

Revista de Psicología del Deporte
2011. Vol. 20, núm. 2, pp. 605-620
ISSN: 1132-239X

Universitat de les Illes Balears
Universitat Autònoma de Barcelona

Percepción de padres y madres respecto a la promoción de actividad físico-deportiva para una Escuela Activa y Saludable

Cipriano Romero-Cerezo †, Alejandro Cesar Martínez-Baena**, María del Mar Ortiz Camacho* y Onofre Ricardo Contreras Jordán***

PARENTS' PERCEPTION OF PROMOTING SPORTS AND PHYSICAL ACTIVITY FOR AN ACTIVE, HEALTHY SCHOOL

KEY WORDS: Sport and physical activity, Physical education, Parents, School, Life style, Health.

ABSTRACT: Knowledge of parents' perceptions of their children's sports and physical activities and the factors that affect participation are important steps for future action and preventive health and physical activity programmes in schools. The Inventory for a Healthy and Active School (IEAHS) was applied to 369 parents at several different schools and showed their perceptions of the problem of the lack of sports and physical activities for their children; no differences was seen in the parents' evaluations of the IEAHS' different factors, except when types of schools were considered. The factors taken into account were the awareness of the lack of health-oriented sport and physical activity in schools, the need to reorient physical education as a subject, adolescent drop-outs from participating in sport associated to parental attitude and schools as an element of encouragement.

Correspondencia: Cipriano Romero Cerezo. Facultad de Ciencias de la Educación. Universidad de Granada. Campus Universitario de Cartuja, s/n. 18071, Granada. E-mail: cromero@ugr.ess

* Facultad de Ciencias de la Educación de la Universidad de Granada.

** Facultad de Ciencias de la Actividad Física y el Deporte de la Universidad de Granada.

*** Escuela Universitaria de Magisterio de Albacete. Universidad de Castilla la Mancha.

— Fecha de recepción: 1 de Diciembre de 2010. Fecha de aceptación: 23 de Abril de 2011.



En la literatura científica destaca la importancia de una actividad físico-deportiva regular y adaptada a las características de cada individuo, como medio para mejorar la salud y la calidad de vida (Currie et al., 2008; Pate et al., 2007). Con la práctica físico-deportiva regular y controlada se destaca la obtención de beneficios no sólo físicos, sino también psicológicos y sociales (Castillo, Balaguer y García-Merita, 2007; Goodwin, Richards, Taylor, Taylor y Campbell, 2008). La actividad físico-deportiva se convierte en un factor primordial para el desarrollo personal y social de los niños y adolescentes, teniendo una marcada influencia en los hábitos de práctica durante la edad adulta (Telama y Yang, 2000). No obstante, investigaciones en diferentes países constatan un descenso progresivo de la práctica físico-deportiva con la edad (Troiano et al., 2008) y detectan una disminución de dicha práctica en la etapa escolar (Roman, Serra-Majem, Ribas-Barba, Pérez-Rodrigo y Aranceta, 2008), acentuándose en la adolescencia (Macarro, Romero y Torres, 2010; Molinero, Martínez, Garatachea y Márquez, 2010).

Existe una tendencia al aumento de la obesidad en toda Europa entre los jóvenes (Currie et al., 2004; Varo et al., 2003), constituyendo una grave preocupación en el ámbito de la salud pública. Schmitt (2007) apunta a esta enfermedad como la responsable de casi el 7 % de los gastos de salud en la Unión Europea. Por lo tanto, la promoción de la salud y la práctica de actividad físico-deportiva, se convierten en uno de los objetivos esenciales en la política de la mayoría de países desarrollados (Organización Mundial de la Salud, 2004). De ahí, que diversos organismos internacionales elaboren estrategias que puedan resultar idóneas en la promoción de una vida activa (Organización Mundial de la Salud, 2002),

incidiendo en las posibilidades de mejorar la salud pública y adoptando medidas para reducir los factores de riesgo de ciertas enfermedades, de acuerdo al "Informe sobre la salud en el mundo" (Organización Mundial de la Salud, 2007).

Por otro lado, el papel de la Educación Física (en adelante EF) en la sociedad, debería estar más claro, mejor establecido y con nuevos planteamientos sobre su orientación (Devís y Cantera, 2001). En el informe, *Special Eurobarometer 213 "Citizens of the European Union and Sport"* (European Commission, 2004), se describe una panorámica de la situación en Europa y se propone su reorientación. Esta es una cuestión ratificada en la ponencia de Schmitt (2007) en el Parlamento Europeo, alegando que se trata de un tema de enorme importancia en la actualidad por su gran relevancia en relación a la promoción de la salud y prevención de enfermedades.

Romero (2007) presenta un panorama de la investigación y el desarrollo curricular de la EF más enfocado hacia lo educativo y hacia la salud, siendo la escuela un contexto ideal para promover la actividad físico-deportiva y una actitud positiva hacia estas actividades físicas regulares (Hohepa, Scragg, Schofield, Kolt y Schaaf, 2007). Los programas escolares deben promocionar elementos relevantes en la conformación de estilos de vida saludables (Villard, Ryden y Stahle, 2007).

Con el objeto de desarrollar estrategias idóneas de promoción de hábitos y estilos de vida activa en la población (Ministerio de Sanidad y Consumo, 2005; Consejería de Salud, Junta de Andalucía, 2004), y de manera especial en los jóvenes a nivel educativo, surgen programas orientados a la mejora de la salud en la etapa escolar (Flodmark, Marcus y Britton, 2006), siendo





gran parte de ellos aplicados en centros educativos, con constatada eficacia (Pérez y Delgado, 2007; Rye, O'Hara Tompkins, Eck y Neal, 2008; Salmon, Booth, Phongsavan, Murphy y Timperio, 2007).

En España, a partir de la Estrategia NAOS (Estrategia para la *Nutrición, Actividad física y prevención de la Obesidad y por la Salud*), definida en (Ballesteros-Arribas, Dal-re Saavedra, Pérez-Farinós y Villar-Villalba, 2007), comienzan a surgir actuaciones dirigidas a la promoción, normalmente involucradas en materia educativa, destacando el "Programa PERSEO" (Programa piloto escolar de referencia para la salud y el ejercicio contra la obesidad). Mediante el mismo, se pretende formar a escolares y familias, a profesores y equipos directivos para la implantación de estilos de vida más saludables en los centros. Se acomete de esta forma el reto de establecer una escuela activa y saludable. Como bien apunta el Ministerio de Sanidad y Consumo (2009, p. 32): "*Se podría decir que una escuela activa y saludable es la que promueve la práctica de actividad física en los miembros de la comunidad educativa y específicamente en el alumnado. En una escuela activa, los chicos y chicas aportan a su vida diaria, tanto dentro como fuera del horario escolar, una dosis importante de actividad física muy beneficiosa para su salud*".

Resultado de interés analizar la efectividad de las intervenciones escolares con el fin de promocionar la práctica de actividad física, en concreto si los programas repercuten sobre un mayor tiempo dedicado a la misma (Kahn et al., 2002). El principal obstáculo para promover la actividad física saludable desde la escuela posiblemente resulte ser la "falta de concienciación", es decir, la no existencia de una conciencia clara de que el sedentarismo en niños y jóvenes suponga realmente un problema. Concienciar a la comunidad educativa de la importancia de ser

físicamente activo y de los beneficios que para la salud se deriva de la actividad física, a la vez que alertar sobre los perjuicios del sedentarismo excesivo, puede resultar necesario. Los profesionales de la EF en el ámbito escolar trabajan para ofrecer a todos los miembros de la comunidad educativa oportunidades e información al respecto.

El estudio que se presenta recoge información sobre la percepción de los padres de jóvenes adolescentes respecto a la promoción de la actividad físico-deportiva en la escuela, así como su repercusión en la creación de estilos de vida saludables. Basándonos en estudios sobre la percepción de los diversos agentes de la comunidad educativa respecto a temas relacionados con la promoción de la actividad física en los centros escolares, Cardon, Haerens, Verstraete y de Bourdeaudhuij (2009) analizaron las percepciones de padres, profesores y de los propios alumnos sobre la autogestión de un programa de intervención enfocado a incentivar un estilo de vida activo entre los escolares. Benjamin, Haines, Ball y Ward (2008) encuestaron a padres y madres sobre la percepción que tenían de la calidad de las comidas, actividad física y proposición de recomendaciones de mejora respecto a la salud de sus hijos. Por su parte, Jackson, Crawford, Campbell y Salmon (2008) estudiaron la preocupación parental sobre los niveles de actividad físico-deportiva de sus hijos.

Tenemos en cuenta que el apoyo de la familia es señalado como el principal predictor de la práctica juvenil (Escartí, Pascual y Gutierrez, 2005), constituyendo los principales agentes socializadores (Garrido, González y Romero, 2010) y que la eficacia de ciertos modelos de práctica parentales son fundamentales en la futura adquisición de hábitos saludables de los jóvenes (Casimiro y





Pieron, 2001). Por tanto, la influencia parental en la práctica físico-deportiva (Garrido, Zagalaz, Torre y Romero, 2010) y en la promoción de la salud, junto con la accesibilidad de los centros para facilitar situaciones y momentos que inciten a estos jóvenes a una mayor cantidad de práctica, suscitó el interés y punto de partida del presente trabajo, en búsqueda de ampliar el abanico de aportaciones de estos padres sobre la práctica físico-deportiva de sus hijos.

· Los **objetivos** del estudio son los siguientes:

- Conocer cuáles son los factores del *Inventario para una Escuela Activa y Saludable* (IEASA) que más valoran los padres y madres de hijos adolescentes en centros públicos y concertados de Educación Secundaria Obligatoria pertenecientes a la provincia de Granada.

- Identificar aquellas diferencias significativas existentes en la valoración de los factores de dicha escala entre los distintos sectores de la población analizados.

- Establecer cuál es la relación existente entre los distintos factores que determinan una Escuela Activa y Saludable.

Método

Participantes

La muestra del estudio está compuesta por un total de 369 sujetos: 195 madres (52.85%) y 174 padres (47.15%), representantes de tres Institutos de Enseñanza Secundaria, seleccionados al azar de tres zonas de inspección de las cinco existentes en Granada y provincia. La proporción de los mismos, perteneciente a cada centro participante, se resumiría en un 43.63% (161 sujetos) representantes del Centro Concertado del centro de Granada (C. C. Granada), un 29.27% (99 sujetos) del Instituto de

Enseñanza Secundaria de Granada capital (I.E.S Granada), mientras que el 29.27% (108 sujetos) formaría parte de padres y madres propios del Instituto de Enseñanza Secundaria de la zona metropolitana de Granada (I.E.S. zona metropolitana), correspondiendo a una distribución similar al universo de cada zona.

Material

Los sujetos participantes en este estudio cumplieron el Inventario para una Escuela Activa y Saludable (IEASA) durante el curso 2009/2010. Dicho cuestionario se construyó para evaluar la percepción de padres y madres sobre la importancia de promocionar la actividad físico-deportiva en la escuela.

En la elaboración de los ítems del cuestionario se utilizó el “Informe sobre la función del deporte en la educación”, del Parlamento Europeo (Schmitt, 2007), y la “Guía para una escuela activa y saludable: Orientación para los Centros de Educación Primaria” perteneciente al “Programa Perseo” (Ministerio de Sanidad y Consumo, 2009).

El *Inventario para una Escuela Activa y Saludable* (IEASA), de 36 ítems, ya fue construido y validado con anterioridad (Martínez-Baena, Romero-Cerezo, Delgado-Fernández y Viciano-Ramírez, 2010), utilizando el protocolo de McMillan y Shumacher (2005) y las orientaciones de Ortega, Jiménez, Palao y Sainz de Baranda (2008). Cada ítem se presenta con una gradación de respuesta tipo Likert de cinco opciones, donde el valor “1” representaba *estar totalmente en desacuerdo* y el valor “5”, *estar totalmente de acuerdo*.

Con la población estudiada, se comprobó si los ítems discriminaban adecuadamente (Morales, Urosa y Blanco, 2003), calculando la correlación del ítem-total con todos los





demás, obteniendo correlaciones entre todos, oscilando entre .29 del ítem 5 al .632 del ítem 32, con una alta significación en todos los ítems en los niveles de confianza del 95% y de $p \leq .01$.

El cuestionario fue sujeto a medidas de control de fiabilidad por el estudio de consistencia interna a través de los coeficientes alfa de Cronbach, obteniéndose un valor global de .87 para la totalidad de la escala. Además, mediante la “prueba de dos mitades” y del estadístico “alfa de Cronbach”, se obtuvo un coeficiente de la primera mitad de .75 y de .84 en la segunda.

Procedimiento

Para la recogida de la información a los padres y madres previamente se solicitó autorización a los centros, se les informó de los propósitos de la investigación y se pidió que el profesorado de Educación Física distribuyera los cuestionarios al alumnado. Los alumnos serían los encargados de hacerlos llegar a su padre o madre para que lo respondiesen. Igualmente, al profesorado se le proporcionó la información necesaria para facilitar su mediación entre el alumnado y sus progenitores y, de esta manera, se pudiera complimentar con facilidad el cuestionario y se devolviera al profesor. Una vez recogidos los datos, los cuestionarios fueron recopilados por el equipo investigador, que los tabuló para su tratamiento estadístico.

Análisis estadístico

Para los cálculos del análisis de resultados se ha utilizado el paquete estadístico SPSS v. 15, efectuando un análisis factorial siguiendo el método de componentes principales (con rotación Varimax), utilizando el método de Kaiser después de la verificación de la adecuación de los datos por el test KMO y de Esfericidad de Bartlett, confirmándose,

para este estudio, que mide bien el constructo que pretendía medir. Se justifica un índice KMO significativo de .82, próximo a la unidad. La prueba de esfericidad proporciona una Chi-cuadrado de 4615.12 y muy alta significación ($p = .00$), lo que nos indica la pertinencia del análisis factorial.

Dicho análisis factorial nos permite extraer aquellos componentes que se extraen de varianzas comunes a partir de una serie de medidas que se agrupan en torno a unas ideas que conformarían los factores del Inventario.

Se ha realizado un análisis descriptivo de cada uno de los factores (media y desviación típica), determinando cuáles son los más valorados. Para comprobar las diferencias, hemos efectuado la prueba *t*-Student para muestras independientes y el estudio de diferencias del factor población (ANOVA), aplicando la prueba de rango post hoc y las comparaciones múltiples por parejas, para determinar en qué sectores las medias difieren. El criterio de rechazo fue establecido en $p < .01$. Finalmente, para comprobar el tipo de relación existente entre estos factores, se ha aplicado el análisis de correlación biviariada de Pearson.

Resultados

Las puntuaciones de los 36 ítems se han sometido a un análisis factorial exploratorio basado en las correlaciones mutuas entre las diversas cuestiones, las cuales pueden sintetizarse en forma de factores o ideas subyacentes de las relaciones entre los ítems. El método de extracción mediante el análisis de componentes principales con una simple rotación de normalización Varimax ha convergido en nueve interacciones, dándonos seis componentes que explican el 52,68% de la varianza y tiene interés para la interpre-





tación de nuestro estudio, omitiendo las cargas inferiores al valor .3 (Tabla 1).

La estructura factorial (Tabla 1) muestra un factor 1 dominante, formado por 10 ítems que explica el 20.34% de la varianza, con todas las cuestiones de la escala con una carga apreciable (por encima de .5) y un índice de fiabilidad alto ($\alpha = .87$). Un factor 2, compuesto por 8 ítems que explica un 13.01% de la varianza, con cargas nuevamente superiores a .5 y alta fiabilidad ($\alpha = .79$). Un factor 3, compuesto por 6 ítems que explica un 5.78% de la varianza, con una carga por encima de .5 y alta fiabilidad ($\alpha = .80$). El factor 4, compuesto por 4 ítems que explica un 5.01% de la varianza, con una carga por encima de 0,4 e índice de fiabilidad muy alto ($\alpha = .88$). Un factor 5, compuesto por 5 ítems, con menor explicación al tener 4.52% de la varianza, con una carga por encima de 0,4 y una fiabilidad aceptable ($\alpha = .63$). El factor 6, compuesto por 3 ítems que explica un 4.01% de la varianza, con una carga por encima de .3 y menor índice de fiabilidad ($\alpha = .62$).

El Factor 1: “Implicación del profesorado en la promoción de hábitos saludables”, contempla aquellos ítems que aluden a la concienciación del profesorado sobre la importancia que tiene la actividad física para los más jóvenes. Se alude a su participación real, desde la información a padres hasta un trabajo colaborativo e interdisciplinar con el resto de compañeros.

El Factor 2: “Reorientación de la asignatura de Educación Física hacia una mayor promoción de la salud”, son ítems asociados a la necesidad de un cambio en la asignatura de EF hacia expectativas y motivaciones más cercanas a los jóvenes de hoy.

El Factor 3: “Concienciación respecto a la falta de actividad físico-deportiva para una mejora de la salud a través de la Escuela”, con

ítems sobre la situación actual de sedentarismo infantojuvenil y la pertinencia de una actividad física beneficiosa desde la escuela.

El Factor 4: “El centro como elemento de promoción de actividades físicas”, haciendo referencia a las actividades promotoras de actividad físico-deportiva que se ofertan en el centro escolar.

El Factor 5: “Abandono de práctica adolescente y actitud parental”, contemplando aquellos ítems que aluden a la concienciación de los padres sobre el interés y participación de sus hijos en actividades físicamente activas.

El Factor 6: “Sensibilidad y apoyo de los técnicos y responsables de las políticas educativas de las Comunidades Autónomas”, con ítems sobre la dotación de información y medios de las administraciones educativas responsables del funcionamiento del sistema escolar a centros escolares sobre la práctica físico-deportiva y grado de sedentarismo de los jóvenes.

Fijándonos en las medidas de tendencia central y atendiendo a los resultados expuestos en la Tabla 2, podemos apreciar que las medias de cada uno de los sectores del colectivo estudiado oscilan entre 3.01 (Factor 6) a 4.55 (Factor 3) en los padres; de 3.01 (Factor 6) a 4.47 (Factor 3) en las madres. A partir de ello, podemos decir que se efectúan valoraciones positivas con respecto a los factores específicos, situándolos por encima del punto central de la escala (que en esta escala sería el 3).

En el total *entre los padres y las madres*, podemos apreciar el grado de importancia que estos agentes estudiados dispensan hacia las diferentes componentes del cuestionario construido, existiendo una coincidencia común al ubicar los Factores 3 y 2, como los más valorados y muy por encima de la mediana del promedio general (3.42).





Ítems	Factor					
	1	2	3	4	5	6
ITEM36. Colaboración para una mejora de la salud	.72					
ITEM28. Participación del profesorado en la promoción	.69					
ITEM27. Concienciación del profesorado sobre la importancia de la actividad físico-deportiva	.69					
ITEM32. Disposición de profesores capaces	.69					
ITEM37. El profesor de EF promueve trabajo en equipo	.67					
ITEM34. EF y promoción de hábitos	.67					
ITEM25. El profesorado proporciona información a los padres sobre niveles de práctica	.62					
ITEM33. EF y concienciación de alumnos sobre la salud	.62					
ITEM26. El profesorado proporciona información a los padres sobre actividades sedentarias	.60					
ITEM31. Disposición de profesores de EF preparados	.58					
ITEM35. Salud y trabajo en equipo		.71				
ITEM20. El centro debe recibir información sobre niveles de actividad físico-deportiva infantojuvenil		.66				
ITEM15. Reorientación de la EF hacia nuevas demandas sociales		.61				
ITEM21. El centro debe recibir información sobre niveles de sedentarismo infantojuvenil		.60				
ITEM11. Necesidad de compensar el desequilibrio entre actividades físico-deportivas e intelectuales		.59				
ITEM12. Dos horas de EF insuficientes		.58				
ITEM13. El horario escolar debería garantizar al menos tres de EF horas		.55				
ITEM24. El profesorado debe proporcionar información a los padres sobre AF e importancia de la salud	.53					
ITEM9. EF beneficiosa para adquisición de hábitos			.75			
ITEM8. Escuela potenciadora de AF			.74			
ITEM7. Escuela como medio adecuado para potenciar la salud		.72				
ITEM5. AF para reducir enfermedades			.65			
ITEM6. Aumento de la obesidad infantojuvenil			.57			
ITEM4. Necesidad de promoción de AF para obtener estilos de vida saludables.			.52			
ITEM18. El centro: abanico amplio de actividades				.80		
ITEM17. Horario extraescolar: amplia franja horaria				.76		
ITEM19. Oferta extraescolar atractiva y de interés				.73		
ITEM16. El centro: trabajo de promoción				.47		
ITEM1. Tiempo libre y AF de los jóvenes					.66	
ITEM30. Fomento de AF de padres a hijos					.63	
ITEM3. Adolescentes activos					.59	
ITEM14. Interés de los jóvenes en EF					.59	
ITEM29. Padres concienciados sobre AF					.46	
ITEM23. El centro recibe información sobre niveles de sedentarismo infantojuvenil						.78
ITEM22. El centro recibe información sobre niveles de actividad físico-deportiva infantojuvenil						.77
ITEM10. EF: trato y consideración respecto a otras asignaturas						.31
% Varianza explicada	20.34	13.01	5.78	5.01	4.52	4.01

Tabla 1. Matriz de Componentes (con rotación Varimax)(EF, Educación Física; AF, Actividad Física).





Factores	COLECTIVO					
	Padres (<i>n</i> = 195)		Madres (<i>n</i> = 174)		Total (<i>N</i> = 369)	
	<i>M</i>	<i>DE</i>	<i>M</i>	<i>DE</i>	<i>M</i>	<i>DE</i>
Factor 1: "Implicación del profesorado en la promoción de hábitos saludables"	3.33	.69	3.34	.69	3.34	.69
Factor 2: "Reorientación de la asignatura de EF hacia una mayor promoción de la salud"	3.98	.57	3.93	.56	3.96	.56
Factor 3: "Concienciación respecto a la falta de actividad físico-deportiva para una mejora de la salud a través de la Escuela"	4.55	.43	4.47	.52	4.51	.48
Factor 4: "El centro como elemento de promoción de actividades físicas"	3.36	.91	3.33	.95	3.35	.93
Factor 5: "Abandono de práctica adolescente y actitud parental"	3.55	.65	3.45	.64	3.50	.65
Factor 6: "Sensibilidad y apoyo de los técnicos y responsables de las políticas educativas de las Comunidades Autónomas"	3.01	.72	3.01	.77	3.01	.74

Tabla 2. Medidas de tendencia central: media y desviación estándar.

Los factores más valorados de las poblaciones estudiadas, atendiendo a la puntuación total (promedio de padres y madres), serían el Factor 3, Factor 2, Factor 5 y el Factor 4; el Factor 3, "Concienciación respecto a la falta de actividad físico-deportiva para una mejora de la salud a través de la Escuela" (4.51); el factor 2, "Reorientación de la asignatura de Educación Física hacia una mayor promoción" (3.96); el Factor 5, "Abandono de práctica adolescente y actitud parental" (3.50) y el Factor 4 "El centro como elemento de promoción" (3.35).

Los componentes menos valorados serían el Factor 6 y el Factor 1. El Factor 6, "Sensibilidad y apoyo de los técnicos y responsables de las políticas educativas de las Comunidades Autónomas" (3.01) y el Factor 1, "Implicación del profesorado en la promoción de hábitos saludables" (3.33).

Aplicando la Prueba de contraste *t*-Student no se evidencian diferencias significativas ($p < .01$) en la percepción de padres y madres respecto a los diversos componentes estudiados. En cambio, la comparación de las medias obtenidas y aplicando el ANOVA del factor población con el contraste post hoc de Scheffe para determinar en qué sectores se dan, evidencia que hay diferencias significativas ($p < .01$) en tres de los seis factores estudiados (Tabla 3), poniéndose de manifiesto diferencias entre centro de enseñanza concertada y centros de enseñanza pública.

Se observa que donde más diferencias hay es entre padres y madres del I.E.S Granada e I.E.S. zona metropolitana con respecto a los del C.C. Granada.

Los padres y madres del C.C. Granada valoran mucho más que los padres y madres





Factores	F	p	Diferencias
Factor 1	9.99	.00	CC > IES Gr; $p = .00$ CC > IES Zm; $p = .00$
Factor 2	.55	.58	
Factor 3	7.72	.00	CC > IES Gr; $p = .00$
Factor 4	47.68	.00	CC > IES Gr; $p = .00$ CC > IES Zm; $p = .00$
Factor 5	2.48	.09	
Factor 6	.69	.50	

Centro Concertado: IES Gr: Instituto de Enseñanza Secundaria de Granada capital; IES Zm: Instituto de Enseñanza Secundaria de la Zona Metropolitana de Granada.

Tabla 3. ANOVA atendiendo al factor población y Post hoc de Scheffe.

de I.E.S Granada e I.E.S. zona metropolitana (centros públicos) la “*Implicación del profesorado en la promoción de hábitos saludables de sus hijos*” (Factor 1), la *necesidad de que exista una “concienciación respecto a la falta de actividad físico-deportiva de estos chicos y chicas para una mejora de la salud a través de la Escuela”* (Factor 3) y la *“importancia del centro escolar como un elemento de promoción” de dicha práctica saludable* (Factor 4).

Para determinar el tipo de relación entre los distintos factores, se han calculado los coeficientes de correlación de Pearson entre los factores, comprobado que no existe una gran fuerza de relación entre los distintos factores a pesar de que son significativas (al nivel .01), de modo bilateral, en algunos casos, mostrando la independencia de cada uno de los factores (Tabla 4).

		Factor 1	Factor 2	Factor 3	Factor 4	Factor 5	Factor 6
Factor 1	r	1	.07	.09	.59 **	.42**	.42 **
	p		0.18	.10	0	0	0
Factor 2	r	.08	1	.50 **	.07	.04	.10
	p	0.19		0	.26	.46	.08
Factor 3	r	.09	.50 **	1	.11	.04	-.00
	p	.10	0		.06	.53	.97
Factor 4	r	.59 **	.07	.11	1	.29 **	.25**
	p	0	.26	.06		0	0
Factor 5	r	.42**	.04	.04	.29 **	1	.20 **
	p	0	.46	.53	0		0
Factor 6	r	.42 **	.10	-.00	.25**	.20 **	1

* Significativo al nivel .05; ** Significativo al nivel .01.

Tabla 4. Resultados de correlaciones (Pearson) entre los 6 factores.





Al probar las correlaciones entre los factores que conforman el Inventario para una Escuela Activa y Saludable (IEASA) se podría considerar la fuerza de correlación moderada entre la implicación del profesorado en la promoción de hábitos saludables (Factor 1) y el centro como elemento de promoción (Factor 4), así como entre la reorientación de la asignatura de EF hacia una mayor promoción (Factor 2) y la concienciación respecto a la falta de actividad físico-deportiva para una mejora de la salud en la Escuela (Factor 3).

Discusión

Una vez determinados cuáles son los factores asociados a la promoción de la salud y la actividad física en la escuela planteados en el cuestionario y analizadas las valoraciones que otorgan los padres y madres de los diversos centros, se ha verificado que éstas suelen ser positivas al estar por encima del punto medio de la escala. Esto toma interés por la responsabilidad que estos progenitores tienen en la salud presente y futura de sus hijos, así como en la cantidad real de práctica de actividad físico-deportiva que efectúan. Los estudios realizados por la National Association for Sport and Physical Education (2003) plantean cuestiones que expanden la visión sobre la concepción de estos padres, no sólo en cuanto al conocimiento sobre la participación de sus hijos, sino a sus actitudes y prioridades respecto a los factores que condicionan dicha práctica en los escolares.

Benjamin, Haines, Ball y Ward (2008) y Jackson, Crawford, Campbell y Salmon (2008) detectaron la preocupación de los padres sobre la participación en actividad físico-deportiva por parte de sus hijos y su proposición de recomendaciones de acuerdo

a una serie de factores a valorar respecto a la salud de los mismos, tanto en horario escolar como fuera de él. Por ello, en la línea de González y Otero (2005), al intentar conocer las percepciones parentales acerca de la responsabilidad que puede corresponder a cada una de las personas e instituciones vinculadas con la promoción de la práctica físico-deportiva de los escolares, hemos obtenido evidencias de interés que nos ayuden a entender los factores más influyentes.

Al focalizar los factores más valorados, se destaca la necesidad de una concienciación por parte de los agentes de la comunidad educativa respecto al abandono de práctica de la actividad físico-deportiva en la etapa adolescente en pos de nuevas experiencias culturales y sociales, buscando una reconexión de la asignatura de EF (Quay y Peters, 2008) hacia la promoción de un estilo de vida activo y saludable (Pieron, Ruiz y García, 2008). Tanto padres como madres, perciben lo que Garrett y Wrench (2008) señalan como una EF firmemente arraigada y limitada hacia nuevos enfoques alternativos.

Dichos agentes demandan nuevas estrategias docentes más cercanas a las expectativas, intereses y demandas sociales y juveniles para la adquisición de estilos de vida más saludables en el futuro. Es lo que Johns (2005) entiende como la reducción de la disparidad entre lo estipulado como saludable y la realidad cultural de consumo de la juventud moderna. Según este autor, los profesionales de la EF requieren una mayor comprensión de la cultura juvenil para actuar de igual forma que la industria de la publicidad cuando estudia a la población para optimizar al máximo su producto.

Dada la importancia que se concede a la concienciación respecto a la falta de actividad físico-deportiva y a la necesidad de una reorientación de la EF, tanto los padres como





las madres otorgan una gran relevancia al hecho de que en la actualidad, los índices de obesidad e inactividad de los niños se hacen casi insostenibles. Dato que concuerda con Serra et al. (2003) donde quedan establecidas las actuales cifras de obesidad infantil y juvenil, considerando a la escuela como potenciadora de actitudes positivas hacia la salud. Li, Dibley, Sibbritt y Yan (2008) son partidarios de abordar estrategias de prevención del sobrepeso y la obesidad en adolescentes desde el entorno escolar para reforzar un cambio comportamental en los más jóvenes. Se aprecia por tanto, como un aspecto de interés social, la aportación que se puede hacer desde la escuela y la EF como área curricular a la promoción de la actividad física y la salud (Romero, 2007). Devís y Cantera (2002) evidenciaron como desde la EF se pueden desarrollar programas de intervención que aborden la salud desde la actividad física.

Centrándonos en el interés tanto de padres como de madres, se ha verificado la importancia de la propia concienciación que tienen como paso previo a la actuación para una mejora de la motivación de sus hijos respecto a las clases de EF y el fomento de actividades más activas en su tiempo libre (Amenabar, Sistiaga y García, 2008). En este sentido, ha sido interesante descubrir cómo dichos agentes se perciben a sí mismos como figuras o modelos responsables de estos jóvenes en edades de máximo aprendizaje. Estos padres, en la línea de Manolleses et al. (2008), comprenden que su participación activa, así como la del resto de integrantes del entorno familiar pueden ser elementos fundamentales para desarrollar el incremento de hábitos saludables en los jóvenes.

Siguiendo con cuestiones propias del incentivo de la promoción, padres y madres muestran un cierto interés sobre la labor que

el centro escolar efectúa como agente movilizador en la vida activa de sus hijos. Se deduce un peso importante de actividades en horario extraescolar encaminadas a paliar el sedentarismo actual (Mollá, 2007), señalándose a las experiencias de ocio físico-deportivo como un medio de enorme potencial para propiciar valores y actitudes para el desarrollo integral de adolescentes y jóvenes.

En cuanto a las diferencias en las valoraciones realizadas por padres y madres sobre los distintos factores, no se han podido verificar de manera significativa. Ahora bien, al contrastar las diferencias en función del tipo de centro, hemos hallado que la implicación del profesorado en la promoción de hábitos saludables de sus alumnos, la necesidad de que exista una concienciación respecto a la falta de actividad físico-deportiva de los adolescentes y la mejora de la misma a través de la Escuela, así como la importancia del centro escolar como un elemento de promoción de dicha práctica saludable, resultan como factores más valorados por padres y madres de hijos pertenecientes al centro concertado respecto a los padres y madres de hijos en centros públicos. Es decir, que las actitudes, creencias y valores parentales están influenciados por el contexto sociocultural (Teques y Serpa, 2009).

La correlación moderada existente entre algunos factores, pone de manifiesto que la implicación del profesorado en la promoción de hábitos saludables influye de manera directa sobre la obtención de un centro promotor y movilizador. La preocupación de los padres respecto a la falta de implicación del profesorado podría estar justificada, ya que en el estudio realizado por Davó, Gil, Vives, Álvarez-Dardet y La Parra (2008) se demuestra que, actualmente, el protagonismo del profesorado en el impulso de la promoción de la salud en la escuela es menor que el de las





instituciones sanitarias en cuanto a la implementación y la difusión de los programas.

Una concienciación respecto a la falta de actividad físico-deportiva y la utilización de la Escuela como posible solución se atisban como fundamentales para una reorientación de la asignatura de EF, generando así una mayor motivación *hacia la práctica de actividad físico-deportiva y en el área de Educación Física* por parte del alumnado, como pudo demostrar Macarro (2008). Igualmente, las percepciones que tienen los adolescentes sobre su autoconcepto físico se relaciona positivamente con la práctica deportiva y la condición física, de acuerdo a los resultados obtenidos por Contreras, Gregorio, García, Palou y Ponseti (2010) y Guillén, y Ramírez (2010) respectivamente. Además, Urrutia, Azpillaga, De Cos y Muñoz (2010) establecieron que la práctica de la actividad física de los adolescentes conlleva una mejor percepción sobre la relación que se da entre el estado de salud y la imagen corporal.

A modo de conclusión y a partir de la información obtenida de los padres y madres que se han encuestado, obtenemos lo siguiente:

a) Los factores que más se valoran aluden a la concienciación sobre la falta de actividad

físico-deportiva para una mayor salud a través de la escuela. Que la asignatura EF debe tener una reorientación hacia la mejora de la salud y ha de promover hábitos y estilos de vida saludables, y que el centro escolar es un elemento clave en la promoción de la actividad físico-deportiva.

b) No existen diferencias entre las percepciones de los padres respecto a las de las madres. El posicionamiento conjunto de padres y madres es diferente en los centros concertados respecto a los centros públicos en cuanto al posicionamiento de la implicación del profesorado en la promoción de hábitos saludables, la concienciación respecto a la falta de actividad físico-deportiva para mejorar la salud en la escuela y la consideración del centro escolar como elemento clave en la promoción de las actividades físicas y saludables.

c) Existe una estrecha relación entre la implicación del profesorado en la promoción de hábitos saludables con el centro como promotor de actividades físicas. Lo mismo que para que exista una consciencia de la falta de la actividad física deportiva se requiere de una reorientación de la asignatura de EF hacia una mayor promoción de la salud.

PERCEPCIÓN DE PADRES Y MADRES RESPECTO A LA PROMOCIÓN DE ACTIVIDAD FÍSICO-DEPORTIVA PARA UNA ESCUELA ACTIVA Y SALUDABLE

PALABRAS CLAVE: Actividad físico-deportiva, Educación física, Padres, Escuela, Estilos de vida, Salud.

ABSTRACT: El conocimiento de la percepción que padres y madres tienen sobre la actividad físico-deportiva de sus hijos y de los factores que inciden en su práctica, supone un paso importante para la adopción de futuras medidas de actuación y prevención sobre la salud y actividad física en el ámbito educativo. El Inventario para una Escuela Activa y Saludable (IEASA) aplicado a 369 padres y madres de diversos centros educativos, muestra su percepción sobre la problemática de falta de actividad físico-deportiva de sus hijos, no dándose diferencias entre la valoración de padres y madres sobre los distintos factores del IEASA, excepto cuando se considera el tipo de centro. Los factores a considerar aluden a la concienciación respecto a la falta de actividad físico-deportiva orientada a la salud en la Escuela, la necesidad de una reorientación de la Educación Física, el abandono de práctica adolescente asociado a la actitud parental y el centro como elemento de promoción.





PERCEPÇÃO PARENTAL RELATIVAMENTE À PROMOÇÃO DE ACTIVIDADE FÍSICO-DESPORTIVA PARA UMA ESCOLA ACTIVA E SAUDÁVEL

PALAVRAS-CHAVE: Actividade físico-desportiva, Educação física, Pais, Escola, Estilos de vida, Saúde.

RESUMO: O conhecimento da percepção que os pais têm sobre a actividade físico-desportiva dos seus filhos e dos factores que incidem na sua prática, supõe um passo importante para a adopção de futuras medidas de actuação e prevenção sobre a saúde e actividade física no âmbito educativo. O Inventário para uma Escola Activa e Saudável (IEASA) aplicado a 369 pais e mães de diversos centros educativos, mostra que a sua percepção sobre a problemática de falta de actividade físico-desportiva dos seus filhos, não se verificando diferenças na valorização dos pais sobre os distintos factores do IEASA, excepto quando se considera o tipo de centro educativo. Os factores a considerar incidem na consciencialização quanto à falta de actividade físico-desportiva orientada para a saúde na Escola, na necessidade de uma reorientação da Educação da Educação Física, no abandono da prática adolescente associada à atitude parental e às escolas como elementos de promoção.

Referencias

- Amenabar, B., Sistiaga, J. y García, E. (2008). Revisión de los distintos aspectos de la influencia de los padres y las madres en la práctica de la actividad física y el deporte. *Apunts: Educación física y deportes* 93, 29-35.
- Ballesteros-Arribas, J., Dal-re Saavedra, M., Pérez-Farinós, N. y Villar-Villalba, C. (2007). La estrategia para la nutrición, actividad física y prevención de la obesidad: estrategia NAOS. *Revista Española de Salud Pública*, 81, 443-9.
- Benjamin, S., Haines, J., Ball, S y Ward, D. (2008). Improving Nutrition and Physical Activity in Child Care: What Parents Recommend. *Journal of the American Dietetic Association*, 108(11), 1907-1911.
- Cardon, G., Haerens, L., Verstraete, S. y de Bourdeaudhuij, I. (2009). Perceptions of a School-Based Self-Management Program Promoting an Active Lifestyle Among Elementary Schoolchildren, Teachers, and Parents. *Journal of Teaching in Physical Education*, 28(2), 141-154.
- Casimiro, A. y Piéron, M. (2001). La incidencia de la práctica físico-deportiva de los padres hacia sus hijos durante la infancia y la adolescencia. *Apunts: Educación física y deportes*, 65, 100-104.
- Castillo, I., Balaguer, I. y García-Merita, M. (2007). Efecto de la práctica de actividad física y de la participación deportiva sobre el estilo de vida saludable en la adolescencia en función del género. *Revista de Psicología del Deporte*, 16(2), 201-210.
- Consejería de Salud-Junta de Andalucía (2004). *Plan para la Promoción de la Actividad Física y la Alimentación Equilibrada*. Recuperado el 28 de noviembre de 2008, de <http://www.juntadeandalucia.es/salud/library/plantillas/externa.asp?pag=../../contenidos//diabetes/Plan%20AFA.pdf>.
- Contreras, O. R., Gregorio, J., García, L. M., Palou, P. y Ponseti, J. (2010). El autoconcepto físico y su relación con la práctica deportiva en estudiantes adolescentes. *Revista de Psicología del Deporte*, 19(1), 23-39.
- Currie, C., Roberts, C., Morgan, A., Smith, R., Settertobulte, W., Samdal, O. y Rasmussen, V. (2004). *Young People's Health in Context. Health Behaviour in School-aged Children (HBSC) study: international Report from the 2001/2002 survey*. Copenhagen: World Health Organization.





- Davó, M., Gil, D., Vives, C., Álvarez-Dardet, C. y La Parra, D. (2008). Las investigaciones sobre promoción y educación para la salud en las etapas de infantil y primaria de la escuela española: una revisión de los estudios publicados entre 1995 y 2005. *Gaceta Sanitaria*, 22(1), 58-64.
- Devís, J. y Cantera, M. (2001). La promoción de la actividad física relacionada con la salud en el ámbito escolar: implicaciones y propuestas a partir de un estudio realizado entre adolescentes. *Apunts: Educación física y deportes*, 67, 54-63.
- Escartí, A., Pascual, C. y Gutiérrez, M. (2005). *Responsabilidad personal y social a través de la educación física y el deporte*. Barcelona: Graó.
- European Commission (2004). *Special Eurobarometer. Citizens of the European Union and Sport*. Recuperado el 22 de febrero de 2009, de http://www.ec.europa.eu/public_opinion/archives/ebs/ebs_213_report_en.pdf.
- Flodmark, C., Marcus, C. y Britton, M. (2006). Interventions to prevent obesity in children and adolescents: a systematic literature review. *International Journal of Obesity*, 30(4), 579-589.
- Garrett, R. y Wrench, A. (2008). Connections, pedagogy and alternative possibilities in primary physical education. *Sport Education and Society*, 13(1), 39-60.
- Garrido, M.E., Zagalaz, M.L., Torres, G. y Romero, S. (2010). Diseño y validación de un cuestionario para técnicos deportivos acerca de su opinión sobre las actitudes de padres y madres en el deporte (CTPMD). *Cuadernos de Psicología del Deporte*, 10(2), 7-21.
- Garrido, M.E., González, G. y Romero, S. (2010). The behavior of parents in Municipals Sports Schools of Sevilla. *Journal of Sport and Health Research*, 2(3), 261-276.
- González, A. y Otero, M. (2005). Actitudes de los padres ante la promoción de la actividad física y deportiva de las chicas en edad escolar. *Cuadernos de Psicología del Deporte*, 5(1-2), 174-195.
- Goodwin, V., Richards, S., Taylor, R., Taylor, A. y Campbell, J. (2008). The effectiveness of exercise interventions for people with Parkinsons disease: A systematic review and meta-analysis. *Movement Disorders*, 23(5), 631-640.
- Guillén, F. y Ramírez, M. (2010). Relación entre Autoconcepto y Condición Física en Alumnos del Tercer Ciclo de Primaria. *Revista de Psicología del Deporte*, 20(1), 45-59.
- Hohepa, M., Scragg, R., Schofield, G., Kolt, G. y Schaaf, D. (2007). Social support for youth physical activity: Importance of siblings, parents, friends and school support across a segmented school day. *International Journal of Behavioral Nutrition and Physical Activity*, 4(54).
- Jackson, M., Crawford, D., Campbell, K. y Salmon, J. (2008). Are parental concerns about children's inactivity warranted, and are they associated with a supportive home environment? *Research Quarterly for Exercise and Sport*, 79(3), 274-282.
- Johns, D. P. (2005). Recontextualizing and delivering the biomedical model as a physical education curriculum. *Sport Education and Society*, 10(1), 69-84.
- Kahn, E., Ramsey, L., Browson, R., Heath, G., Howze, E., Powell, K., Stone, E., Rajab, M. y Corso, P. (2002). The effectiveness of interventions to increase physical activity. A systematic review. *American Journal of Preventive Medicine*, 22(45), 73-107.
- Li, M., Dibley, M., Sibbritt, D. y Yan, H. (2008). Factors associated with adolescents' overweight and obesity at community, school and household levels in Xi'an City, China: results of hierarchical analysis. *European Journal of Clinical Nutrition*, 62(5), 635-643.
- Macarro, J. (2008). *Actitudes y motivaciones hacia la práctica de actividad físico deportiva y el área de Educación Física, del alumnado de la provincia de Granada al finalizar la E.S.O.* Tesis doctoral. Universidad de Granada.





- Macarro, J., Romero, C. y Torres, J. (2010). Motivos de abandono de la práctica de actividad físico-deportiva en los estudiantes de Bachillerato de la provincia de Granada. *Revista de Educación*, 353, 495-519.
- Martínez-Baena, A.C., Romero-Cerezo, C., Delgado-Fernández, M. y Viciano-Ramírez, J. (2010). Construcción y validación del inventario para una escuela activa y saludable (IEASA). *Cuadernos de Psicología del Deporte*, 10(Supl.), 63-71.
- McMillan, J. y Shumacher, S. (2005). *Investigación Educativa* (5th.Ed ed.). Madrid.
- Ministerio de Sanidad y Consumo (2005). *Estrategia para la Nutrición, Actividad Física y Prevención de la Obesidad*. Recuperado el 10 de junio de 2009, de <http://www.naos.aesan.msc.es/naos/ficheros/estrategia/estrategianaos.pdf>.
- Ministerio de Sanidad y Consumo (2009). *Guía para una escuela activa y saludable: Orientación para los Centros de Educación Primaria*. Recuperado el 12 de julio de 2009, de http://www.perseo.aesan.msps.es/docs/docs/guias/escuela_activa.pdf.
- Molinero, O., Martínez, R., Garatachea, N. y Márquez, S. (2010). Pautas de actividad física de adolescentes españolas: diferencias mediadas por la participación deportiva y el día de la semana. *Revista de Psicología del Deporte*, 19(1), 103-116.
- Mollá, S. (2007). La influencia de las actividades Extraescolares en los Hábitos deportivos de los Escolares. *Revista Internacional de Medicina y Ciencias de la Actividad Física y del Deporte*, 7(27), 241-252.
- Morales, P., Urosa, B. y Blanco, A. (2003). *Construcción de escalas de actitudes tipo Likert*. Madrid: La Muralla.
- National Association for Sport and Physical Education (NASPE) (2003). Adults/teens attitudes toward physical activity and physical education. *The Sport Journal*, 6(2), 10.
- Organización Mundial de la Salud (2002). *El Informe sobre la salud en el mundo 2002. Reducir los riesgos y promover una vida sana*. Recuperado el 16 de abril de 2007, de http://www.who.int/whr/2002/en/whr02_es.pdf.
- Organización Mundial de la Salud (2004). *Estrategia mundial sobre régimen alimentario, actividad física y salud*. Recuperado el 16 de abril de 2007, de http://www.who.int/dietphysicalactivity/strategy/eb11344/strategy_spanish_web.pdf.
- Organización Mundial de la Salud (2007). *El Informe sobre la salud en el mundo 2007. Un porvenir más seguro. Protección de la salud pública mundial en el siglo XXI*. Recuperado el 16 de julio de 2008, de <http://www.who.int/whr/2007/es/index.html>.
- Ortega, E., Giménez, J. M., Palao, J. M. y Sainz de Baranda, P. (2008). Diseño y validación de un cuestionario para valorar las preferencias y satisfacciones en jóvenes jugadores de baloncesto. *Cuadernos de Psicología del Deporte*, 8(2), 39-58.
- Pate, R., Saunders, R., Dishman, R., Addy, C., Dowda, M. y Ward, D. (2007). Long-term effects of a physical activity intervention in high school girls. *American Journal of Preventive Medicine*, 33(4), 276-280.
- Pérez, I. y Delgado, M. (2007). Mejora de los conocimientos, procedimientos y actitudes del alumnado de secundaria tras un programa de intervención en educación física para la salud. *Motricidad. European Journal of Human Movement*, 18, 61-77.
- Piéron, M., Ruiz, F. y García, M. (2008). La opinión del alumno de educación secundaria sobre las clases de educación física: un desafío para los profesores y los formadores. *Revista Fuentes*, 8, 159-175.





- Quay, J. y Peters, J. (2008). Skills, strategies, sport, and social responsibility:reconnecting physical education. *Journal Curriculum Studies*, 40(5), 601-626.
- Roman, B., Serra-Majem, L., Ribas-Barba, L., Perez-Rodrigo, C. y Aranceta, J. (2008). How many children and adolescents in Spain comply with the recommendations on physical activity?. *Journal of Sports Medicine and Physical Fitness*, 48(3), 380-7.
- Romero, C. (2007). Delimitación del campo didáctico de la Educación Física y de su actividad científica. *Profesorado, revista de currículum y formación del profesorado*, 11 (2). Recuperado el 22 de febrero de 2008, de <http://www.ugr.es/~recfpro/rev112ART1.pdf#>.
- Rye, J., O'Hara Tompkins, N., Eck, R. y Neal, W. (2008). Promoting youth physical activity and healthy weight through schools. *West Virginia Medical Journal*, 104(2), 12-5.
- Salmon, J., Booth, M., Phongsavan, P., Murphy, N. y Timperio, A. (2007). Promoting physical activity participation among children and adolescents. *Epidemiologic Reviews*, 29, 144-59.
- Schmitt, P. (2007). Informe sobre la función del deporte en la educación (A6-0415/2007) (2007/2086(INI)), Ponencia en la Comisión de Cultura y Educación del Parlamento Europeo, en la sesión de 30.10.2007. Recuperado el 24 de marzo de 2007, de <http://www.oei.es/deporteylevalores/ES.pdf>
- Serra, L., Ribas, L., Aranceta, J., Pérez, C, Saavedra, P. y Peña, L. (2003). Obesidad infantil y juvenil en España. Resultados del Estudio en Kid (1998-2000). *Medicina Clínica*, 121(19), 725-32.
- Telama, R. y Yang, X. (2000). Decline of physical activity from young to young adulthood in Finland. *Medicine and Science in Sports and Exercise*, 32(5), 1617-1622.
- Teques, P. y Serpa, S. (2009). Implicación parental: Adaptación de un modelo teórico al deporte. *Revista de Psicología del Deporte*, 18(2), 235-252.
- Troiano, R., Berrigan, D., Dodd, K., Masse, L., Tilert, T. y McDowell, M. (2008). Physical activity in the United States measured by accelerometer. *Medicine and Science in Sports and Exercise*, 40(1), 181-8.
- Urrutia, S., Azpillaga, I., De Cos, G. L. y Muñoz, D. (2010). Relación entre la percepción de estado de salud con la práctica físicodeportiva y la imagen corporal en adolescentes. *Cuadernos de Psicología del Deporte*, 10(Supl.), 51-56.
- Varo, J., Martínez, M., de Irala, J., Kearney, J., Gibney, M. y Martínez, J. (2003). Distribution and determinants of sedentary lifestyles in the European Union. *International Journal of Epidemiology*, 32(1), 138-146.
- Villard, L., Ryden, L. y Stahle, A. (2007). Predictors of healthy behaviours in Swedish school children. *European Journal of Cardiovascular Prevention and Rehabilitation*, 14(3), 366-372.

