

## Iguales, familia y participación en actividades deportivas organizadas durante la adolescencia

Irene García-Moya\*, Carmen Moreno\*, Francisco Rivera\*\*,  
Pilar Ramos\* y Antonia Jiménez-Iglesias\*

### PEERS, FAMILY AND PARTICIPATION IN ORGANIZED SPORT ACTIVITIES DURING ADOLESCENCE

KEYWORDS: Physical activity, Adolescence, Organized leisure time, Family, peer group, Answer tree.

ABSTRACT: This study aimed to examine the influence of sport activities by peer groups and the family on the frequency of adolescents' participation in organized sport activities. A sample of 9,821 Spanish adolescent schoolchildren between the ages of 11 and 18 from the 2010 edition of the international study on *Health Behaviour in School-Aged Children* (HBSC) was used. The results obtained by means of an Answer Tree multivariate analysis indicated that gender was the best predictor of organized sport activity, with participation being notably higher in boys. As for the role of other variables, the practice of sport in peer and family activities were the most influential variables for boys. On the contrary, in the girls' case, age appeared as the first factor and the influence of sport in family activities and the peer group was different depending on age. In conclusion, family and peers seem to be significant influences on involvement in sport, despite having different roles according to the adolescents' gender and age.

La actividad física durante la adolescencia tiene innumerables beneficios para la salud (Ramos, Rivera, Moreno y Jiménez-Iglesias, 2011; Strong et al., 2005): mejor forma física, menor riesgo de sobrepeso, autoestima más elevada o mayor bienestar emocional y satisfacción vital son sólo algunos ejemplos. Además, la adolescencia resulta un momento evolutivo de gran importancia en la creación de hábitos de vida saludables, ya que la incorporación de la actividad física y deportiva regular en la vida del adolescente se asocia no sólo con estilos de vida más saludables durante esta etapa (Castillo, Balaguer y García-Merita, 2007; Iannotti, Kogan, Janssen y Boyce, 2009), sino también con una mayor probabilidad de mantener dichos hábitos de vida saludables en momentos evolutivos posteriores (Litt, Iannotti y Wang, 2011).

Por otra parte, cuando el ejercicio físico tiene lugar en el marco de actividades de ocio organizadas entran en juego una serie de aspectos (motivación, regularidad, guía y supervisión adultas, orientación hacia el desarrollo de habilidades, e.g.) que facilitan el crecimiento personal. En esta línea, Casey y colaboradores (2005) han señalado que la participación en actividades de tiempo libre organizado ofrece oportunidades para el desarrollo de habilidades prosociales y reduce la probabilidad de implicarse en conductas de riesgo, además de fortalecer la autoeficacia del adolescente y la integración con sus iguales. En definitiva, la participación en actividades de ocio organizadas representa un uso productivo del tiempo libre, que se asocia con un ajuste psicosocial positivo en la adolescencia (Eccles y Templeton, 2002), con lo que el tiempo libre estructurado dedicado a actividades deportivas supone un doble beneficio para nuestros adolescentes.

El estudio de los beneficios de la actividad física para la salud de los adolescentes ha ido acompañado de un interés por el análisis de los factores relacionados con la realización de actividad física durante la adolescencia, habiéndose acudido a tres grandes bloques de determinantes: variables demográficas, factores de índole psicológica e influencias sociales. Así, género y edad han mostrado ser dos factores relevantes en la frecuencia de realización de actividad física, al tiempo que se ha observado que la autoeficacia y la competencia percibida, así como el disfrute asociado a la práctica deportiva son factores psicológicos de gran relevancia (Biddle, Whitehead y Nevill, 2005). Del mismo modo, se ha señalado que los factores sociales juegan un papel importante en la implicación del adolescente en la realización de actividad física y, en este sentido, parece observarse que el modelado de otros significativos, entre los que han sido destacados la familia y el grupo de iguales, ejerce también una influencia fundamental (Escartí y García, 1994; Gil de Montes et al., 2007; Wold y Andersen, 1992).

Sin embargo, la investigación sobre los aspectos motivacionales relacionados con la práctica de actividad física no está exenta de contradicciones. Sallis, Prochaska y Taylor (2000), en una revisión sistemática de los estudios publicados sobre variables influyentes en la actividad física de los adolescentes, no encontraron relaciones consistentes entre las variables sociales y la realización de actividad física. Igualmente, sus hallazgos fueron contradictorios con algunos de los alcanzados en trabajos anteriores en lo referente a la influencia de las variables psicológicas y el nivel socioeconómico.

Correspondencia: Irene García-Moya. Universidad de Sevilla. C/Camilo José Cela s/n. 41018 Sevilla, España. E-mail: irenegm@us.es

\* Universidad de Sevilla.

\*\* Universidad de Huelva.

— Artículo invitado con revisión

En cuanto al nivel de participación de los adolescentes, se ha observado que a pesar de la contrastada importancia de la actividad física para la salud y la variedad de actividades organizadas deportivas disponibles tanto en el ámbito escolar como comunitario, los jóvenes, y especialmente las chicas, tienden a reducir su implicación en actividades físicas y deportivas conforme avanza la adolescencia (Aznar et al., 2011; Moreno et al., 2011), lo que hace que gran parte de los adolescentes españoles no cumplan con las recomendaciones sobre realización de actividad física marcadas por las autoridades sanitarias.

Esta situación despierta una gran preocupación, ya que la OMS (2010) atribuye hasta un 6% de las muertes anuales en el mundo a la inactividad física. De ahí, que la mejora del nivel de actividad física en nuestros jóvenes se haya convertido en un reto para la salud pública en España (Lasheras, Aznar, Merino y López, 2001), subrayándose la necesidad de conocer más sobre las influencias que condicionan la actividad física de los jóvenes españoles. Además, los análisis realizados hasta el momento han explorado mayoritariamente los efectos independientes de distintas variables sobre la realización de actividad física, pero es relativamente poco lo que se sabe sobre las interacciones que se producen entre ellas.

Por ello, el objetivo de este trabajo es examinar la influencia de distintas variables sociodemográficas (sexo, edad y capacidad adquisitiva) y la presencia o ausencia de la actividad deportiva en el grupo de iguales y la familia en la frecuencia con que los adolescentes españoles participan en actividades deportivas organizadas. Además, para obtener una visión más profunda de la realidad estudiada, este trabajo incorpora una técnica de análisis multivariante novedosa y hasta el momento poco empleada en ciencias sociales: el análisis de árbol de clasificación o *Answer Tree Analysis*. Esta aproximación, ampliamente utilizada en las ciencias médicas, resulta también de enorme utilidad en la investigación sobre estilos de vida, al permitir identificar dentro de la población estudiada distintos subgrupos que tienen en común una serie de barreras o bien de factores facilitadores para la implicación en el hábito saludable examinado. Además, esta técnica permite clarificar resultados contradictorios como los comentados en párrafos anteriores, ya que pone de manifiesto los casos en que una misma variable tiene una influencia distinta en diferentes subgrupos de la población.

## Método

### Participantes

Los participantes proceden de una muestra representativa de adolescentes escolarizados españoles seleccionados con motivo de la edición 2010 del estudio internacional *Health Behaviour in School-aged Children* (HBSC) en España. La muestra está formada por 9821 adolescentes escolarizados de entre 11 y 18 años de edad, con una representación equilibrada de chicos y chicas (49.46% y 50.54%, respectivamente).

### Instrumento

Las variables empleadas se evaluaron mediante el cuestionario HBSC español de la edición 2010. Este instrumento cuenta con la aprobación del Comité Ético de Experimentación de la Universidad de Sevilla, cumpliendo por tanto con la normativa española y europea para la investigación con personas. En concreto, del cuestionario HBSC se seleccionaron las siguientes variables de acuerdo con los objetivos de este trabajo:

- Implicación en la realización de actividad deportiva organizada. Esta medida se construyó a partir del ítem referido a actividades deportivas de la escala para la evaluación de la frecuencia de participación en actividades organizadas de tiempo libre (Jacobs, Vernon, y Eccles, 2005), empleándose una recodificación de las respuestas en dos valores: *baja* (no realiza actividades deportivas o lo hace rara vez) y *alta* (participa en ese tipo de actividades regularmente, ya sea semanalmente o más de una vez a la semana).

- Variables sociodemográficas: Se incluyeron sexo, edad y capacidad adquisitiva familiar. La capacidad adquisitiva familiar fue evaluada por medio de la *Family Affluence Scale II*, (FAS-II; Currie et al., 2008). Las puntuaciones en esta medida van de 0 a 9 y pueden diferenciarse tres niveles siguiendo el criterio propuesto por Boyce, Torsheim, Currie y Zambon (2006): *baja* (de 0 a 3), *media* (de 4 a 6) y *alta* (de 7 a 9).

- Presencia del deporte en las actividades familiares. Es el resultado de una recodificación dicotómica (Sí, No) de las respuestas del adolescente al ítem *Hacer deporte juntos* de la versión incluida en el estudio HBSC de la escala de evaluación de la vida familiar de Sweeting, West y Richards (1998).

- Presencia de las actividades deportivas en el grupo de iguales. Esta variable ha sido evaluada mediante la recodificación dicotómica (Sí, No) de la respuesta de los adolescentes a uno de los ítems sobre el comportamiento de los iguales: *La mayoría de los amigos que pertenecen a mi grupo participan en actividades deportivas con otros chicos/as*.

### Procedimiento

El procedimiento de recogida de datos cumplió con los tres requisitos marcados por el protocolo internacional del estudio HBSC: los cuestionarios fueron rellenados por los propios adolescentes de manera individual, el anonimato de los mismos estuvo garantizado y la aplicación del cuestionario se llevó a cabo dentro del contexto escolar y con supervisión de personal preparado para ello.

### Análisis de datos

En primer lugar, se llevaron a cabo análisis bivariados mediante Chi cuadrado y pruebas de tamaño de efecto (Phi o Tau-c de Kendall, según la naturaleza de las variables implicadas) para evaluar la influencia de cada una de las variables independientes en la participación en actividades deportivas organizadas. La estimación de los residuos estandarizados permitió identificar los valores entre los que las diferencias tenían una magnitud significativa.

Posteriormente, se realizó un análisis multivariante mediante *Answer Tree Analysis*, empleando el logaritmo de crecimiento CRT, para el análisis conjunto de todas las variables examinadas y la identificación de los subgrupos con mayor y menor implicación en actividad deportiva organizada. Los resultados fueron validados mediante un procedimiento de validación cruzada en base 10, que supone la estimación de 10 árboles a partir de distintas submuestras aleatorias y el cálculo del promedio de los riesgos de clasificación asociados a cada uno de ellos. La coincidencia en los resultados de este procedimiento es indicativa de que las relaciones encontradas no son atribuibles al azar.

### Resultados

Los análisis de la influencia de las variables sociodemográficas y sociales en la implicación alta en actividades deportivas organi-

## Iguales, familia y participación en actividades deportivas organizadas durante la adolescencia

zadas se presentan en la Tabla 1. Estos resultados indican que todas las variables examinadas tenían una influencia significativa en la implicación en actividades deportivas organizadas ( $p < .001$ ). Las pruebas de tamaño de efecto indicaron que la magnitud de dicha influencia fue pequeña, correspondiendo los mayores efectos a las diferencias asociadas al sexo ( $\Phi = -.28$ ), en el caso de las variables

sociodemográficas, y a la presencia de la actividad deportiva en el grupo de iguales ( $\Phi = .14$ ), en cuanto a las variables sociales.

Posteriormente se realizó un análisis multivariante de *Answer Tree*, cuya representación gráfica se recoge en la Figura 1. Este árbol de clasificación presentó un riesgo de estimación de .354 y un error típico de .005. La validación cruzada en base 10 mostró

		%	$\chi^2$	gl	$\Phi/\text{Tau-c}^a$	zres
Sexo	Chico	62.6	776.29*	1	-.28	27.9
	Chica	34.5				-27.9
Edad	11-12 años	58.2	204.35*	3	-.16	10.8
	13-14 años	50.9				3.2
	15-16 años	45.0				-4.4
	17-18 años	36.8				-10.7
FAS	Baja	39.4	76.40*	2	.09	-5.6
	Media	45.1				-5.1
	Alta	52.3				8.2
Actividad deportiva Familia	Ausencia	41.3	150.20*	1	.12	-12.3
	Presencia	53.9				12.3
Actividad deportiva Iguales	Ausencia	21.7	133.42*	1	.14	-11.6
	Presencia	48.7				11.6

Nota: zres = residuos estandarizados corregidos; valores superiores a 3 son indicativos de una diferencia de magnitud significativa.

<sup>a</sup> Para el análisis del tamaño de efecto contenido en la columna  $\Phi/\text{Tau-c}$  se proporciona el valor del estadístico pertinente en cada caso: Phi ( $\Phi$ ) para variables dicotómicas y Tau-c de Kendall para variables con más de dos valores de respuesta.

\* =  $p < .001$ .

Tabla 1. Influencia de las variables sociodemográficas y sociales en la implicación alta en actividad deportiva organizada.

resultados similares: un riesgo de estimación de .355 y un error típico de .005, lo que es indicativo de que los resultados obtenidos no son atribuibles al azar.

Como se observa en la Figura 1, el género fue el mejor predictor de la actividad deportiva organizada, siendo la participación regular notablemente mayor en chicos (62.6%) que en chicas (34.5 %). Además, el patrón de explicación de la participación en actividades deportivas fue diferente en unos y otras. En los chicos, y en este orden, la participación en actividades deportivas de miembros del grupo de iguales y, en caso afirmativo, la presencia del deporte en las actividades familiares se asociaron a una implicación alta en la realización de actividad deportiva organizada. En el caso de las chicas, en cambio, la edad es el primer factor que crea diferencias, presentando las chicas con menos de 15 años una mayor implicación. En un nivel posterior, la siguiente variable en relevancia parece ser la actividad deportiva en familia para las chicas menores de 15 años, mientras que en las de 15 años en adelante, este lugar es ocupado por la presencia de actividad deportiva en su grupo de iguales.

Por último, se observa que en los chicos y chicas que presentan mayor implicación en actividades deportivas (en el caso de los chicos: presencia de la actividad deportiva en el grupo de iguales y en la familia; y en las chicas: menores de 15 años y presencia del deporte en las actividades familiares) aparece en última instancia la capacidad adquisitiva familiar, encontrándose diferencias socioeconómicas, en torno a 8 puntos porcentuales, a favor del nivel socioeconómico alto frente a los niveles medio y bajo.

## Discusión

Los resultados obtenidos en este trabajo muestran, en primer lugar, que sólo un 48.4% de los adolescentes participa de manera

regular (al menos una vez a la semana) en actividades deportivas organizadas, un porcentaje que es significativamente menor en las chicas y en los adolescentes de capacidad adquisitiva media o baja. En cuanto a las variables sociales, la presencia del deporte en la familia y en el grupo de iguales parece asociarse positivamente con la implicación regular en actividades de tiempo libre organizado de carácter deportivo.

El análisis multivariante proporcionó una visión más completa de la realidad estudiada. Así, en primer lugar, mostró que el género destaca como la variable más influyente en la implicación de los adolescentes en actividades deportivas organizadas, encontrándose en las chicas niveles de implicación significativamente menores. Esa menor implicación puede ser atribuida a diversas razones, entre otras, la consideración social (especialmente en el grupo de iguales) de que la práctica deportiva es una actividad poco femenina, la mayor importancia otorgada a otras actividades sociales y el trabajo escolar o la preocupación por la imagen corporal que hace que las chicas dejen de practicar determinados deportes porque temen desarrollar demasiada musculatura o no se sienten cómodas con su apariencia cuando llevan la equipación (Slater y Tiggermann, 2010).

La edad también tuvo un papel relevante acorde con investigaciones previas (Nader, Bradley, Houts, McRitchie y O'Brien, 2008), siendo el efecto de la misma mayor en las chicas, para las que dicha variable fue la más influyente. En los chicos, en cambio, las variables relacionadas con la influencia de iguales y familia incidían más en su implicación en actividades deportivas que la edad. Además, el descenso en la implicación en actividades deportivas asociado a la edad parece observarse antes en las chicas que en los chicos.

Por otra parte, los resultados obtenidos respaldan la relevancia de las influencias sociales en la implicación regular en activi-

dad física. Concretamente, familia e iguales mostraron ser contextos influyentes en la incorporación de los adolescentes a actividades organizadas de índole deportiva. En este sentido, se ha sugerido que la familia ejerce su influencia a través de múltiples mecanismos, tales como el apoyo familiar, la socialización en creencias y actitudes positivas hacia la actividad deportiva, el modelado o el apoyo instrumental mediante el transporte o el pago de las cuotas ligadas a la práctica de ciertas actividades (Edwards y Gorely, 2010). Igualmente, procesos de modelado e influencia social podrían estar detrás de los efectos positivos de la implicación en actividades deportivas del grupo de iguales, ya que éste, especialmente en la adolescencia, se convierte en un importante agente de socialización que influye en las elecciones sobre el empleo del tiempo libre que realiza el adolescente. Además, se ha constatado que los adolescentes más motivados por la práctica deportiva tienden a ser aquéllos que perciben que sus amigos valoran y practican deporte y que el deporte favorece sus relaciones sociales (Escartí y García, 1994).

No obstante, también en relación con la influencia de familia e iguales, se observan diferencias de género, ya que mientras para los chicos adolescentes el grupo de iguales ocupa el papel más destacado, en las chicas la importancia de las influencias sociales depende de la edad, siendo los iguales más influyentes para las chicas de 15 años en adelante y el papel de la familia más destacado para las menores de 15 años.

En cuanto a la identificación de las características de los subgrupos que mostraban los perfiles más y menos positivos en relación con la implicación regular en actividad deportiva organizada, se encontró que la mayor proporción de participación regular en actividades deportivas correspondía al grupo de chicos cuyos amigos practicaban actividades deportivas y en cuyas actividades familiares estaba presente el deporte. En el otro extremo, la menor proporción se encontró en chicas de 15 años en

adelante cuando el deporte estaba ausente tanto en su grupo de iguales como en el entorno familiar.

Finalmente, un nivel adquisitivo alto apareció como un factor asociado con un aumento de implicación en actividades deportivas organizadas únicamente en los chicos y chicas con los patrones más positivos respecto al resto de variables, por lo que las influencias sociales de familia e iguales (y la edad, en el caso de las chicas) parecían ocupar una posición más relevante en la explicación de la implicación en actividades deportivas de los adolescentes que el nivel adquisitivo.

En síntesis, los resultados obtenidos muestran un predominio de la implicación baja en actividades deportivas organizadas en los adolescentes españoles y ponen de manifiesto importantes diferencias de género tanto en el nivel de implicación como en la influencia del resto de variables sobre la actividad deportiva. Así, además de proporcionar apoyo a la importancia de las influencias de iguales y familia, en este trabajo se constata que el efecto de las mismas puede ser distinto dependiendo del género y edad de los adolescentes, lo que puede contribuir a dar respuesta a algunas de las inconsistencias encontradas en la investigación previa (Sallis et al., 2000).

No obstante, algunas limitaciones deben ser tenidas en cuenta en la interpretación de los resultados de este trabajo. En primer lugar, el diseño transversal del mismo no permite arrojar conclusiones definitivas sobre la direccionalidad de las relaciones entre variables sociales y actividad deportiva. Otra posible limitación deriva del hecho de haber evaluado únicamente la implicación en actividades deportivas de carácter organizado, con lo que sólo se da cuenta de una parte de la actividad deportiva realizada por el adolescente. No obstante, los beneficios adicionales asociados al tiempo libre estructurado hacen de la participación en actividades deportivas organizadas una opción doblemente beneficiosa para la salud de los adolescentes, por lo que el interés en esta parcela específica de realización de actividad física resulta, a juicio de los autores, justificado.

### Agradecimientos

El estudio HBSC en España ha sido financiado por el Ministerio de Sanidad, Política Social e Igualdad. El trabajo de Irene García-Moya cuenta con el respaldo del Ministerio de Educación (Plan Nacional FPU, ref. 2009-0978).

### IGUALES, FAMILIA Y PARTICIPACIÓN EN ACTIVIDADES DEPORTIVAS ORGANIZADAS DURANTE LA ADOLESCENCIA

PALABRAS CLAVE: Actividad física, Adolescencia, Tiempo libre organizado, Familia, Iguales, Answer tree.

RESUMEN: El objetivo de este trabajo es examinar la influencia de la presencia de la actividad deportiva en el grupo de iguales y la familia en la frecuencia con que los adolescentes realizan actividades deportivas organizadas. Se empleó una muestra de 9821 adolescentes escolarizados españoles de entre 11 y 18 años procedentes de la edición 2010 del Estudio internacional *Health Behaviour in School-aged Children* (HBSC). Los resultados obtenidos mediante análisis multivariante de Answer Tree, indican que el género fue el mejor predictor de la actividad deportiva organizada, siendo la participación notablemente mayor en los chicos. En cuanto al papel del resto de variables, la presencia de la actividad deportiva en el grupo de iguales y las actividades familiares fueron las variables más influyentes en los chicos. En las chicas, en cambio, la edad surgió como primer factor y la influencia de familia y grupo de iguales fue distinta dependiendo de la edad. En conclusión, familia e iguales parecen ser influencias significativas en la implicación en actividades deportivas, aunque su papel es distinto dependiendo del género y la edad del adolescente.

### PARES, FAMÍLIA E PARTICIPAÇÃO EM ACTIVIDADES DESPORTIVAS ORGANIZADAS DURANTE A ADOLESCÊNCIA

Palavras-chave: Actividade física, Adolescência, Tempo-livre organizado, Família, Pares, Answer tree.

RESUMO: O objetivo deste trabalho é examinar a influência da presença de actividade física no grupo de pares e família na frequência com que os adolescentes realizam actividades físicas organizadas. A amostra foi constituída por 9821 adolescentes espanhóis escolarizados com idades compreendidas entre os 11 e os 18 anos procedentes da edição 2010 do estudo internacional *Health Behavior in School-aged Children* (HBSC). Os resultados obtidos através da análise multivariada Answer Tree, indicam que o género foi o melhor preditor da actividade desportiva organizada, sendo a participação notavelmente superior nos rapazes. Quanto ao papel do resto das variáveis, a presença de actividade desportiva no grupo de pares e as actividades familiares foram as variáveis mais influentes nos rapazes. Por seu turno, nas raparigas, a idade surgiu como primeiro factor e a influência da família e do grupo de pares foi diferente dependendo da idade. Em suma, a família e o grupo de pares parecem ser influências significativas na implicação nas actividades desportivas, embora o seu papel seja distinto dependendo do género e da idade dos adolescentes.

Iguales, familia y participación en actividades deportivas organizadas durante la adolescencia

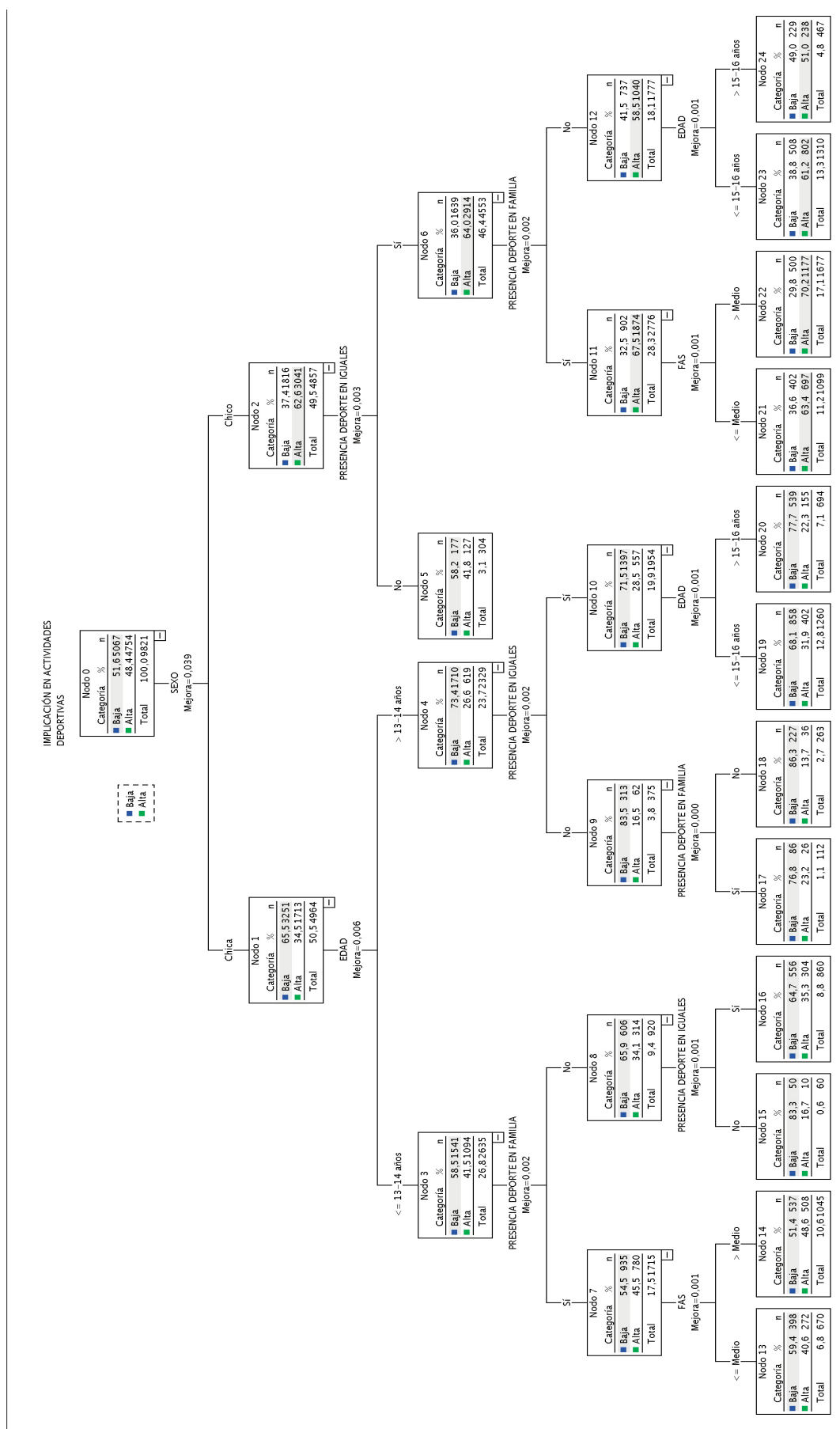


Figura 1. Answer Tree Analysis del nivel de implicación en actividad deportiva organizada durante la adolescencia.

## Referencias

- Aznar, S., Naylor, P. J., Silva, P., Pérez, M., Angulo, T., Laguna, M. Lara, M. T. y López-Chicharro, J. (2011). Patterns of physical activity in Spanish children: A descriptive pilot study. *Child: Care, Health and Development*, 37(3), 322-328.
- Biddle, S. J. H., Whitehead, S. H. y Nevill, M. E. (2005). Correlates of participation in physical activity for adolescent girls: A systematic review of recent literature. *Journal of Physical Activity and Health*, 2(4), 423-434.
- Boyce, W., Torsheim, T., Currie, C. y Zambon, A. (2006). The Family Affluence Scale as a measure of national wealth: Validation of an adolescent self-report measure. *Social Indicators Research*, 78, 473-487.
- Casey, D., Ripke, M. y Huston, A. (2005). Activity participation and the well-being of children and adolescents in the context of welfare reform. En J. Mahoney, R. Larson, y J. Eccles (Eds.), *Organized activities as contexts of development, extracurricular activities, after-school and community programs* (pp. 65-84). Mahwah, NJ: Lawrence Erlbaum Associates.
- 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.
- Currie, C., Molcho, M., Boyce, W., Holstein, B. E., Torsheim, T. y Richter, M. (2008). Researching health inequalities in adolescents: the development of the Health Behaviour in School-aged Children (HBSC) Family Affluence Scale. *Social Science & Medicine*, 66, 1429-1436.
- Eccles, J. y Templeton, J. (2002). Extracurricular and other after-school activities for youth. *Review of Research in Education*, 26, 113-180.
- Edwarson, C. L. y Gorely, T. (2010). Parental influences on different types and intensities of physical activity in youth: A systematic review. *Psychology of Sport and Exercise*, 11, 522-535.
- Escartí, A. y García, A. (1994). Factores de los iguales relacionados con la práctica y la motivación deportiva en la adolescencia. *Revista de Psicología del Deporte*, 3(2), 35-51.
- Gil de Montes, L., Arruza, J. A., Arribas, S., Verde, A., Ortiz, G. y Irazusta, S. (2007). El papel de los otros significativos en la motivación intrínseca de deportistas. *Revista Iberoamericana de Psicología del Ejercicio y el Deporte*, 2(1), 97-112.
- Ianotti, R. J., Kogan, M. D., Janssen, I. y Boyce, W. F. (2009). Patterns of adolescent physical activity, screen-based media use and positive and negative health indicators in the U.S. and Canada. *Journal of Adolescent Health*, 44, 493-499.
- Jacobs, J. E., Vernon, M. K. y Eccles, J. S. (2005). Activity choices in middle childhood: The roles of gender, self-beliefs, and parents' influence. En J. L. Mahoney, R. W. Larson, y J. Eccles (Eds.), *Organized activities as contexts of development: Extracurricular activities, after-school and community programs* (pp. 235-254). Nueva Jersey: Lawrence Erlbaum Associates Publishers.
- Lasheras, L., Aznar, S., Merino, B. y López, E. G. (2001). Factors associated with physical activity among Spanish youth through the National Health Survey. *Preventive Medicine*, 32, 455-464.
- Litt, D. M., Ianotti, R. J. y Wang, J. (2011). Motivations for adolescent physical activity. *Journal of Physical Activity and Health*, 8(2), 220-226.
- Moreno, C., Ramos, P., Rivera, F., Muñoz-Tinoco, V., Sánchez-Queija, I., Granada, M. C. et al (2011). Desarrollo adolescente y salud en España. Resumen del estudio Health Behaviour in School-aged Children (HBSC – 2006). Madrid: Ministerio de Sanidad y Consumo. Recuperado el 28 de junio de 2011, de: <http://www.msps.es/profesionales/saludPublica/prevPromocion/promocion/saludJovenes/estudioHBSC/ResumenHBSC2006.htm>
- Nader, P. R., Bradley, R. H., Houts, R. M., McRitchie, L. S. y O'Brien, M. (2008). Moderate to vigorous physical activity from ages 9 to 15 years. *Journal of the American Medical Association*, 300, 295-305.
- OMS (2010). *Global recommendations on physical activity for health*. Geneva: World Health Organization.
- Ramos, P., Rivera, F., Moreno, C. y Jiménez-Iglesias, A. (2011). Análisis de clúster de la actividad física y las conductas sedentarias de los adolescentes españoles, correlación con la salud biopsicosocial. Manuscrito enviado para su publicación.
- Sallis, J. F., Prochaska, J. J. y Taylor, W. C. (2000). A review of correlates of physical activity of children and adolescents. *Medicine & Science in Sports & Exercise*, 32(5), 963-975.
- Slater, A. y Tiggerman, M. (2010). "Uncool to do sport": A focus group study of adolescent girls' reasons for withdrawing from physical activity. *Psychology of Sport and Exercise*, 11, 619-626.
- Strong, W. B., Malina, R. M., Bumke, C. J., Daniels, S. R., Dishman, R. K., Gutin, B., Hergenroeder, A. C., Must, A., Nixon, P. A., Pivarnik, J. M., Rowland, T., Trost, S. y Trudeau F. (2005). Evidence based physical activity for school-age children. *Journal of Pediatrics*, 146, 732-737.
- Sweeting, H., West, P. y Richards, M. (1998). Teenage family life, lifestyles and life chances: associations with the family structure, conflict with parents and joint family activity. *International Journal of Law, Policy and the Family*, 12, 15-46.
- Wold, B., y Andersen, N. (1992). Health promotion aspects of family and peer influences on sport participation. *International Journal of Sport Psychology*, 23, 343-359.