

## Influencia de los «otros significativos» en la Actividad Física de los Niños

**Dra. Dña. Marta Montil Jiménez**  
Profesora de la Facultad de Ciencias de la Actividad Física y del Deporte  
Universidad Europea de Madrid

**Dra. Dña. M<sup>o</sup> Isabel Barriopedro Moro**  
Profesora de la Facultad de Ciencias de la Actividad Física y del Deporte  
Universidad Europea de Madrid

**D. Jesús Oliván Mallén**  
Profesor de la Facultad de Ciencias de la Actividad Física y del Deporte  
Universidad Europea de Madrid

### RESUMEN

**Existen diferentes modelos** para el análisis de los determinantes de las conductas de la actividad física. En población infantil, numerosos autores han utilizado el modelo Socio-Cognitivo de Taylor y col. (1994) para indagar los determinantes de la conducta de actividad física. Este estudio pretende analizar si existen diferencias significativas en los diferentes componentes del modelo Socio-Cognitivo entre los sujetos que cumplen las de ejercicio físico para la salud y los que no las cumplen. Una muestra de 345 sujetos con edades comprendidas entre los 10 y los 13 años cumplimentaron, por una parte, un cuestionario y por otra un diario de actividad física donde registraron los tiempos de práctica. Los resultados no mostraron diferencias en influencia de modelo, apoyo social e influencia social en función del nivel de práctica de actividad física.

Palabras clave: determinantes, actividad física, población infantil, componentes de influencia.

**Palabras clave:** determinantes, actividad física, población infantil, componentes de influencia

## INTRODUCCIÓN.

De todos es sabido lo importante que es la actividad física y como contribuye a la mejora de la calidad de vida y a la salud. Esta calidad de vida va a estar ligada al entorno social en el que se desarrolla la persona. La familia, y en concreto padres y madres, se pueden considerar como los agentes socializadores más importantes a la hora de estimular la participación deportiva de sus hijos e hijas (Mota y Queirós, 1996). En edades tempranas, los agentes sociales primarios como la familia, la escuela y los amigos y ciertas características propias del individuo, como la auto-estima y la motivación son fundamentales en la determinación del comportamiento (McPherson, Curtis y Loy, 1989).

Podemos encontrar estudios en los que se tienen en cuenta los diferentes componentes de la influencia de los «otros significativos» descritos por Taylor y col. (1994): influencia del modelo, apoyo social e influencia social. Existen diferentes estudios en los que se constata la influencia positiva del papel de los modelos que ejercen los padres (Andersen y Wold, 1992; Casimiro, 1999; García Ferrando, 1993; Godin y Shephard, 1986; Freedson y Evenson, 1991; Mendoza y col., 1994; Moore y col., 1991; Perrier Corporation, 1984; Sallis y Nader, 1988; Stucky-Ropp y DiLorenzo, 1993; Torre, 2002; Yang y col. 1996).

Por otra parte, en el contexto de la familia y de la actividad física, el apoyo social puede tomar una variedad de formas: por ejemplo, la información que dan los padres sobre la actividad física, dialogar con los hijos sobre la actividad física, acompañar al niño a las instalaciones, ofrecerse a realizar ejercicio con ellos, etc. La ayuda directa de los padres, como organizar actividades físicas (Anderssen y Wold, 1992), el acceso a los lugares de práctica o transporte (García y col., 1995; Hoefler y col., 2001; Sallis y col., 1992; Sallis y col., 1993; Sallis y col., 1992a; Sport Council, 1993; Zakarian y col., 1994), están positivamente relacionados con la actividad física entre niños jóvenes y mayores. La accesibilidad al equipamiento también se ha relacionado positivamente con la actividad física entre preadolescentes y adolescentes (Butcher, 1985; Stucky-Ropp y DiLorenzo, 1993).

Los padres pueden también ejercer una influencia social directa sobre la actividad física del niño a través del reforzamiento positivo, negativo, la presión, o la promoción o inhibición de la actividad física. Pocos estudios claramente conceptualizan cómo actúan los padres en esta influencia social para que los niños sean más o menos activos (Klesges y col., 1984, 1986 y 1990; McKenzie y col., 1991).



Otro aspecto a tener en cuenta, es que a medida que avanzan los años, la influencia familiar puede ser menor y la importancia relativa de los determinantes puede cambiar durante el tiempo (Casimiro, 1999; DiLorenzo y col., 1998), siendo el rol de los amigos en la adolescencia más importante (Eccles, 1999). Algunas investigaciones han sugerido que los niveles de actividad de los niños pueden incrementarse no sólo por la influencia de los padres y de los hermanos, sino también por la de los amigos (Fox, 1988; Gottlieb y Chen, 1985; Greendorfer y Lewko 1978; Greenockle, Lee y Lomax, 1990; Gregson y Colley, 1986; Lewko y Greendorfer, 1988; Mason, 1995; Reynolds y col., 1990)

El objetivo general del presente estudio fue analizar si existen diferencias significativas en la influencia de modelo, apoyo social e influencia social entre los sujetos que cumplen la recomendación (7 días, 60 minutos) más exigente de actividad para obtener beneficios en la salud (Biddle y col., 1998) y los que no la cumplen.

## MÉTODO

### Muestra

En este estudio participaron 345 sujetos con edades comprendidas entre los 10 y los 13 años (11,29 0,57) de colegios públicos y privados del oeste metropolitano de la Comunidad Autónoma de Madrid. Parte de estos sujetos, 235, cumplieron un diario de actividades a lo largo de una semana.

## Instrumentos

Los niños cumplimentaron, por una parte, un cuestionario y por otra un diario de actividad física donde los sujetos registraron los tiempos de práctica. La influencia del modelo, el apoyo social y la influencia social de los «otros significativos» propuestos como determinantes de la conducta de actividad física desde el Modelo Socio-Cognitivo de Taylor y col. (1994), se evaluó mediante un conjunto de preguntas adaptadas del cuestionario de Aznar (1998) basadas en el cuestionario de Influencias de Taylor y col. (1994) y de McMurray y col. (1993). Para la medición del grado en que los sujetos perciben las diferentes actitudes y conductas expresadas en los ítems se utilizó una escala tipo Likert con un número par de opciones (de seis opciones de respuesta).

## Diseño y Procedimiento

Se realizó una encuesta transversal en la que se procedió a la aplicación colectiva del cuestionario y se instruyó a los sujetos para la cumplimentación del diario de actividad.

## RESULTADOS

Los datos fueron analizados mediante el programa estadístico SPSS v.11.5. Cada una de las dimensiones

de influencia del modelo, apoyo social e influencia social fue sometida a un análisis multivariado de varianza (MANOVA). El criterio utilizado para medir las diferencias multivariantes fue la Traza de Pillai, ya que parece el más robusto cuando los tamaños de los grupos son diferentes o bien cuando sus varianzas no son iguales (Hair y col., 1998). Las variables independientes utilizadas fueron el cumplimiento de la recomendación 7 días 60 minutos y el género.

A continuación se presentarán los análisis de las dos dimensiones evaluadas para la influencia del modelo. En la Tabla 1 se presentan los análisis descriptivos del grado en que los sujetos percibían que otras personas significativas practicaban actividad física. No se obtuvo un efecto significativo del grado de cumplimiento de la recomendación ( $F_{4,173} < 1$ ) pero sí del género ( $F_{4,173} = 2,76; p < 0,05$ ). Tanto en el caso del padre, como de los amigos, los niños perciben que éstos realizan más actividad de la que perciben las niñas ( $F_{1,176} = 3,93; p < 0,05$  y  $F_{1,176} = 4,69; p < 0,05$  respectivamente), por el contrario son las niñas las que perciben a sus madres como más activas de lo que las perciben los niños ( $F_{1,176} = 4,34; p < 0,05$ ). Por último, no se observó efecto de la interacción entre el cumplimiento de la recomendación y el género sobre las variables dependientes consideradas ( $F_{4,173} < 1$ ).

GÉNERO	RECOMENDACIONES	7-60'	PADRE	MADRE	HERMANOS	AMIGOS
- NIÑO	- No cumplen	Media (SD) n	3,30 (1,42) 63	2,57 (1,32) 63	4,13 (1,34) 63	4,98 (1,07) 63
	- Cumplen	Media (SD) n	3,00 (1,44) 24	2,87 (1,39) 24	4,37 (1,21) 24	4,87 (1,15) 24
	- Total	Media (SD) n	3,21 (1,42) 87	2,65 (1,34) 87	4,19 (1,30) 87	4,95 (1,08) 87
- NIÑA	- No cumplen	Media (SD) n	3,54 (1,45) 82	3,02 (1,34) 82	4,16 (1,36) 82	4,33 (1,18) 82
	- Cumplen	Media (SD) n	3,91 (1,45) 11	3,54 (1,37) 11	4,27 (1,35) 11	4,54 (1,13) 11
	- Total	Media (SD) n	3,58 (1,45) 93	3,09 (1,35) 93	4,17 (1,35) 93	4,35 (1,17) 93
- TOTAL	- No cumplen	Media (SD) n	3,43 (1,44) 145	2,82 (1,35) 145	4,14 (1,34) 145	4,61 (1,17) 145
	- Cumplen	Media (SD) n	3,29 (1,49) 35	3,08 (1,40) 35	4,34 (1,23) 35	4,77 (1,14) 35
	- Total	Media (SD) n	3,40 (1,44) 180	2,88 (1,36) 180	4,18 (1,32) 180	4,64 (1,16) 180

**Tabla 1.** Análisis descriptivos de la frecuencia con la que el sujeto percibe que los «otros significativos» hacen actividad física en función del género y del cumplimiento de la recomendación.

En la Tabla 2 se presentan los análisis descriptivos del grado en que los sujetos percibían que otras personas significativas practicaban actividad física con ellas. No se obtuvo un efecto significativo del grado de cumplimiento de la recomendación ( $F_{4,178} < 1$ ) pero si del género ( $F_{4,178} = 2,81$ ;  $p < 0,05$ ). Los niños perciben que sus amigos practican mas actividad con ellos de la que perciben las niñas ( $F_{1,181} = 10,58$ ;  $p < 0,05$ ). Por último, no se observó efecto de la interacción entre el cumplimiento de la recomendación y

personas significativas les ayudan a participar en deporte y actividad física en función del género y del cumplimiento de la recomendación. No se obtuvo un efecto significativo ni del grado de cumplimiento de la recomendación ( $F_{4,175} = 1,99$ ;  $p > 0,05$ ), ni del género ( $F_{4,175} = 1,17$ ;  $p > 0,05$ ), ni de su interacción ( $F_{1,175} = 1,46$ ;  $p > 0,05$ ).

A continuación se presentarán los análisis de las dos dimensiones evaluadas para la influencia social percibida. En la Tabla 5 se presentan los análisis des-

GÉNERO	RECOMENDACIONES	7-60'	PADRE	MADRE	HERMANOS	AMIGOS
- NIÑO	3,49 - No cumplen	4,86 (SD) n	(1,48) 63	(1,17) 63	(1,66) 63	(1,38) 63
	- Cumplen	Media (SD) n	2,77 (1,44) 22	2,09 (0,97) 22	3,40 (1,47) 22	4,86 (1,08) 22
	- Total	Media (SD) n	2,88 (1,47) 85	1,90 (1,12) 85	3,47 (1,61) 85	4,86 (1,30) 85
	- No cumplen	Media (SD) n	2,77 (1,30) 89	2,38 (1,31) 89	3,22 (1,45) 89	4,31 (1,34) 89
- NIÑA	- Cumplen	Media (SD) n	3,00 (1,34) 11	2,45 (1,03) 11	3,27 (1,42) 11	4,09 (1,70) 11
	- Total	Media (SD) n	2,80 (1,30) 100	2,39 (1,28) 100	3,23 (1,54) 100	4,29 (1,37) 100
	- No cumplen	Media (SD) n	2,83 (1,38) 152	2,16 (1,28) 152	3,33 (1,54) 152	4,54 (1,37) 152
	- Total	Media (SD) n	2,85 (1,39) 33	2,21 (0,99) 33	3,36 (1,43) 33	4,61 (1,34) 33
- TOTAL	- Cumplen	Media (SD) n	2,84 (1,38) 185	2,17 (1,23) 185	3,34 (1,52) 185	4,55 (1,37) 185
	- Total	Media (SD) n	2,85 (1,39) 33	2,21 (0,99) 33	3,36 (1,43) 33	4,61 (1,34) 33

**Tabla 2.** Análisis descriptivos de la frecuencia con la que el sujeto percibe que los «otros significativos» hacen actividad física con ellos en función del género y del cumplimiento de la recomendación.

el genero sobre las variables dependientes consideradas ( $F_{4,178} < 1$ ).

A continuación se presentarán los análisis de las dos dimensiones evaluadas para el apoyo social percibido. En la Tabla 3 se presentan los análisis descriptivos del grado en que los sujetos percibían que otras personas significativas le llevan o acompañan a realizar actividad física en función del género y del cumplimiento de la recomendación. No se obtuvo un efecto significativo ni del grado de cumplimiento de la recomendación ( $F_{4,173} < 1$ ), ni del género ( $F_{4,171} = 1,38$ ;  $p > 0,05$ ), ni de su interacción ( $F_{1,171} = 2$ ;  $p > 0,05$ ).

En la Tabla 4 se presentan los análisis descriptivos del grado en que los sujetos percibían que otras

criptivos del grado en que los sujetos percibían que otras personas significativas les animan a realizar actividad física en función del género y del cumplimiento de la recomendación. No se obtuvo un efecto significativo ni del grado de cumplimiento de la recomendación ( $F_{4,176} < 1$ ), ni del género ( $F_{4,176} < 1$ ), ni de su interacción ( $F_{1,176} < 1$ ).

En la Tabla 6 se presentan los análisis descriptivos del grado en que los sujetos percibían que otras personas significativas les presionan para realizar actividad física en función del género y del cumplimiento de la recomendación. No se obtuvo un efecto significativo ni del grado de cumplimiento de la recomendación ( $F_{4,165} = 1,08$ ;  $p > 0,05$ ), ni del género ( $F_{4,165} = 1,18$ ;  $p > 0,05$ ), ni de su interacción ( $F_{1,165} < 1$ ).

GÉNERO	RECOMENDACIONES	7-60'	PADRE	MADRE	HERMANOS	AMIGOS
- NIÑO	- No cumplen	Media (SD) n 61	3,72 (1,78)	3,26 (1,88)	2,23 (1,72)	2,54 (1,65)
	- Cumplen	Media (SD) n 22	3,50 (1,71)	3,77 (1,85)	1,59 (1,18)	1,68 (0,94)
	- Total	Media (SD) n 83	3,66 (1,75)	3,40 (1,87)	2,06 (1,61)	2,31 (1,54)
- NIÑA	- No cumplen	Media (SD) n 85	3,76 (1,78)	3,75 (1,78)	2,36 (1,67)	2,26 (1,50)
	- Cumplen	Media (SD) n 10	4,60 (1,65)	4,40 (2,06)	2,40 (1,84)	3,00 (1,63)
	- Total	Media (SD) n 95	3,85 (1,78)	3,82 (1,81)	2,37 (1,68)	2,33 (1,52)
- TOTAL	- No cumplen	Media (SD) n 146	3,75 (1,78)	3,55 (1,83)	2,31 (1,69)	2,38 (1,56)
	- Cumplen	Media (SD) n 32	3,84 (1,74)	3,97 (1,91)	1,84 (1,44)	2,09 (1,33)
	- Total	Media (SD) n 178	3,76 (1,77)	3,62 (1,85)	2,22 (1,65)	2,32 (1,52)

**Tabla 3.** Análisis descriptivos de la frecuencia con la que el sujeto percibe que los «otros significativos» les llevan o acompañan a realizar actividad física en función del género y del cumplimiento de la recomendación.

GÉNERO	RECOMENDACIONES	7-60'	PADRE	MADRE	HERMANOS	AMIGOS
- NIÑO	- No cumplen	4,69 (1,70) 84	4,34 (1,84) 84	4,69 (1,70) 84	4,33 (1,75) 84	4,64 (1,46) 84
	- Cumplen	4,83 (1,55) 24	4,37 (1,81) 24	4,83 (1,55) 24	4,50 (1,67) 24	4,70 (1,52) 24
	- Total	4,73 (1,65) 88	4,35 (1,82) 88	4,73 (1,65) 88	4,37 (1,72) 88	4,66 (1,47) 88
- NIÑA	- No cumplen	5,28 (1,09) 84	5,36 (1,02) 84	5,28 (1,09) 84	4,64 (1,51) 84	5,02 (1,03) 84
	- Cumplen	4,90 (1,73) 10	4,40 (1,90) 10	4,90 (1,73) 10	5,40 (0,97) 10	5,10 (1,59) 10
	- Total	5,24 (1,17) 94	5,25 (1,17) 94	5,24 (1,17) 94	4,72 (1,48) 94	5,03 (1,09) 94
- TOTAL	- No cumplen	5,03 (1,41) 148	4,92 (1,52) 148	5,03 (1,41) 148	4,51 (1,62) 148	4,86 (1,24) 148
	- Cumplen	4,85 (1,58) 34	4,38 (1,81) 34	4,85 (1,58) 34	4,76 (1,54) 34	4,82 (1,53) 34
	- Total	4,99 (1,44) 182	4,82 (1,58) 182	4,99 (1,44) 182	4,55 (1,61) 182	4,85 (1,30) 182

**Tabla 4.** Análisis descriptivos de la importancia atribuida a los «otros significativos» a la hora de ayudarles a participar en actividad física en función del género y del cumplimiento de la recomendación.

GÉNERO	RECOMENDACIONES	7-60'	PADRE	MADRE	HERMANOS	AMIGOS
- NIÑO	- No cumplen	Media (SD) n	3,93 (1,76) 62	3,95 (1,66) 62	3,26 (1,86) 62	3,63 (1,66) 62
	- Cumplen	Media (SD) n	4,30 (1,77) 23	4,13 (1,91) 23	3,35 (1,69) 23	3,52 (1,62) 23
	- Total	Media (SD) n	4,03 (1,76) 85	4,00 (1,72) 85	3,28 (1,81) 85	3,60 (1,64) 85
- NIÑA	- No cumplen	Media (SD) n	3,96 (1,59) 88	4,02 (1,55) 88	2,80 (1,66) 88	3,49 (1,62) 88
	- Cumplen	Media (SD) n	4,70 (1,57) 10	4,40 (1,58) 10	3,50 (1,65) 10	3,50 (1,51) 10
	- Total	Media (SD) n	4,04 (1,59) 98	4,06 (1,55) 98	2,88 (1,66) 98	3,49 (1,61) 98
- TOTAL	- No cumplen	Media (SD) n	3,95 (1,66) 150	3,99 (1,80) 150	2,99 (1,75) 150	3,54 (1,64) 150
	- Cumplen	Media (SD) n	4,42 (1,70) 33	4,21 (1,80) 33	3,40 (1,66) 33	3,51 (1,56) 33
	- Total	Media (SD) n	4,04 (1,67) 183	4,03 (1,63) 183	3,06 (1,74) 183	3,54 (1,62) 183

**Tabla 5.** Análisis descriptivos de la frecuencia con la que el sujeto percibe que los «otros significativos» les animan para que hagan actividad física en función del género y del cumplimiento de la recomendación.

GÉNERO	RECOMENDACIONES	7-60'	PADRE	MADRE	HERMANOS	AMIGOS
- NIÑO	- No cumplen	Media (SD) n	4,66 (1,50) 62	4,45 (1,49) 62	4,18 (1,75) 62	4,22 (1,60) 62
	- Cumplen	Media (SD) n	4,76 (1,26) 21	4,81 (1,17) 21	4,38 (1,66) 21	4,24 (1,51) 21
	- Total	Media (SD) n	4,69 (1,44) 83	4,54 (1,42) 83	4,23 (1,72) 83	4,23 (1,57) 83
- NIÑA	- No cumplen	Media (SD) n	4,80 (1,29) 79	4,83 (1,15) 79	3,97 (1,55) 79	4,47 (1,39) 79
	- Cumplen	Media (SD) n	5,60 (0,70) 10	5,40 (0,84) 10	4,70 (1,16) 10	4,40 (1,50) 10
	- Total	Media (SD) n	4,74 (1,39) 89	4,67 (1,32) 89	4,06 (1,64) 89	4,36 (1,49) 89
- TOTAL	- No cumplen	Media (SD) n	4,74 (1,39) 141	4,67 (1,32) 141	4,06 (1,64) 141	4,36 (1,49) 141
	- Cumplen	Media (SD) n	5,03 (1,17) 31	5,00 (1,09) 31	4,48 (1,50) 31	4,29 (1,49) 31
	- Total	Media (SD) n	4,79 (1,35) 172	4,73 (1,28) 172	4,13 (1,62) 172	4,35 (1,48) 172

**Tabla 6.** Análisis descriptivos de la frecuencia con la que el sujeto percibe que los «otros significativos» les presionan para que hagan actividad física en función del género y del cumplimiento de la recomendación.

## DISCUSIÓN Y CONCLUSIONES

Los niños y niñas evaluados perciben que sus padres sólo practican «a veces» actividad física y también sólo «a veces» practican con ellos. Los amigos y los hermanos fueron percibidos como personas que practican «a menudo» actividad física y también «a menudo» practican con ellos. Al considerar estas percepciones junto con el nivel de actividad física de los niños y niñas, es decir, el cumplimiento de la recomendación, no encontramos diferencias para las figuras significativas analizadas. Sin embargo, si se observan diferencias en función del género. Los resultados muestran que las niñas perciben que la madre se ejercita con mayor frecuencia que los niños, mientras que los niños perciben que tanto su padre como sus amigos se ejercitan más de lo que perciben las niñas. Este resultado es consistente con el encontrado por Mendoza y col. (1994), quienes muestran que mientras que el 62% de los niños informan que sus amigos realizan actividad física, sólo lo hacen el 38% de las niñas.

Por otro lado, tampoco se observan diferencias en el grado en que los sujetos perciben que las otras figuras significativas se ejercitan con ellos según el cumplimiento de la recomendación. Tan solo se ob-

serva que los niños informan que sus amigos se ejercitan más con ellos de lo que lo hacen los amigos de las niñas.

La revisión llevada a cabo por Sallis y col. (2000) pone de manifiesto que la investigación acerca de la asociación entre influencia del modelo, apoyo e influencia social, por un lado, y los niveles de actividad física por otro, no muestran resultados consistentes. Aunque es habitual encontrar autores que señalan que la influencia de los padres sobre la actividad física que realizan los niños es importante (Davison y col., 2003; Freedson y Evenson, 1991; Sallis y col., 1992; Sallis y Nader, 1988; Shea, 2003; Taylor y Sallis, 1997; Trost y col., 2001; Vilhjalmsón y Thorlindsson, 1998), lo cierto es que hay numerosas investigaciones que no encuentran relación entre los patrones de actividad física de los padres y de los hijos (Dempsey y col., 1992; McMurray y col., 1993).

La inconsistencia encontrada en los diferentes estudios ha sido atribuida a diferencias metodológicas relacionadas con las medidas de las dimensiones sociales (diferencias en la fiabilidad y validez de los instrumentos utilizados). Por otra parte, esta inconsistencia se ha relacionado con la evaluación de la actividad física; en concreto, el uso de medidas objetivas (observación o acelerómetro) frente a medidas sub-



jetivas (auto-informes). Aquellos estudios que utilizan medidas objetivas de la actividad física con mayor frecuencia encuentran una relación significativa entre las dimensiones sociales y los niveles de actividad física de los niños. Mathias y col. (1997) encontraron una relación positiva entre la actividad física realizada por los padres y los niveles de flexibilidad y de fitness cardiorrespiratorio de los niños, resultado consistente con el obtenido por Hopper y col. (1992). Mota (1998) encontró una relación moderada entre los patrones de actividad física de los padres y la actividad física de sus hijos, tanto cuando ésta era medida a través de medidas objetivas (frecuencia cardíaca), como cuando era evaluada mediante medidas subjetivas (auto-informe).

forme y encontraron para los niños relación entre actividad física e influencia del modelo.

La implicación de los padres parece ser especialmente importante para las niñas, ya que algunos estudios muestran que la actividad física de los mismos es más importante en niñas que en niños (Davison y col., 2003; Fogelholm y col., 1999; García Ferrando, 1993; Myers y col., 1996; Trost y col., 1997; Tsu-Yin, 2003). Nuestros resultados no concuerdan con lo encontrado por estos autores.

Algunos de los estudios realizados en nuestro país muestran una relación positiva significativa entre los niveles de actividad de los padres y de los hijos (Casimiro y Pierón, 2001; García Ferrando, 1993; García, 1997; Mendoza y col., 1994; Ponseti



Prochaska y col. (2002) evaluaron de forma independiente la influencia del modelo referido a los padres y a los amigos y tomaron dos medidas de actividad física, acelerómetro y auto-informe, sobre una muestra de adolescentes. Sólo encontraron asociación entre la influencia del modelo y el nivel de actividad física cuando este último se evaluó a través de auto-informe, pero no cuando se evaluó con medida objetiva. Este resultado es inconsistente con la revisión de Sallis y col. (2000). Nuestros resultados tampoco son congruentes con los encontrados por DiLorenzo y col. (1998). Estos autores evaluaron los niveles de actividad física mediante auto-in-

y col., 1998), utilizando medidas subjetivas para la actividad física.

Estos resultados no apoyan la posible explicación de Sallis y col. (2000) para la falta de congruencia de los resultados obtenidos en los estudios que evalúan la relación entre actividad física y dimensiones sociales.

Es posible que la falta de consistencia en los diferentes estudios esté relacionada además de con la medida de actividad física, con los criterios que se utilizan para considerar a los sujetos como activos o inactivos. Esta última apreciación pone de manifiesto que posiblemente la relación entre los patrones de

poco concuerdan con algunos estudios que muestran que el apoyo de los amigos para la realización de estas actividades es la principal influencia social (Price y col., 1993; Weiss, Smith, y Theeboom, 1996; Wold y Kannas, 1993).

**Por último, los sujetos** perciben que los «otros significativos» evaluados son bastantes o muy importantes a la hora de ayudarles en participar en actividades físicas. No se observó ninguna diferencia en función de que los sujetos cumplieran o no la recomendación de actividad.

La evidencia acerca de la asociación entre apoyo social y niveles de actividad física en niños o adolescentes no es consistente. Al igual que en el caso de la



influencia del modelo, la inconsistencia encontrada en los diferentes estudios ha sido atribuida a las diferencias metodológicas ya comentadas (Sallis y col., 2000). Prochaska y col. (2002) evaluaron de forma separada el apoyo social brindado por padres y amigos y los niveles de actividad física a través de una medida objetiva y otra subjetiva. Sólo encontraron asociación entre el apoyo social y el nivel de actividad física cuando éste último se evaluó a través de auto-informe, pero no cuando se evaluó con medida objetiva.

La implicación de los padres en la participación en actividades físicas parece ser especialmente im-

portante en el caso de las niñas (Fogelholm y col., 1999; Myers y col., 1996; Trost y col., 1997; Tsu-Yin, 2003). Trost y col. (2003) a través de encuesta encontraron que los padres ofrecen mayores niveles de apoyo para la realización de actividad física a los niños que a las niñas. Davison y col. (2003) evaluaron el grado de actividad y las prácticas educativas (apoyo social y modelado) con respecto a la actividad física de los padres de niñas de 9 años mediante auto-informe. Sus resultados mostraron que el grado de apoyo y modelado variaba entre los padres. Las madres ofrecían más apoyo mientras que los padres actuaban de forma más frecuente como modelo. Ambas formas de apoyo se asociaron con mayores niveles de actividad física entre las niñas. Sólo el 30% de las niñas mostraron altos niveles de actividad física cuando ninguno de los padres ofrecía apoyo y modelado. Este porcentaje se elevó hasta el 56% cuando uno de los progenitores ofrecía altos niveles de apoyo y modelado, y al 70% cuando ambos se implicaban en este tipo de conductas. Nuestros resultados no son consistentes con lo encontrado por estos autores.

La mayor parte de los estudios que evalúan la relación entre variables socio-cognitivas y actividad física tienen en cuenta dimensiones relacionadas con la influencia del modelo y el apoyo social. Hemos encontrado muy pocos estudios que hayan evaluado las variables de influencia social tenidas en cuenta en el presente estudio.

Los padres y los amigos les animan «a menudo» y con «menos frecuencia» lo hacen los hermanos. Este patrón de resultados fue el mismo tanto para niños como para niñas y también, en general, tanto para los sujetos que cumplían la recomendación como para los que no la cumplían. Estos resultados no son consistentes con los ofrecidos en algunos estudios que muestran relaciones positivas entre el ánimo recibido de los «otros significativos» y los niveles de actividad física de los sujetos (Anderssen y Wold, 1992; Durant y Hergenroeder, 1994). Este mismo patrón de resultados fue observado por la presión percibida de los otros significativos.

Es posible que la falta de inconsistencia en la literatura sobre la relación entre la actividad física y los diferentes componentes de influencia de los «otros significativos» se deba a que esta relación no es lineal. Es posible que si hubiésemos considerado sujetos absolutamente sedentarios y sujetos que cumplen la recomendación hubiésemos encontrado diferencias en los factores considerados.



## REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

- Andersen, N., y Wold, B. (1992). Parental and peer influences on leisure-time physical activity in young adolescents. *Research Quarterly for Exercise and Sport*, 63, 341-348.
- Aznar, S. (1998). Environmental and significant others' influences on children's physical activity behaviour. *Tesis Doctoral*. University of Bristol, England.
- Biddle, S., y Goudas, M. (1996). Analysis of children's physical activity and its association with adult encouragement and social cognitive variables. *Journal of School Health*, 2, 75-78.
- Biddle, S., Sallis, J. F., y Cavill, N. A. (Eds.) (1998). *Young and active? Young people and health enhancing physical activity: evidence and implications*. London: Health Education Authority.
- Butcher, J. (1985). Longitudinal analysis of adolescent girl's participation in physical activity. *Sociology of Sport Journal*, 2, 130-143.
- Casimiro, A. J. (1999). «Comparación, evolución y relación de hábitos saludables y nivel de condición física-salud en escolares, al finalizar los estudio de Educación Primaria (12 años) y de Educación Secundaria Obligatoria (16 años)». Tesis Doctoral. Universidad de Granada.
- Casimiro, A. J. y Pierón, M. (2001). La incidencia de la práctica físico-deportiva de los padres hacia sus hijos durante la infancia y la adolescencia. *Apuntes: Educación Física y Deportes*, 65, 100-104.
- Davison, K. K., Cutting, T. M., y Birch, L. L. (2003). Parents' activity-related parenting practices predict girls' physical activity. *Medicine and Science in Sports and Exercise*, 35, (9), 1589-1595.
- Dempsey, J. M., Kimiecik, J. C., y Horn, T. S. (1992). Parental influence of children's moderate to vigorous physical activity participation: an expectancy value approach. *Pediatric Exercise Science*, 5, 151-167.
- DiLorenzo, T.M., Stucky-Ropp, R.C., VanderWal, J.S., y Gotham, H.J. (1998). Determinants of exercise among children. II. A longitudinal analysis. *Preventive Medicine*, 27, 470-477.
- Durant, R. H., y Hergenroeder, A. C. (1994). Promotion of physical activity among adolescents by primary health care providers. *Pediatric Exercise Science*, 6, 448-446.
- Eccles, J. S. (1999). The development of children ages 6 to 14. *The Future of Children*, 9, 30-44.
- Fogelholm, M., Nuutinen, O., Pasanen, M., Myohanen, E., y Saatela, T. (1999). Parent-child relationship of physical activity patterns and obesity. *International Journal of Obesity and Related Metabolic Disorders*, 23, 1262-1268.
- Fox, K. (1988). The self-esteem complex and youth fitness. *Quest*, 40, 230-246.
- Freedson, P.S., y Evenson, S. (1991). Familial aggregation in physical activity. *Research Quarterly for Exercise and Sport*, 62, 384-389.
- García Ferrando, M. (1993). *Tiempo libre y actividades deportivas de la juventud en España*. Madrid: Ministerio de Asuntos Sociales e Instituto de la Juventud.
- García, M.E. (1997). Actitudes y comportamientos de la mujer granadina ante la práctica física de tiempo libre. Tesis doctoral. Universidad de Granada.
- García, A.W., Broda, M.A.N., Frenn, M., Coviak, C., Pender, N. J., y Ronis, D. L. (1995). Gender and development differences in exercise beliefs among youth and prediction of their exercise behaviour. *Journal School Health*, 65, 213-219.
- Godin, G., y Shephard, R.J. (1986). Psychosocial factors influencing intentions to exercise of young students from grades 7 to 9. *Research Quarterly for Exercise and Sport*, 57, 41-52.
- Gottlieb, N.H., y Chen, M.S. (1985). Socio-cultural correlates of childhood sporting activities: Their implications for heart health. *Social Sciences and Medicine*, 21, 533-539.
- Greendorfer, S.L., y Lewko, J.H. (1978). Role of family members in sport socialization of children. *Research Quarterly*, 49, (2), 146-152.
- Greenockle, K. M., Lee, A. A., y Lomax, R. (1990). The relationship between selected student characteristics and activity patterns in a required high school physical education class. *Research Quarterly for Exercise and Sport*, 61, (1), 59-69.
- Gregson, J.F., y Colley, A. (1986). Concomitants of sport participation in male and female adolescents. *International Journal of Sport Psychology*, 17, 10-22.
- Hair, J. F., y col. (1998). *Multivariate data analysis*. Upper Saddle River: Prentice-Hall International.
- Hofer, W.R., McKenzie, T.L., Sallis, J.F., Marshall, S.J., y Conway, T. L. (2001). Parental provision of transportation for adolescent physical activity. *American Journal of Preventive Medicine*, 21, (1), 48-51.

Hopper, C.A., Gruber, M. B., Munoz, K. D., y Herb, R.A. (1992). Effects of including parents in a school-based exercise and nutrition program for children. *Research Quarterly for Exercise and Sport*, 63, 315-321.

Klesges, R. C., Coates, T.J., Moldenhauer-Klesges, L.M., Holzer, B., Gustavson, J., y Barnes, J. (1984). The fats: an observational system for assessing physical activity in children and associated parent behavior. *Behavior Assessment*, 6,333-345.

Klesges, R. C., Eck, L. H., Hanson, C. L., Haddock, C. K., y Klesges, L. M. (1990). Effects of obesity, social interactions, and physical environment on physical activity in preschoolers. *Health Psychology*, 9, 435-449.

Klesges, R.C., Malcott, J.M., Boschee, P.F., y Weber, J.M. (1986). The effects of parental influences on children's food intake, physical activity, and relative weight. *International journal of Eating Disorders*, 5, 335-346.

Lewko, J. H., y Greendorfer, S. L. (1988). Family influences in sport socialization of children and adolescent. En Smoll, F., Magill, R. y Ash, M. (Eds.), *Children in sport* (pp.287-300). Champaign, Il: Human Kinetics.

Mason, V. (1995). *Young people and sport in England, 1994: the views of teachers and children-a national survey by Sports Council and OPCS*. London: Sports Council.

Mathias, K. E., Brynteson, P., Adams II, T. M., y Caldwell, A. (1997). An investigation of the relationships between family activity habits and children's fitness levels. *Physical Educator*, 54, (3), 128-134.

McKenzie, T.L., Sallis, J.F., Nader, P.R., Patterson, T.L., Elder, J. P., Berry, C. C., Rupp, J.W., Atkins, C. J. Buono, M. J., y Nelson, J.A. (1991). Beaches: An observational system for assessing children's eating and physical activity behaviors and associated events. *Journal of Applied Behavior Analysis*, 24, 141-151.

McMurray, R. G., Bradley, C. B., Harrell, J. S., Bernthal, P.R., Frauman, A. C., y Bangdiwala, S. I. (1993). Parental influences on childhood fitness and activity patterns. *Research Quarterly for Exercise and Sport*, 64, (3), 249-255.

McPherson, B., Curtis, J., y Loy, J. (1989). *The social significance of sport*. Champaign Il: Human Kinetics Books.

Mendoza, R., Sagrera, M. R., y Batista, J. M. (1994). *Conductas de los escolares españoles relacionadas con la salud, 1986-1990*. Madrid: Consejo Superior de Investigaciones Científicas.

Mota, J. (1998). Parent's physical activity behaviors and children's physical activity. *Journal of Human Movement Studies*, 35, 89-100.

Mota, J., y Queirós, P. (1996). Children's behaviour. Physical Activity Regarding parent's perception vs. Children's Activity. *International Review for the Sociology of Sport*, 31 (2), 173-181.

Moore, L.L., Lombardi, D.A., White, M.J., Campebell, J.L., Oliveira, S.A., y Ellison, R.C. (1991). Influence of parents' physical activity levels on activity levels of young children. *Journal of Pediatrics*, 118, 215-219.

Myers, L., Strikmiller, P., Webber, L., y Berenson, G. (1996). Physical and sedentary activity in school children grades 5-8: the Bogalusa Heart Study. *Medicine and Science in Sports and Exercise*, 28, 852-859.

Perrier Corporation, (1984). *Fitness in America: The Perrier Study*. New York: Garland.

Ponseti, F.X., Gili, M., Palou, P., y Borrás, P.A. (1998). Intereses, motivos y actitudes hacia el deporte en adolescentes: diferencias en función del nivel de práctica. *Revista de Psicología del Deporte*, 7(2), 259-274.

Price, R.H., Cioci, M., Penner, W., y col. (1993). Webs of influence: school and community programs that enhance adolescent health and education. *Teachers College Record*, 94, 477-521.

Prochaska, J. J., Rodgers, M.W., y Sallis, J. F. (2002). Association of parent and peer support with adolescent physical activity. *Research Quarterly for Exercise and Sport*, 73, (2), 206-210.

Reynolds, K. D., Killen, J. D., Bryson, S.W., Maron, D. J., y col. (1990). Psychosocial predictors of physical activity in adolescents. *Preventive Medicine*, 19, 541-551.

Sallis, J.F., Alcaraz, J.E., McKneize, T.L., Hovell, M.F., Kolody, B. y Nader, P.R. (1992a). Parental behavior in relation to physical activity and fitness in 9-year-old children. *American Journal of Diseases of Children*, 146, 1383-1388.

Sallis, J. F., y Nader, P. R. (1988). Family determinants of health behavior. En: *Health behaviour: emerging research perspective*, D.S. Gochman (Ed.). New York: Plenum Press, pp. 107-124.

Sallis, J.F., Nader, P.R., Broyles, S. L., Berry, C. C., Elder, J.P., McKneize, T.L., y Nelson, J.A. (1993). Correlates of physical activity at home in Mexican-American and Anglo-American preschool children. *Health Psychology*, 12, 390-398.

Sallis, J. F., Prochaska, J. J., y Taylor, W. T. (2000). A review of correlates of physical activity of children and adolescents. *Medicine and Science in Sports and Exercise*, 32, (5), 963-975.

Sallis, J. F., Simons-Morton, B. G., Stone, E. J., y col. (1992). Determinants of physical activity and interventions in youth. *Medicine and Science in Sports and Exercise*, 24, S963-975.

Shea, K. (2003). Parental support predicts physical activity behaviors in early elementary school children. *Medicine and Science in Sports and Exercise*, 35, (5)(In press).

Sport Council, (1993). *Young people and sport policy and frameworks for action*. London: Sport Council.

Stucky-Ropp, R. C., y DiLorenzo, T. M. (1993). Determinants of exercise in children. *Preventive Medicine*, 22, 880-889.

Taylor, W.C., Baranowsky, T., y Sallis, J.F. (1994). Family determinants of childhood physical activity: a social-cognitive model. En Dishman RK (Ed.). *Advances in Exercise Adherence*. Champaign Il, Human Kinetics, 319-342.

Taylor, W.C., y Sallis, J.F. (1997). Determinants of physical activity in children. En Simopolous A. P. y Pavlou K. N. (Eds.), *Nutrition and Fitness: Metabolic and Behavioral Aspects in Health and Disease*. *World Review Food and Nutrition*, 82, 159-167. Basel: Karger.

Torre, E. (2002). Factores personales y sociales vinculados a la práctica físico-deportiva desde la perspectiva del género. *Apuntes: Educación Física y Deportes*, 70, 83-89.

Trost, S., Kerr, L., Ward, D., y Pate, R. (2001). Physical activity and determinants of physical activity in obese and non-obese children. *International Journal of Obesity and Related Metabolic Disorders*, 25, 822-829.

Trost, S., Pate, R., Saunders, R., Ward, D., Dowda, M., y Felton, G. (1997). A prospective study of the determinants of physical activity in rural fifth-grade children. *Preventive Medicine*, 26, 257-263.

Trost, S., Sallis, J. F., Pate, R., Freedson, P. S., Taylor, W.C., y Dowda, M. (2003). Evaluating a model of parental influence on youth physical activity. *American Journal of Preventive Medicine*, 25, (4), 277-282.

Tsu-Yin, Wu. (2003). Gender differences in the psychosocial and cognitive correlates of physical activity Taiwanese adolescent: a structural equation modelling approach. *International Journal of Behavioral Medicine*, 10 (2), 93-105.

Vilhjalmsson, R., y Thorlindsson, T. (1998). Factors related to physical activity: a study of adolescent. *Social Science and Medicine*, 47, 665-675.

Weiss, M. R., Smith, A. L., y Theeboom, M. (1996). That's what friend are for: children's and teenager' perceptions of peer relationship in the sport domain. *Journal of Sport and Exercise Psychology*, 18, 347-379.

Wold, B, y Kannas, L. (1993). Sport motivation among young adolescents in Finland, Norway and Sweden. *Scandinavian Journal of Medicine and Science in Sports*, 3, 283-291.

Yang, X., Telama, R., y Laakso, L. (1996). Parent's physical activity, socio-economic status and education as predictors of physical activity and sport among children and youths-a 12- year follow-up study. *International Review for Sociology of Sport*, 31(3):271-291.

Zakarian, J. M., Hovell, M. F., Hohfetter, C. R., Sallis, J. F., y Keating, K. J. (1994). Correlates of vigorous exercise in a predominantly low SES and minority high school population. *Preventive Medicine*, 23, 314-321.

  
DIRECCIÓN DE CONTACTO.  
Marta Montil Jiménez  
marta.montil@uem.es

