

INTERÉS Y TIPO DE PRÁCTICA DEPORTIVA EN FUNCIÓN DEL SEXO EN EXTREMADURA

Domínguez, Pachón, Ana M^a
Grupo de Investigación AFIDES
Facultad de Ciencias del Deporte
Universidad de Extremadura
adominguez@unex.es

García, Hermoso, Antonio
Grupo de Investigación AFIDES
Facultad de Ciencias del Deporte
Universidad de Extremadura
antoniogh@unex.es

Escalante, González, Yolanda
Grupo de Investigación AFIDES
Facultad de Ciencias del Deporte
Universidad de Extremadura
yescgon@unex.es

RESUMEN

Los objetivos del presente trabajo fueron: i) conocer el interés y el nivel de práctica deportiva de los extremeños en función del género y ii) conocer y analizar el modo en que los extremeños realizan actividad física en función del género. Se tomó una muestra de 1.111 extremeños mayores de edad que cumplimentaron un cuestionario sobre actividades físico deportivas. Se realizó un muestreo estratificado polietápico en función del tamaño de municipio de residencia, edad y sexo con error máximo de $\pm 3\%$ y nivel de confianza del 95,5%. Se calcularon descriptivos básicos (frecuencia y porcentaje) y tablas de contingencias (estadístico chi cuadrado). Los hombres tienen mayor interés (75%) y nivel de práctica (44%) que las mujeres (63% y 34% respectivamente), practican diferentes modalidades, en diferentes épocas y utilizando distintas instalaciones. Las conclusiones de este trabajo fueron: i) la población extremeña tiene un alto interés por el deporte pero un bajo nivel de práctica, (especialmente en mujeres) siendo diferentes las modalidades practicadas por hombres y mujeres y ii) los que practican lo hacen por su cuenta o como miembro de algún club (en mayor medida las mujeres), todo el año y en instalaciones públicas (en mayor medida los hombres), por lo que los esfuerzos de las Administraciones Públicas podrían encaminarse a mantener este tipo de instalaciones

PALABRAS CLAVE

Actividad física, modalidad deportiva, instalación deportiva

INTRODUCCIÓN

Los estilos de vida sedentarios predominan mayoritariamente en casi todos los países desarrollados (OMS, 2002). Así, el sedentarismo, constituye uno de los grandes factores de riesgo que explican las proporciones epidémicas actuales de las enfermedades no transmisibles. En su *"Informe sobre la salud en el mundo 2002"*, la Organización Mundial de la Salud (OMS) estimó que el exceso de peso y la inactividad física ocupan el decimo y decimoquinto lugar respectivamente entre las causas fundamentales de mortalidad y discapacidad en el mundo. A nivel mundial, se estima que la prevalencia de inactividad física entre los adultos es del 17%, con un rango de entre el 11% y el 24% en función de la zona geográfica (OMS, 2002).

Al igual que ocurre con las zonas geográficas, si se analiza por género se encuentran grandes diferencias entre hombres y mujeres. De este modo, a nivel internacional, se halló que la actividad física realizada por las mujeres es menor que la de los hombres (Browson et al., 2001; Gomes et al., 2001; Hu et al., 2002; Seclén-Palacín, 2003; Gómez et al., 2005; Márquez, 2008; Pan et al., 2009) tanto en su jornada laboral como en su tiempo de ocio, presentando éstos mayor gasto energético, así como mayor duración de las actividades que las mujeres (Gomes et al., 2001). En Europa, también existen numerosos trabajos relacionados con la actividad física realizada por la población, encontrando, como a nivel internacional, que los hombres realizan más actividad física que las mujeres (Martínez-González et al., 2001; Rutten et al., 2004a y b; Abu Omar et al., 2004 a y b; Sjöström et al., 2006; Vaz de Almeida et al., 2007; Abu-Omar y Rütten, 2008). En el Eurobarómetro 2006 (Comisión Europea, 2006), se valoró la actividad física realizada por los europeos durante su jornada laboral, siendo un 23% los hombres que realizan "mucho" actividad física frente al 15% de mujeres. Sin embargo, al analizar las actividades realizadas en el hogar (labores, jardinería, mantenimiento, etc), se observa una tendencia inversa, siendo mayor el porcentaje de mujeres que realizan actividad física dentro de casa, un 35% frente al 19% de los hombres. En cuanto al número de días por semana que realizan actividad física, los hombres practican actividad física vigorosa 2,1 días por semana frente a los 1,3 días de las mujeres. En España, los hombres también muestran mayor interés y nivel de práctica deportiva que las mujeres (Hellín, 2003; Havassport, 2007). Del mismo modo, los hombres practican más en verano, por su cuenta y en compañía de amigos, mientras que las mujeres lo hacen en invierno y en gimnasio, preferentemente. Los hombres utilizan más instalaciones públicas al aire libre y las mujeres instalaciones cubiertas de carácter privado (Hellín, 2003). Asimismo, García Ferrando (1986, 1990, 1997, 2002, 2006) en varios de sus estudios, establece que el interés por la actividad física, así como la práctica deportiva es mayor entre los hombres que entre las mujeres, argumentando también, que existen motivos diferentes a la hora de practicar actividad física en función del género. Por su parte, en Extremadura, García Preciado (2001) en su Tesis Doctoral valoró diferentes aspectos relacionados con la actividad física en población extremeña, trabajo en el que se encontraron diferencias en función del género. Así, el interés por el deporte es mayor en hombres que en mujeres, al igual que ocurre con la práctica deportiva. Las mujeres practican deporte por salud y por estética, mientras que los hombres lo hacen por diversión y por pasar el tiempo. Los hombres pertenecen a asociaciones deportivas y participan en competiciones en mayor medida que las mujeres. En cuanto a la forma física, los hombres tienen una mejor autopercepción de ésta que las mujeres.

Así pues, los objetivos del presente trabajo fueron (i) conocer el interés y el nivel de práctica deportiva de los extremeños en función del género y (ii) conocer y analizar el modo en que los extremeños realizan actividad física en función del género.

MÉTODO

Se tomó una muestra de 1.111 sujetos residentes en Extremadura mayores de 18 años. Para ello, se utilizó un muestreo estratificado polietápico. Se estratificó la población en función del tamaño del municipio de residencia, realizándose la selección de los municipios de forma aleatoria. En cada una de las localidades, la elección de los encuestados se realizó estratificando la población por género y edad de acuerdo a las cuotas establecidas). Así, la muestra tiene, en el supuesto del muestreo aleatorio simple, un error máximo del $\pm 3\%$ para $p=q=50$ y un nivel de confianza del 95,5% (dos sigmas). Por otro lado, la afijación de la muestra fue proporcional al tamaño de la población y la distribución por sexo y edad dentro de cada estrato. La muestra también fue distribuida en función de los censos de cada localidad, diferenciando por géneros y grupos de edad (Tabla 1).

Tabla 1. Distribución de la muestra en función del núcleo de población, de género y edad

Localidad	Edad (años)														Total
	18-24		25-34		35-44		45-54		55-64		65-74		>75		
	H	M	H	M	H	M	H	M	H	M	H	M	H	M	
+20.000h	27	25	47	46	44	45	34	37	24	27	17	22	13	21	427
5-20.000h	18	18	25	23	29	25	23	20	18	17	15	16	12	15	274
-5.000h	24	18	30	36	42	36	34	25	24	21	28	30	17	48	410
Total	69	61	102	105	115	106	91	82	66	65	50	48	42	84	1111

H. Hombres; M. Mujeres

Mediante entrevista directa, todos los sujetos cumplimentaron un cuestionario sobre la práctica de actividades físico-deportivas en Extremadura elaborado a partir de otros trabajos (García Ferrando, 1990, 1991, 1993, 1997, 2001), y con preguntas de elaboración propia específicas para Extremadura. El cuestionario final se compuso de un total de 229 ítems (97 preguntas) que pretenden cubrir todos los ámbitos referentes a la población extremeña y el deporte agrupadas en los siguientes diez apartados:

1. *Características personales*
2. *Datos familiares*
3. *Características del tiempo*
4. *Actividad física y deportiva*
5. *Instalaciones deportivas*
6. *Hábitos deportivos familiares*
7. *Centros escolares*
8. *Instituciones y programas deportivos*
9. *Pertenencia a club*
10. *Propios de Extremadura*

Para el análisis de datos, se calcularon descriptivos básicos (frecuencia y porcentaje) de la tasa de respuesta de cada pregunta. Se calculó el estadístico Chi cuadrado en la tasa de respuesta en función del género. Se asume un error máximo del 5%, ($p \leq 0.05$). Los datos fueron analizados a través del SPSS (versión 15.0).

RESULTADOS

En la tabla 2 se muestra la tasa de respuesta a la pregunta "Considerando el deporte en todas sus formas, es decir como juego, espectáculo, ejercicio físico y diversión e independientemente de que usted haga o no deporte, ¿Diría que se interesa mucho, bastante, poco o nada por el deporte?" La mayoría de los sujetos muestran mucho o bastante interés por el deporte (figura 1), existiendo diferencias en función del sexo, siendo los hombres quienes muestran mayor interés por el deporte.

Tabla 2. Tasa de respuesta a la pregunta: "Considerando el deporte en todas sus formas, es decir como juego, espectáculo, ejercicio físico y diversión e independientemente de que usted haga o no deporte, ¿Diría que se interesa mucho, bastante, poco o nada por el deporte?" ($X^2=31,772$; $p<0,001$)

Respuesta	Sujetos			Porcentaje		
	Hombre	Mujer	Total	Hombre	Mujer	Total
Mucho	213	156	369	38,9	27,8	33,2
Bastante	199	195	394	36,3	34,7	35,6
Poco	98	122	220	17,9	21,7	19,8
Nada	38	89	127	6,9	15,8	11,4
Total	548	562	1110	100,0	100,0	100,0

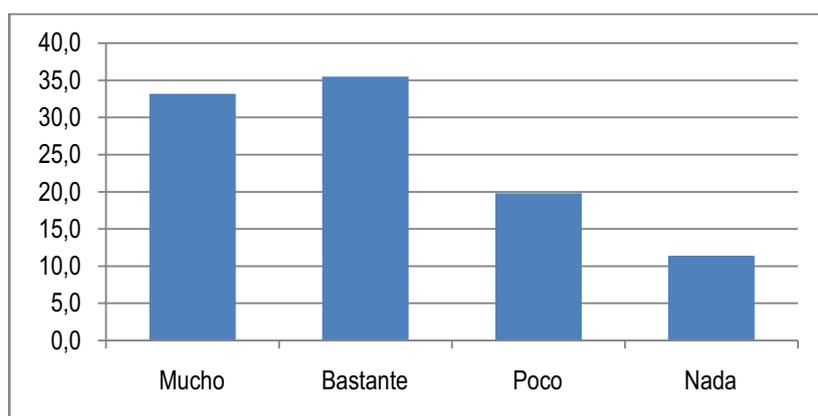


Figura 1. Porcentaje total de respuesta de ambos sexos a la pregunta: "Considerando el deporte en todas sus formas, es decir como juego, espectáculo, ejercicio físico y diversión e independientemente de que usted haga o no deporte, ¿Diría que se interesa mucho, bastante, poco o nada por el deporte?"

En la tabla 3 se muestra la tasa de respuesta a la pregunta "¿Práctica usted algún deporte? Por favor, indíquenos si practica uno, varios o ninguno". La mayoría de los sujetos afirma que no practicar ningún deporte (figura 2), existiendo diferencias significativas en función del sexo, siendo el número de practicantes mayor en hombres que en mujeres.

Tabla 3. Tasa de respuesta a la pregunta: "¿Práctica usted algún deporte? Por favor, indiquenos si practica uno, varios o ninguno" ($X^2=33,238$; $p<0,001$)

Respuesta	Sujetos			Porcentaje		
	Hombre	Mujer	Total	Hombre	Mujer	Total
Uno	133	134	267	24,3	23,8	24,0
Varios	107	55	162	19,6	9,8	14,6
Ninguno	196	281	477	35,8	49,8	43,0
Antes si, ahora no	109	91	200	19,9	16,2	18,0
NS/NC	2	2	4	0,4	0,4	0,4
Total	547	563	1110	100,0	100,0	100,0

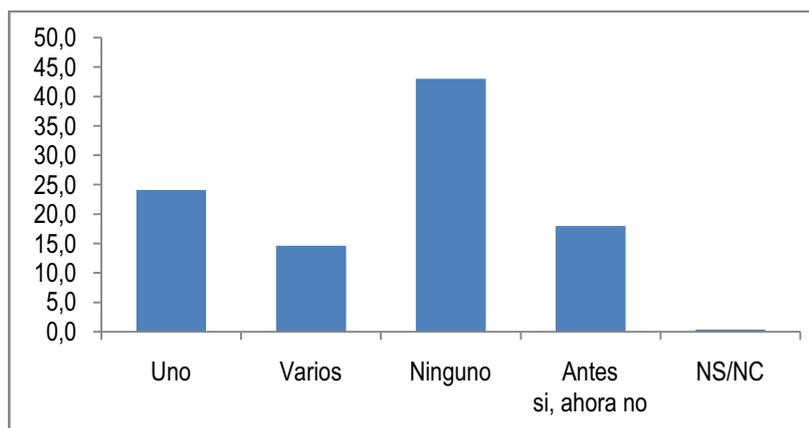


Figura 2. Porcentaje total de respuesta de ambos sexos a la pregunta: "¿Práctica usted algún deporte?"

En la tabla 4 se muestra la tasa de respuesta a la pregunta "¿Qué deporte o deportes practica?". Los deportes más practicados son natación y gimnasia de mantenimiento (figura 3), existiendo grandes diferencias en las modalidades deportivas entre ambos sexos.

Tabla 4. Tasa de respuesta a la pregunta: "¿Qué deporte o deportes practica?"

Respuesta	Sujetos			Porcentaje			Chi-cuadrado	
	Varón	Mujer	Total	Varón	Mujer	Total	X ²	p
Natación	58	56	114	24,2	29,6	26,6	1,617	0,203
Fútbol	70	8	78	29,2	4,2	18,2	44,188	0,000
Fútbol sala	45	3	48	18,8	1,6	11,2	31,343	0,000
Baloncesto	30	6	36	12,5	3,2	8,4	11,961	0,001
Rugby	2	2	4	0,8	0,8	1,6	1,582	0,208
Balonmano	5	1	6	2,1	0,5	1,4	1,852	0,174
Voleibol	11	3	14	4,6	1,6	3,3	3,006	0,083
Atletismo	25	10	35	10,4	5,3	8,2	3,707	0,054
Carrera a pie (Jogging)	59	21	80	24,6	11,1	18,6	12,650	0,000
Tenis	33	10	43	13,8	5,3	10,0	8,389	0,004
Caminar (senderismo)	19	22	41	7,9	11,6	9,6	1,696	0,193
Hockey		1	1		0,5	0,2	1,273	0,259
Esquí	4		4	1,7		0,9	3,180	0,075
Judo/Artes marciales	5	2	7	2,1	1,1	1,6	0,692	0,405
Pelota (frontón)	2	1	3	0,8	0,5	0,7	0,141	0,707
Ciclismo	41	18	59	17,1	9,5	13,8	5,094	0,024
Montañismo	6	1	7	2,5	0,5	1,6	2,559	0,110
Caza y pesca	15	2	17	6,3	1,1	4,0	7,489	0,006
Danza (rítmica, aerobic)	2	20	22	0,8	10,6	5,1	20,654	0,000
Gimnasia de mantenimiento	41	95	136	17,1	50,3	31,7	53,766	0,000
Piragüismo, remo	1	1	2	0,4	0,5	0,5	0,029	0,865
Otro deporte	20	18	38	8,3	9,5	8,9	36,595	0,395
Total	494	299	793	100,0	100,0	100,0		

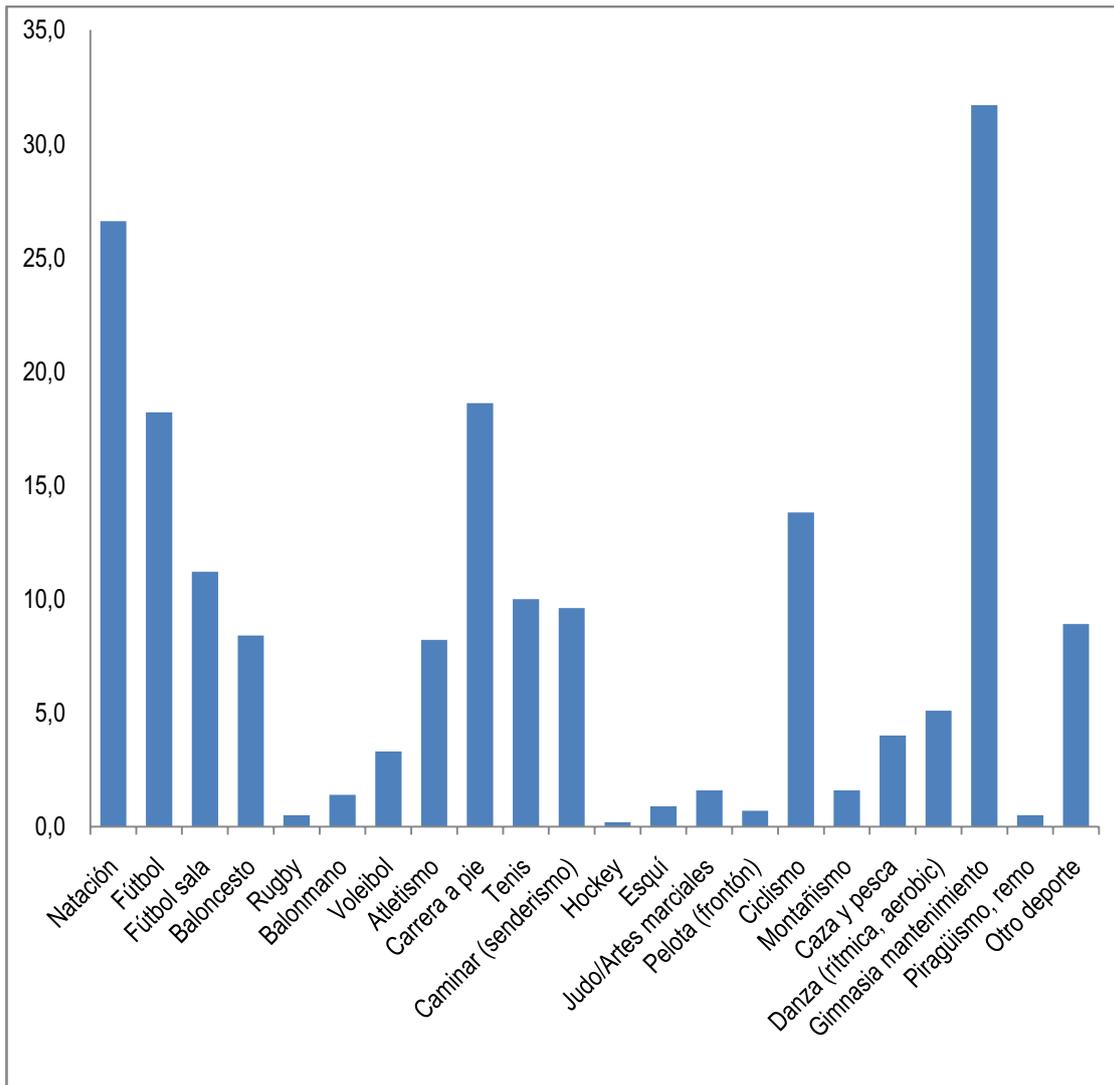


Figura 3. Porcentaje total de respuesta de ambos sexos a la pregunta: "¿Qué deporte o deportes practica?"

En la tabla 5 se muestra la tasa de respuesta a la pregunta "¿Cómo hace deporte?". La mayoría de los sujetos realiza deporte por su cuenta (figura 4), siendo los hombres los que más practican en comparación con las mujeres que lo hacen como miembro de un club u asociación.

Tabla 5. Tasa de respuesta a la pregunta: "¿Cómo hace deporte?"

Respuesta	Sujetos			Porcentaje			Chi-cuadrado	
	Hombre	Mujer	Total	Hombre	Mujer	Total	X ²	p
Por su cuenta	179	79	258	74,6	41,8	60,1	49,097	<0,001
Centro enseñanza/trabajo	8	18	26	3,3	9,5	6,1	7,117	0,008
Club, asociación	59	98	157	24,6	51,9	36,6	33,883	<0,001
Otros	1	3	4	0,4	1,6	0,9	1,907	0,385
Total	247	198	445	102,9	104,8	103,7		

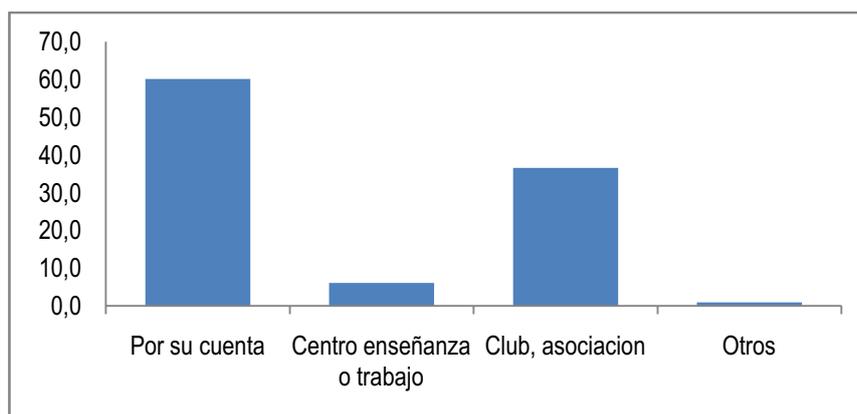


Figura 4. Porcentaje total de respuesta de ambos sexos a la pregunta: "¿Cómo realiza deporte?"

En la tabla 6 se muestra la tasa de respuesta a la pregunta "¿En qué época del año hace más deporte?". La mayoría de los sujetos realiza deporte por igual en todas las épocas del año (figura 5), aún así son las mujeres las que más en invierno.

Tabla 6. Tasa de respuesta a la pregunta: "¿En que época del año hace más deporte?" ($X^2=23,168$; $p<0,001$)

Respuesta	Sujetos			Porcentaje		
	Hombre	Mujer	Total	Hombre	Mujer	Total
En todas por igual	137	85	222	56,9	44,7	51,5
Más en verano	65	39	104	27,0	20,5	24,1
Más en invierno	29	42	71	12,0	22,1	16,5
Durante el curso	9	24	33	3,7	12,6	7,7
NS/NC	1		1	0,4		0,2
Total	241	190	431	100,0	100,0	100,0

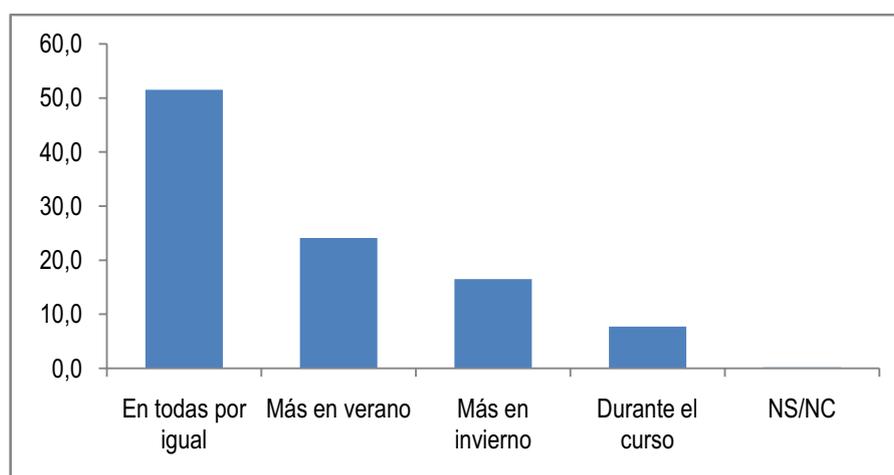


Figura 5. Porcentaje total de respuesta de ambos sexos a la pregunta: "¿En qué época del año hace más deporte?"

En la tabla 7 se muestra la tasa de respuesta a la pregunta "¿Qué instalaciones deportivas utiliza habitualmente?". La mayoría de los practicantes utilizan lugares o instalaciones públicas (figura 6), siendo mayor el porcentaje de hombres que utilizan instalaciones y lugares públicos y menor entre los que utilizan un gimnasio.

Tabla 7. Tasa de respuesta a la pregunta: "¿Qué instalaciones deportivas utiliza habitualmente?"

Respuesta	Sujetos			Porcentaje			Chi-cuadrado	
	Hombre	Mujer	Total	Hombre	Mujer	Total	X ²	p
Instalaciones públicas	142	108	250	25,9	19,2	22,5	7,211	0,007
Club privado	30	41	71	5,5	7,3	6,4	1,517	0,218
Centro enseñanza	10	8	18	1,8	1,4	1,6	0,284	0,594
Centro trabajo	9	5	14	1,6	0,9	1,3	1,270	0,260
Lugares públicos	152	118	270	27,7	21,0	24,3	6,935	0,005
Casa	13	19	32	2,4	3,4	2,9	0,998	0,318
Gimnasio	5	18	23	0,9	3,2	2,1	7,150	0,007
No hago deporte	263	314	577	48,0	55,8	51,9	6,733	0,009
NS/NC	12	8	20	2,2	1,4	1,8	0,929	0,335
Otras	1		1	0,2		0,1	1,028	0,311
Total	637	639	1255	116,2	113,6	114,9		

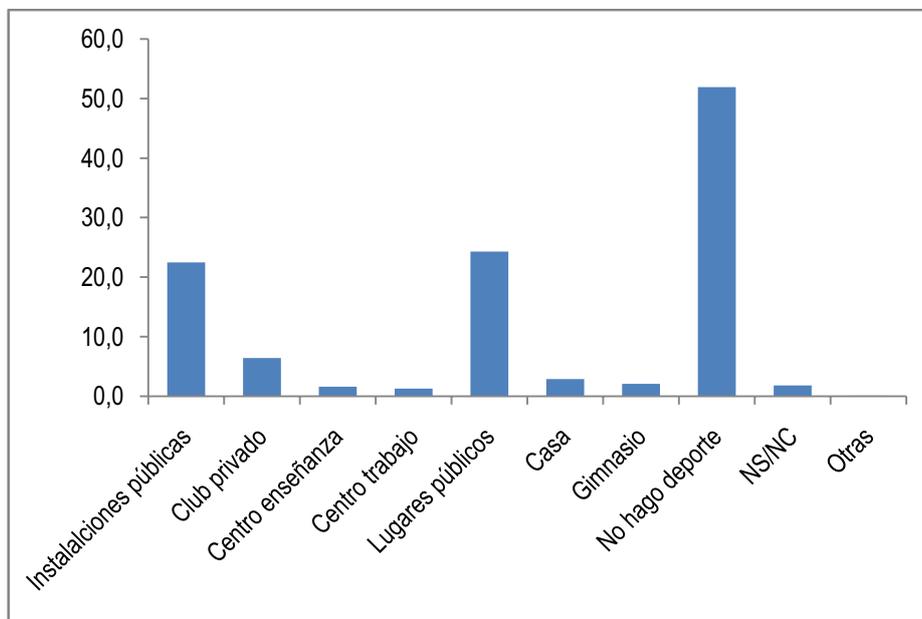


Figura 6. Porcentaje total de respuesta de ambos sexos a la pregunta: "¿Qué instalaciones deportivas utiliza habitualmente?"

DISCUSIÓN

Los hombres muestran mayor interés por el deporte que las mujeres ya que un 38% de ellas afirma tener poco o ningún interés por el deporte frente al 25% de hombres que responden de igual forma resultados que concuerda con otro trabajo a nivel nacional (García Ferrando, 2001) aunque con porcentajes superiores (52% en mujeres y 28% en hombres). Al comparar nuestros resultados con otro trabajo a nivel regional (García Preciado, 2001), se observa un mayor porcentaje de mujeres que mostraban poco o ningún interés por el deporte (46%) mientras que el porcentaje de hombres es similar (24%).

En cuanto a la práctica deportiva, se observa como los hombres presentan una menor tasa sedentarismo que las mujeres (56% y 66% respectivamente). En esta línea, encontramos que en población europea, el 49% de los hombres no practica actividad física, muy por debajo del valor en mujeres 65% (Eurobarómetro, 2003). Por su parte, un estudio de García Ferrando (2006) mostró como el que el 55% de los hombres no practica actividad física frente al 70% de mujeres, valores estos muy próximos a los del presente trabajo. En el estudio de García Preciado (2001), también se observó esta diferencia entre hombres y mujeres (33% y 50%).

En lo referente al tipo de deporte practicado existen grandes diferencias en función al sexo. Así los hombres practican en mayor medida que las mujeres fútbol (29% vs 4%), fútbol sala (19% vs 2%), baloncesto (13% vs 3%), carrera a pie (25% vs 11%), tenis (14% vs 5%), ciclismo (17% vs 10%) y caza y pesca (6% vs 1%), mientras que los hombres practican en menor medida que las mujeres danza (1% vs 11%) y gimnasia de mantenimiento (17% vs 50%). Esto parece indicar que los gustos deportivos de hombres y mujeres son diferentes.

Los hombres prefieren practicar deporte por su cuenta más que las mujeres (75% vs 42%). Mientras, las mujeres realizan más actividad física en el seno de un club o asociación en comparación con los hombres (52% vs 25%). En otro estudio llevado a cabo en la región (García Preciado, 2001), se observaron resultados semejantes en cuanto a la práctica "*por su cuenta*" (56% en hombres y 48% en mujeres). Sin embargo, también se hallaron diferencias en la práctica "*en el centro de estudios o trabajo*", más utilizado por parte de la mujeres que los hombres (23% vs 12%).

Atendiendo a la época del año en la que se realiza deporte, se encontraron diferencias en dos de las respuestas, los hombres practican "*en todas las épocas por igual*" más que las mujeres (57% vs 45%) al contrario que ocurre con la respuesta "*más en invierno*", que se da con mayor frecuencia en mujeres que en hombres (22% vs 12%), resultados que no coinciden con el estudio llevado a cabo por García Ferrando et al., (2007) en población de Valencia, en el que no se observaron diferencias entre los que practican en todas las épocas por igual. Sin embargo, se observó cómo hay un mayor porcentaje de hombres que practica más en verano que de mujeres (32% vs 23%) y un mayor porcentaje de mujeres que de hombres que practica con mayor frecuencia durante el curso académico (16% vs 6%). Los resultados de este estudio concuerdan parcialmente con los observados en el trabajo de García Preciado (2001) en el que los hombres practican en todas las épocas por igual más que las mujeres (45% vs 33%). Por su parte, las mujeres lo hacen más en invierno que los hombres (13% vs 9%) lo que coincide con el actual trabajo. No obstante, las mujeres también practican más en primavera/verano y durante el curso (32% vs 14%) que los hombres (24% vs 10%).

En lo que respecta a las instalaciones deportivas que normalmente utilizan se observa como los hombres utilizan más instalaciones públicas y lugares públicos (26% y 28%) que las mujeres (19% y 21% respectivamente), mientras que éstas utilizan más gimnasios que los hombres (3% y 1% respectivamente). Algo similar a lo que ocurre en el trabajo de García Ferrando (2001), en el que se encontraron diferencias en la utilización de lugares abiertos (más utilizadas por hombres que por mujeres, 44% vs 28%) y lugares privados (más utilizados por mujeres que por hombres, 19% vs 16%). En el trabajo llevado a cabo por García Preciado (2001), también se observan diferencias, siendo las instalaciones públicas más utilizadas por hombres que por mujeres (59% vs 39%), gimnasios, club y asociaciones, centros de estudio y la propia casa más usadas por mujeres que por hombres (49% vs 33%).

CONCLUSIONES

Las conclusiones de este trabajo fueron:

- i) La población extremeña tiene un alto interés por el deporte pero un bajo nivel de práctica, (especialmente en mujeres) siendo diferentes las modalidades practicadas por hombres y mujeres.
- ii) Los que practican lo hacen por su cuenta o como miembro de algún club (en mayor medida las mujeres), todo el año y en instalaciones públicas (en mayor medida los hombres), por lo que los esfuerzos de las Administraciones Públicas podrían encaminarse a mantener este tipo de instalaciones

FINANCIACIÓN

Este estudio ha sido financiado por la Consejería de los Jóvenes y del Deporte de la Junta de Extremadura (113/05)

BIBLIOGRAFÍA

Abu-Omar K., Rütten A. (2008) Relation of leisure time, occupational, domestic, and commuting physical activity to health indicators in Europe. *Preventive Medicine* 47: 319-323

Abu-Omar K., Rütten A. y Lehtinen V. (2004b) Mental health and physical activity in the European Union. *Präventivmed* 49: 301-309

Abu-Omar K., Rütten A. y Robina JM. (2004a) Self-rated health and physical activity in the European Union. *Präventivmed* 49: 235-242

Browson R., Baker E., Housemann R, Brennan L., y Bacak S., (2001) Environmental and Policy Determinants of Physical Activity in the United States. *American Journal of Public Health* 91(12):1995-2003

Comisión Europea, (2003). Eurobarometro 58.2 "Physical Activity" Bruselas: Comisión Europea

Comisión Europea (2006) Eurobarometro 64.3 "Health and Food" Bruselas: Comisión Europea, 2006.

García Ferrando M. (2006). Hábitos deportivos de los españoles. CSD

García Ferrando, M. (1986): *Hábitos deportivos de los españoles. Sociología del comportamiento deportivo*. Madrid: Consejo Superior de Deportes.

García Ferrando, M. (1990). *Aspectos sociales del Deporte: una reflexión sociológica*. Madrid: Alianza.

García Ferrando, M. (1991). Los españoles y el deporte: Un análisis sociológico. Ed. Consejo Superior de Deportes. Madrid

García Ferrando, M. (1993). Tiempo libre y actividades deportivas de la juventud en España. Ed. Instituto de la juventud. Madrid.

García Ferrando, M. (1997). *Los españoles y el deporte 1980-1995: un estudio sociológico sobre comportamiento, actitudes y valores*. Valencia: Tirant lo Blanch.

García Ferrando, M. (2001) *Los españoles y el deporte. Prácticas y comportamientos en la última década del Siglo XX; Encuesta sobre los hábitos deportivos de los españoles*. Ed. Ministerio de Educación Cultura y Deporte. Consejo Superior de Deportes. Madrid

García Ferrando, M. (2002) *Los españoles y el deporte: prácticas y comportamientos en la última década del siglo xx*. Valencia: Tirant lo Blanch.

García Ferrando, M., Mestre Sancho, JA. (2007) *Los Valenciano y el Deporte*. Ayuntamiento de Valencia

García Preciado, V. (2001) *La educación física y el deporte. Evolución de los intereses de la población extremeña. Tesis doctoral*. Universidad de Extremadura

Gomes, V.B., Santos Siqueira, K. y Sichierl, R. (2001). Physical activity in a probabilistic sample in the city of Rio de Janeiro. *Cad. Saúde Pública, Rio de Janeiro, 17(4):969-976*.

Gómez LF., Duperly J., Lucumí DI., Gámez R., Venegas AS. (2005) Nivel de actividad física global en la población adulta de Bogotá (Colombia). Prevalencia y factores asociados. *Gac Sanit. 19(3):206-13*

Havassport, Sport Cultura Barcelona y USP Hospitales (2007). *La salud físico deportiva de los españoles*. Madrid.

Hellín Gómez P. (2003) *Hábitos físico-deportivos en la Región de Murcia: implicaciones para la elaboración del currículum en el ciclo formativo de Actividades Físico Deportivas*. Universidad de Murcia

Hu G, Pekkarinen H, Hanninen O, Yu Z, Guo Z, Tian H (2002) Commuting, leisure-time physical activity, and cardiovascular risk factors in China. *Medicine Science in Sports and Exercise 34:234–238*

Márquez Cenicerros, EN. (2008) *Hábitos físico-deportivos y salud en los estudiantes de la Universidad Autónoma de Chihuahua, México*. Universidad de Granada

Martínez-González M.A., Varo, J.J., Santos, J.L., De Irala, J., Gibney, M., Kearney, J. y Martínez A. (2001) Prevalence of physical activity during leisure time in the European Union. *Medicine and Science in Sports and Medicine 33(7):1142-46*

Organización Mundial de la Salud. (2002) *World health report: reducing risks, promoting healthy life*. Geneva: WHO.

Pan S.Y., Cameron, C., DesMeules, M., Morrison, H., Craig C.L. y Jiang, X. (2009). Individual, social, environmental, and physical environmental correlates with physical activity among Canadians: a cross-sectional study. *BMC Public Health*9:21

Rütten A. y Abu-Omar k. (2004a) Prevalence of physical activity in the European Union. *Präventivmed 49: 281-289*

Rütten A. y Abu-Omar k. (2004b) Perceptions of environmental opportunities for physical activity in the European Union. *Präventivmed 49: 310-317*

Seclén-Palacín JA., Jacoby ER. (2003) Factores sociodemográficos y ambientales asociados con la actividad física deportiva en la población urbana del Perú. *Pan Am J Public Health* 14(4): 255-263

Sjöström M., Oja P., Hagströmer M., Smith BJ., Bauman A. (2006) Health-enhancing physical activity across European Union Countries: the Eurobarometer study. *Journal of Public Health* 14: 291-300

Vaz de Almeida MD, Graça P., Afonso C., D'Amicis A., Lappalainen R. y Damkjaer S. (2007) Physical activity levels and body weight in a nationally representative sample in the European Union. *Public Health Nutrition* 2(1a): 105-113