1	2	3	4	5	6
Natación	1	2	3	4	5	6
Parapente	1	2	3	4	5	6
Patinaje	1	2	3	4	5	6
Petanca	1	2	3	4	5	6
Piragüismo	1	2	3	4	5	6
Rugby	1	2	3	4	5	6
Squas	1	2	3	4	5	6
Submarinismo	1	2	3	4	5	6
Tenis	1	2	3	4	5	6
Tenis de Mesa	1	2	3	4	5	6
Tiro arco/olímpico	1	2	3	4	5	6
Vela/Windsurf	1	2	3	4	5	6
Voleibol	1	2	3	4	5	6
Otros ¿cual? _____	1	2	3	4	5	6

3. ¿Qué otras personas de tu familia más cercana practican deporte? Señala con una cruz.

PADRE SI NO
 MADRE SI NO
 HERMANO/S SI NO
 HERMANA/S SI NO

4. ¿Te gusta ver deporte en televisión? Señala con una cruz.

SI NO

5. ¿Con qué frecuencia ves deporte por televisión? Rodea con un círculo el número que corresponda.

Nada Poco Algo Bastante Mucho
 1 2 3 4 5

6. ¿Asistes a competiciones deportivas en directo tales como partidos de futbol, tenis, baloncesto, etc.? Contesta rodeando con un círculo el número que corresponda a las veces que sueles asistir.

Nunca	Varias veces en mi vida	Una vez al año	Varias veces al año	Una vez al mes	Varias veces al mes	Una vez por semana
1	2	3	4	5	6	7

7. ¿Cuánto de tu tiempo libre estás dispuesto a emplear en practicar deporte durante el próximo año?

Contesta señalando con una cruz en el espacio que corresponda.

Todo mi tiempo libre
 Una buena parte de mi tiempo libre
 La mitad de mi tiempo libre
 Una pequeña parte de mi tiempo libre
 Nada

8. ¿Cuántos días a la semana tienes intención de practicar deporte en el próximo año? Rodea con un círculo el número de días.

Número de días: 0 1 2 3 4 5 6 7

9. ¿Cuántas horas tienes intención de dedicar al deporte por día? Rodea con un círculo el número de horas.

Número de horas: 1 2 3 4 5 6

10. Practicar deporte puede tener una serie de consecuencias positivas. De las consecuencias que se indican a continuación, rodea con un círculo el número que mejor exprese tu grado de acuerdo o desacuerdo.

Por ejemplo: Si tu crees que practicar deporte mejora tu salud, tienes que rodear con un círculo el número 5. Si por el contrario, crees que no mejora tu salud sino que la perjudica, entonces tienes que rodear con un círculo el número 1. Y si crees que ni mejora ni perjudica tu salud, rodea el número 3. Los números 2 y 4 son para opiniones intermedias que se acercan a un extremo u otro.

PRACTICANDO DEPORTE:	Muy en desacuerdo	En desa- cuerdo	Ni acuerdo ni desacuerdo	De acuerdo	Muy de ac. ac.
Mejora mi salud	1	2	3	4	5
Aumenta mi fuerza, resistencia, flexib. etc.	1	2	3	4	5
Me divierto	1	2	3	4	5
Conozco nuevos amigos	1	2	3	4	5
Me ayuda a sentirme bien conmigo misma	1	2	3	4	5
Mejora mi aspecto físico	1	2	3	4	5
Me relaja	1	2	3	4	5
Adelgazo	1	2	3	4	5
Me hace estar lejos de tabaco, drogas, etc.	1	2	3	4	5
Puede ser una salida profesional	1	2	3	4	5
Me proporciona un gran bienestar	1	2	3	4	5

11. Asimismo, practicar deporte también puede tener una serie de consecuencias negativas. Nos gustaría saber también en qué medida estás de acuerdo o no con las siguientes consecuencias. Contesta de la misma forma que en el ejercicio anterior

LA PRACTICA DEPORTIVA:	Muy en desacuerdo	En desacuerdo	Ni acuerdo ni desacuerdo	De acuerdo	Muy de acuerdo
Puede provocarme lesiones	1	2	3	4	5
Me hace perder el tiempo	1	2	3	4	5
Me produce agujetas	1	2	3	4	5
Supone mucho esfuerzo y sacrificio	1	2	3	4	5
Es costoso económicamente	1	2	3	4	5
Disminuye mi rendimiento en el estudio	1	2	3	4	5
Se puede convertir en una obsesión	1	2	3	4	5
Está mal visto	1	2	3	4	5
Puede ser malo si no estoy acostumbrada	1	2	3	4	5
Es antiestético	1	2	3	4	5

12. A continuación nos gustaría saber tu opinión acerca de lo positivo o negativo que consideras para ti cada uno de los aspectos que te mencionamos a continuación.

Por ejemplo: Si para ti mejorar la salud es algo muy positivo debes rodear con un círculo el número 5. Si es negativo entonces debes rodear el número 1. Y si no es ni positivo ni negativo debes rodear el número 3. Los números 2 y 4 son para expresar opiniones intermedias que se acerquen a uno y otro extremo.

PARA MI ES:	Muy negativo	Negativo	ni positivo ni negativo	Positivo	Muy positivo
Mejorar mi salud	1	2	3	4	5
Aumentar fuerza, resistencia, flexib. etc.	1	2	3	4	5
Divertirme	1	2	3	4	5
Conocer nuevos amigos	1	2	3	4	5
Sentirme bien conmigo misma	1	2	3	4	5
Mejorar mi aspecto físico	1	2	3	4	5
Relajarme	1	2	3	4	5
Adelgazar	1	2	3	4	5
Estar lejos de tabaco, drogas, etc.	1	2	3	4	5
El deporte como salida profesional	1	2	3	4	5

13. Igualmente queremos saber tu opinión sobre lo positivo o negativo que consideras para ti los siguientes aspectos. Contesta igual que en el ejercicio anterior:

PARA MI ES:	Muy negativo	Negativo	Ni positivo ni negativo	Positivo	Muy positivo
Tener lesiones	1	2	3	4	5
Perder el tiempo haciendo deporte	1	2	3	4	5
Tener agujetas	1	2	3	4	5
Dedicar mucho esfuerzo y sacrificio	1	2	3	4	5
Gastar dinero en actividades deportivas	1	2	3	4	5
Disminuir el rendimiento escolar	1	2	3	4	5
Que el deporte se convierta en una obsesión	1	2	3	4	5
Que el deporte esté mal visto	1	2	3	4	5
Que pueda ser malo si no estoy acostumbrada	1	2	3	4	5
Que sea antiestético	1	2	3	4	5

14. ¿Cómo de importante tu crees que es para las siguientes personas que tu practiques deporte? Rodea con un círculo.

Por ejemplo: Si tu crees que tu padre da mucha importancia a que tu hagas deporte, entonces tienes que rodear con un círculo el número 5. Si por el contrario, no está nada de acuerdo con que tu hagas deporte, el círculo lo debes poner en el número 1. Si es indiferente en el 3. Y los valores intermedios 2 y 4, si la opinión se aproxima a un extremo o a otro.

i	Nada importante	Poco importante	Indiferente	Algo importante	Muy importante
PADRE	1	2	3	4	5
MADRE	1	2	3	4	5
HERMANOS/AS	1	2	3	4	5
AMIGOS/AS	1	2	3	4	5
PROFESORES	1	2	3	4	5
OTROS _____	1	2	3	4	5
(Especifica quien)					

15. ¿Hasta qué punto es importante para ti la opinión de las siguientes personas?. Señala con un círculo.

Por ejemplo: Si para ti la opinión de tu padre es muy importante señalarías el 5. Si no es nada importante, señalarías el 1. Si la opinión de tu padre es indiferente para ti señalarías un 3. Y los valores intermedios 2 y 4, según se aproxime el grado de importancia a un extremo o a otro.

	Nada importante	Poco importante	Indiferente	Algo importante	Muy importante
PADRE	1	2	3	4	5
MADRE	1	2	3	4	5
HERMANOS/AS	1	2	3	4	5
AMIGOS/AS	1	2	3	4	5
PROFESORES	1	2	3	4	5
OTROS _____	1	2	3	4	5

(Especifica quien)

16. Contesta a las siguientes preguntas de la misma forma que has hecho antes, rodeando con un círculo el número que corresponda con tu opinión.

Por ejemplo: Si te consideras muy buena en el deporte rodea con un círculo el número 5. Si te consideras muy mala señala el número 1 y si te consideras ni buena ni mala, señala el 3. Los números 2 y 4 corresponden a las opiniones intermedias.

	Nada buena 1	2	Ni buena ni mala 3	4	Muy buena 5
-¿Cómo de buena eres en el deporte? -----	1	2	3	4	5
-¿Cómo de buena eres en el deporte en comparación con otras asignaturas -----	1	2	3	4	5
-¿Cómo de buena eres en el deporte en comparación con otras personas de tu mismo sexo? -----	1	2	3	4	5
-¿Cómo de buena eres en el deporte en comparación con otras personas del sexo Contrario? -----	1	2	3	4	5
-¿Cómo de buena crees que serás en el deporte en el futuro? -----	1	2	3	4	5
-¿Las personas que te rodean te consideran buena en el deporte? -----	1	2	3	4	5

17. Sigue contestando utilizando el mismo sistema que antes.

	Nada	Poco	Indiferente	Algo	Mucho
	1	2	3	4	5

-¿En qué medida es útil para ti realizar

actividades deportivas de cara a cumplir las metas que deseas alcanzar cuando seas adulta?	1	2	3	4	5
-¿Cómo de alto es para ti el coste de hacer deporte?(Por coste podemos entender tiempo, energía, no poder hacer otras cosas que nos gustan, etc.)	1	2	3	4	5
-¿En qué medida el deporte te aporta recompensas inmediatas (bienestar, diversión, reconocimiento de los demás, etc.)	1	2	3	4	5
-¿En qué medida el deporte cubre tus necesidades y valores personales, esto es, te permite ser o parecerte al tipo de persona que a ti te gustaría ser?	1	2	3	4	5

18. Contesta siguiendo el mismo sistema.

Muy malos	Malos	Ni buenos ni malos	Buenos	Muy buenos	
1	2	3	4	5	
-¿Cómo son los recuerdos que guardas de los momentos en los que has practicado deporte a lo largo de tu vida?	1	2	3	4	5
-¿Cómo son los recuerdos de las personas con las que has practicado deporte? (amigos, profesores, entrenadores, etc.)	1	2	3	4	5

19. De las cuatro alternativas que aparecen a continuación, piensa en qué es lo más importante para ti cuando participas en algún juego deportivo. Coloca el número 1 en la alternativa que has elegido como más importante y el número 2 en la alternativa que piensas que es lo segundo más importante.

- Vencer a tu oponente o al otro equipo _____
- Jugar lo mejor que puedas _____
- Jugar limpio _____
- Que todos los miembros del equipo jueguen _____

20. Lee los siguientes enunciados y rodea con un círculo un número del 1 al 5, según tu consideres que estás muy de acuerdo, muy en desacuerdo, indiferente o alguna postura intermedia.

	Muy en desacuerdo	En desa- desacuerdo	Indiferente	De acuerdo	Muy de acuerdo
a. Me considero una deportista	1	2	3	4	5
b. Tengo muchas metas relacionadas con el deporte	1	2	3	4	5
c. Muchos de mis amigos/as son deportistas	1	2	3	4	5
d. El deporte constituye la parte más importante de mi vida	1	2	3	4	5
e. Yo paso más tiempo pensando en el deporte que en ninguna otra cosa	1	2	3	4	5
f. Otra gente me ve a mi principalmente como	1	2	3	4	5

una atleta	1	2	3	4	5
g. Me siento mal conmigo misma cuando tengo una actuación pobre en el deporte	1	2	3	4	5
h. El deporte es la única cosa importante en mi vida	1	2	3	4	5
i. Estaría muy deprimida si tuviera una lesión y no pudiera competir en el deporte	1	2	3	4	5

21. Podrías decirme si estás muy de acuerdo, de acuerdo, en desacuerdo o muy en desacuerdo con las siguientes afirmaciones que se oyen frecuentemente:

	Muy en desacuerdo	En desacuerdo	Indiferente	De acuerdo	Muy de acuerdo
a. El deporte es cosa de hombres -----	1	2	3	4	5
b. La práctica deportiva intensa masculiniza a la mujer -----	1	2	3	4	5
c. La práctica deportiva de las mujeres perjudica su maternidad -----	1	2	3	4	5
d. La mujer no está naturalmente dotada para el deporte -----	1	2	3	4	5
e. La mujer no tiene interés por el deporte -----	1	2	3	4	5
f. La mujer debe hacer deporte recreativo pero no de competición -----	1	2	3	4	5
g. A la mujer le va mejor la gimnasia que el deporte -----	1	2	3	4	5
h. Con un entrenamiento temprano y dedicación las mujeres alcanzan los mismos niveles deportivos que los hombres -----	1	2	3	4	5
i. Se deben rechazar para la mujer aquellos deportes que exijan esfuerzos intensos o contactos físicos violentos como el rugby, fútbol, boxeo, etc. -----	1	2	3	4	5
j. La mujer debe hacer ejercicio físico pensando sobre todo en la maternidad -----	1	2	3	4	5
k. La práctica de la gimnasia refuerza ciertas características consideradas tradicionalmente femeninas como: gracia, flexibilidad, etc.-----	1	2	3	4	5
l. El marido debe compartir las tareas domésticas de forma que la mujer tenga más tiempo libre para otras actividades como: ir al gimnasio, hacer deporte, etc. 1	1	2	3	4	5

22. Por favor, lee los siguientes enunciados y rodea con un círculo el número que corresponde a la respuesta que más se adecúe a lo que tu piensas.

Puntuaciones: 1 - Muy en desacuerdo

2 - En desacuerdo

3 - Indeciso/indiferente

4 - De acuerdo

5 - Muy de acuerdo

1. Las mujeres deberían participar en actividades físicas que requieran gracia y belleza	1	2	3	4	5
2. Yo creo que las mujeres deberían recibir menos dinero en premios que los hombres	1	2	3	4	5
3. Yo creo que debería haber más retransmisiones televisivas de los deportes femeninos	1	2	3	4	5
4. Yo creo que el entrenamiento físico se debería fomentar en las mujeres	1	2	3	4	5
5. El lugar de una mujer está en la casa no en los centros deportivos	1	2	3	4	5
6. Yo creo que las mujeres deportistas están a menudo inadaptadas en la sociedad	1	2	3	4	5
7. Yo creo que las mujeres no deberían tomar parte en el deporte de alta competición	1	2	3	4	5
8. Yo creo que el deporte es una prioridad menor en la mayoría de las mujeres que en la mayoría de los hombres	1	2	3	4	5
9. Yo creo que las mujeres deportistas competitivas a menudo pierden su feminidad	1	2	3	4	5

23. A continuación verás una serie de enunciados que expresan opiniones relacionadas con los roles de hombres y de mujeres. Te pedimos que leas cada enunciado atentamente y que luego lo evalúes de acuerdo con la siguiente escala:

1 10 20 30 40 50 60 70 80 90 100

Totalmente de acuerdo	Ni de acuerdo ni en desacuerdo	Totalmente en desacuerdo
-----------------------	--------------------------------	--------------------------

- | | |
|--|-------|
| 1. Aunque a algunas mujeres les guste trabajar fuera del hogar, debería ser responsabilidad última del hombre suministrar el sostén económico a su familia | _____ |
| 2. Es natural que hombres y mujeres desempeñen diferentes tareas | _____ |
| 3. Si un niño está enfermo y ambos padres están trabajando debe ser generalmente la madre quien pida permiso en el trabajo para cuidarlo | _____ |
| 4. Es mejor que una madre intente lograr seguridad animando a su marido en el trabajo que poniéndose delante de él con su propia carrera | _____ |
| 5. Es más importante para una mujer que para un hombre llegar virgen al matrimonio | _____ |
| 6. La relación ideal entre marido y esposa es la de interdependencia, en la cual el hombre ayuda a la mujer con su soporte económico y ella satisface sus necesidades domésticas y emocionales | _____ |
| 7. Es más apropiado que una madre y no un padre cambie los | _____ |

