

Motivos de abandono de la práctica de actividad físico-deportiva en los estudiantes de Bachillerato de la provincia de Granada

Reasons why Higher Secondary School students in the province of Granada drop out of sports and organized physical activities

José Macarro Moreno

Grupo de Investigación de la Consejería de Educación de la Junta de Andalucía. España

Cipriano Romero Cerezo

Universidad de Granada. Facultad de Ciencias de la Educación. Departamento de Didáctica de la Expresión Musical, Plástica y Corporal. Granada, España.

Juan Torres Guerrero

Universidad de Granada. Facultad de Ciencias de la Educación. Departamento de Didáctica de la Expresión Musical, Plástica y Corporal. Granada, España.

Resumen

La práctica de actividad física controlada y planificada produce numerosos beneficios sobre la salud y, sin embargo, existen numerosos estudios que demuestran que hay un importante fenómeno de abandono de esta práctica durante la adolescencia. El propósito de este trabajo ha sido analizar, en alumnos de Bachillerato, los motivos y el nivel de abandono de práctica de actividad físico-deportiva. En él, han participado 857 alumnos que estudian primer curso de Bachillerato en centros educativos públicos, concertados y privados de la provincia de Granada. En el presente estudio, hemos utilizado una metodología de investigación de carácter mixto cuantitativo-cualitativo, mediante un diseño descriptivo tipo encuesta e interpretativo, empleando dos técnicas distintas de recogida de información: cuestionario cerrado y grupos de discusión. Con ello, hemos logrado la triangulación en cuanto a métodos para contrastar los datos y así acercarnos al problema de investigación desde dos perspectivas distintas que se complementan y obteniendo una visión más real de la situación. El análisis descriptivo básico y la comprobación de si existen diferencias

(chi-cuadrado) han permitido determinar cuáles han sido los principales motivos de abandono de la actividad física y si ha habido diferencias entre los chicos y las chicas. Con el estudio factorial, hemos establecido unos componentes sobre unas ideas comunes con respecto a este abandono. Con los datos obtenidos, se evidencia que un porcentaje bastante elevado de los encuestados indica haber abandonado la práctica de actividad físico-deportiva, y que este porcentaje es bastante superior entre las chicas que entre los chicos. El motivo más aludido para ese abandono es la falta de tiempo, al que siguen la preferencia por realizar otras actividades en su tiempo libre y la pereza y la desgana. Del análisis factorial, se desprende que los motivos personales son los que más peso tienen. La discusión nos lleva a obtener las implicaciones del estudio mediante las conclusiones.

Palabras clave: motivo, motivación, abandono de práctica deportiva, actividad física, deporte.

Abstract

Engaging in appropriate, planned, controlled physical activity and sports results in a wide range of health benefits, and yet there is a great deal of research demonstrating that there is a high sport drop-out level amongst teenagers.

The purpose of this research was to analyse the reasons why higher secondary school students give up organized athletics and to quantify the drop-out level. The participants were 857 teenagers in the penultimate year of secondary education at private and public schools in the province and city of Granada. The methodology was a combination of qualitative and quantitative research employing a survey-type descriptive, interpretative design. Two different techniques were used to gather information, a fixed questionnaire and discussion groups. Methods could therefore be triangulated in order to contrast the data and so approach the problem from two different perspectives that were complementary and thus afforded a more realistic view of the situation. The basic descriptive analysis and the check for differences (chi-square) made it possible to determine what the main reasons for dropping out of sports and physical activity were and whether there were differences between boys and girls. The factorial study established certain components of a number of common ideas on the matter. Data analysis showed that a high percentage of those polled said they had quit some sort of organized physical activity and that the drop-out percentage was much higher amongst girls than amongst boys. The reason most often given for dropping out of organized physical activity or sports was lack of time, followed by a preference for other spare-time activities, laziness and indifference. Factorial analysis showed that personal reasons were the most important. Some discussion is offered, leading to conclusions that reveal the implications of the study.

Key words: reason, motivation, dropping out of sports and organized physical activities, physical activity, sport.

Introducción

La práctica regular de actividad físico-deportiva debería ser una constante a lo largo de la vida de todas las personas por los numerosos beneficios que reporta (Merino y González, 2006). A nadie se le escapan los problemas actuales asociados al sedentarismo y a la falta de actividad física. La Asamblea Mundial de la Organización Mundial de la Salud aprobó, en el mes de mayo del 2004, durante su 57ª Sesión, la Estrategia Mundial sobre Régimen Alimenticio, Actividad Física y Salud y pidió a todos los países que desarrollaran esta Estrategia a escala nacional. Además, la OMS ha aceptado que España pilote una estrategia adaptada a nuestra realidad –la Estrategia NAOS (Nutrición, Actividad Física y Prevención de la Obesidad)– que podría servir de modelo a países de nuestro entorno.

La Encuesta Nacional de Salud (Ministerio de Sanidad y Consumo, 2006) refleja que el 4,94% de los españoles con edades comprendidas entre los 18 a 24 años son obesos y que el 18,37% presenta sobrepeso. Si avanzamos en la edad, entre los 25 y los 44 años el porcentaje de sobrepeso es del 32,60% y el de obesidad, del 11,39%. De esta manera, la lucha contra la obesidad y el sedentarismo constituyen uno de los objetivos prioritarios de la política de promoción de la salud.

La UNESCO, en la Cuarta Conferencia Internacional de Ministros y Altos Funcionarios Encargados de la Educación Física y el Deporte (Atenas, 6-8 de diciembre de 2004), ante la auditoría mundial sobre la situación alarmante de la educación física y el deporte, decide adoptar medidas concretas declarando «Año Internacional de la Educación Física y el Deporte» para el 2005 (Resolución A/RES/58/5). Esta resolución viene motivada por las preocupaciones constantes de que se aprovechen los numerosos beneficios que la educación física y el deporte pueden proporcionar a los niños y jóvenes, en particular las aportaciones específicas a su desarrollo físico, social afectivo y cognitivo, sentando además las bases de una actividad física y una participación en los deportes a lo largo de toda la vida.

Los beneficios que reporta sobre la salud la práctica de actividad física controlada y planificada pueden agruparse, según Sánchez Bañuelos (1996) y Pérez Samaniego (1999), en tres dimensiones: una *fisiológica*, en la que el efecto positivo que más se destaca, entre muchos, es el de la prevención de enfermedades cardiovasculares y cerebrovasculares; una *psicológica*, en la que se puede destacar, entre otros, el efecto ansiolítico asociado sobre la sensación de bienestar general

del individuo, y una *social*, con los posibles efectos en la promoción social y en la autoestima que ello conlleva.

Vistos los beneficios que produce la práctica de actividad física y deporte, consideramos interesante cuestionarnos si la población se aprovecha de estos beneficios realizando ejercicio de forma frecuente y sistemática.

García Ferrando (2005), en un estudio sobre la práctica deportiva de la población española en general, señala que la práctica de los hombres se ha estabilizado en un 41%, mientras que en las mujeres ha experimentado un significativo avance y ha subido hasta el 26%.

Moreno, Rodríguez y Gutiérrez (2003), en un estudio realizado a estudiantes de Educación Secundaria Obligatoria, entre 12 y 15 años, comprobó que el 24,6% no practica ninguna actividad física en horas extraescolares, frente al 75,4% que sí realizan alguna práctica físico-deportiva. Si diferenciamos por sexo, de ese 75,4% que señalan que practican, un 38,9% son chicas frente al 61,6% que son chicos. De ellos, el 53% practica, al menos, una actividad, el 16,6% practica dos y el 6,2% practica tres o más. Podemos observar que la tasa de práctica de actividad físico-deportiva es alta, aunque mucho mayor en los chicos que en las chicas.

Moreno y cols. (2006), en una investigación con estudiantes de Educación Secundaria Obligatoria (12 y 15 años), obtuvo que el 44,8 % de los alumnos que no practican ninguna actividad físico-deportiva extraescolar son de 14-15 años de edad, mientras que entre los de 12-13 años es de 38,1%. La relación entre la edad del alumno y la práctica físico-deportiva revela que las mayores tasas de práctica se dan entre los alumnos de 12-13 años, frente a los de 14-15 años. En consonancia con este estudio, encontramos otros diversos que corroboran que las actitudes sedentarias en los adolescentes son tanto más acusadas cuanto mayor es la edad (Piéron y cols., 1999; Rodríguez, 2000; Velázquez y cols., 2001). Igualmente, así lo demuestra el estudio entre la población en general sobre los Hábitos y Actitudes de los Andaluces ante el Deporte llevado a cabo por el Instituto Andaluz del Deporte (2003).

Ruiz Juan (2001) encontró que el abandono entre los jóvenes almerienses de Enseñanza Secundaria Post-obligatoria es del 21,2%, porcentaje que disminuye a un 14% si sólo se contempla la población con edades comprendidas entre los 16 y 17 años. Un 4,8% lo hizo antes de haber finalizado la Educación Primaria y el 47,8%, en la Secundaria Obligatoria. Observamos que la adolescencia se torna un momento clave del abandono de la práctica de actividad físico-deportiva en la población. Puig (1996), en su investigación sobre jóvenes y deporte, aprecia que

en los países desarrollados hay una tendencia hacia la disminución de la práctica deportiva entre los 15 y los 25 años.

Situándonos en la variable sexo, se ha puesto de manifiesto que la práctica de actividad física en las chicas es menor que en los chicos. Estudios como el de Douthitt (1994) revela que es mayor también el número de adolescentes y mujeres que abandonan la participación en actividades físicas-deportivas en comparación con el sexo masculino.

Planteamiento del problema

Las evidencias de los estudios expuestos anteriormente ponen de manifiesto un problema de abandono de la práctica de actividad físico-deportiva a medida que avanza la edad en los jóvenes, y muestran una tendencia hacia la adquisición de estilos de vida sedentarios y poco saludables. Esta situación de abandono de la práctica de actividad físico-deportiva por parte de los adolescentes es una de las preocupaciones que tiene la Administración Educativa y los profesionales de la Educación Física, siendo necesario estudiar los motivos de por qué esto ocurre, para poder adoptar medidas que mejoren la situación.

Sobre esta problemática, Cervelló (1995) realizó un análisis bastante exhaustivo sobre los motivos de abandono de la práctica de actividad físico-deportiva de la población, y concluyó que los principales motivos son: *el conflicto de intereses con otras actividades* (otras actividades, otros deportes, excesiva demanda temporal, trabajo); *diversión* (falta de diversión, aburrimiento...); *competencia* (falta de habilidad, ausencia de progreso técnico, miedo al fracaso); *problemas con los otros significativos* (problemas con el entrenador, falta de apoyo parental); *problemas relativos al programa* (demasiada presión, excesiva seriedad del programa, excesivo costo del deporte), y *lesiones*.

Arribas Galárraga y Arruza Gabilondo (2004) encontraron en escolares de Guipúzcoa que las causas de abandono de la práctica deportiva son: falta de tiempo-estudios (37%), aburrimiento (15,4%), se deshizo el equipo (11,85%), por el entrenador (6,43%), lesiones (4,69%), no jugaba (2,83%) y ambiente muy competitivo (2,65%).

García Montes (1997) señala que los factores que influyen en el abandono de la práctica físico-deportiva de las chicas son: los cambios que se producen en la personalidad y en los hábitos de vida durante esta etapa; las nuevas necesidades

y expectativas con respecto a las que predominaron durante la niñez; la pérdida de fuerza del tutelaje de los padres y el fortalecimiento de la pandilla de amigas como grupo de referencia; la conciencia de grupo, el liderazgo y la opinión de la mayoría.

Torres Guerrero (2005) indica que los adolescentes en la actualidad tienen una gran oferta de actividades extraescolares y muchas de ellas son más motivantes para sus padres, en cuanto a su futuro académico, que la práctica deportiva. Centrándonos en ésta, la motivación del joven puede ser esencial para practicar o abandonar. Al intentar dar respuesta a las causas de abandono, Cervelló, Escartí y Guzmán (2007), utilizando la teoría de las metas de logro, en un estudio realizado con 134 deportistas adolescentes enrolados en grupos competitivos orientados al alto nivel, concluyeron que el abandono se puede predecir por una orientación al ego y a una baja percepción de la habilidad comparada.

Analizada toda esta problemática, y considerando nuestro problema de investigación, vamos a exponer las evidencias que hemos obtenido en nuestro estudio.

Objetivos de la investigación

Los *objetivos* pretendidos con este trabajo de investigación son:

- Determinar la tasa de abandono de práctica de actividad físico-deportiva en la población adolescente de la provincia de Granada.
- Conocer los motivos que han llevado, a los jóvenes que lo han hecho, a abandonar la práctica de actividad físico-deportiva.

Metodología

La población objeto de nuestro estudio está compuesta por el alumnado que estudia primer curso de Bachillerato de la provincia de Granada, que son un total de 7.708 jóvenes, de ellos 3.497 chicos y 4.211 chicas.

Conforman la *muestra* 857 alumnos 389 chicos (-45,4%- y 468 chicas -54,6%-), de 19 centros educativos diferentes. El error de la muestra que acompaña al

diseño de encuesta realizado toma un nivel de confianza $1-\alpha$ del 95,5% ($\pm 2\sigma$), con error muestral de $\pm 3,22\%$ para el conjunto de la muestra. Los centros se han seleccionado siguiendo dos criterios: abarcar con la muestra todas las zonas de la provincia de Granada y mantener en ella una proporción similar a la que existe en la población total en cuanto al tipo de centro: privado, concertado y público.

La metodología de investigación es de carácter mixto cuantitativo-cualitativo mediante un diseño descriptivo tipo encuesta e interpretativo. Se han utilizado dos técnicas distintas de recogida de información: la de tipo cuantitativo ha sido un cuestionario y para la de tipo cualitativo, los grupos de discusión. Así nos acercaremos al problema de investigación desde dos perspectivas distintas que pueden ser complementarias y obtenemos una visión más real de la cuestión. Con el grupo de discusión, hemos pretendido ampliar y profundizar los aspectos que ya conocíamos, o no, con los datos del cuestionario (Krueger, 1991). Así, mediante el intercambio de ideas y opiniones entre un grupo reducido de estudiantes (no más de 10), se ha debatido sobre el objeto de estudio de nuestra investigación.

Para este estudio, nos centramos en dos dimensiones de un cuestionario (este trabajo es parte de uno más amplio). Una primera dimensión se centra en un ítem con distintas opciones de respuesta con respecto a «práctica», «no práctica» y «abandono de la actividad físico deportiva» y una segunda dimensión es una escala tipo Likert formada por 15 ítems referidos a «los motivos de abandono de la práctica de la actividad físico deportiva», en la que tanto los chicos como las chicas valoran su grado de acuerdo/desacuerdo de cada ítem en una escala de cuatro puntos, desde «Totalmente de acuerdo» (1) hasta «Totalmente en desacuerdo» (4).

En cuanto a elaboración, validación y el cálculo de fiabilidad del instrumento, en primer lugar hemos revisado la literatura existente en cuanto a estudios previos efectuados sobre nuestra temática y los referidos a la construcción de cuestionarios, asegurándonos la validez externa. A partir de la elaboración de un cuestionario con unas preguntas abiertas, hemos utilizado la técnica Delphy mediante grupo de expertos para construir el nuestro, y hemos establecido un cuestionario con preguntas cerradas a modo de escala, pasando un pilotaje que dio lugar a las últimas modificaciones, lo que nos garantiza la validez interna. En cuanto a la fiabilidad o la homogeneidad de las preguntas, es común emplear el coeficiente alfa de Cronbach (Bisquerra, 1987). En nuestro caso, para los 15 elementos nos da un alfa de 0,785. Si tenemos en cuenta que un coeficiente alpha

en el rango de 0,6 es aceptable (Thorndike, 1997), podemos deducir que nuestro instrumento presenta un coeficiente de fiabilidad alto.

El grupo de discusión, como técnica cualitativa, plantea una línea argumental dirigida por un entrevistador o moderador, pero orientada a un grupo de personas, que van a debatir esa línea argumental (Del Rincón y cols., 1995). Para nuestra investigación, llevamos a cabo ocho grupos de discusión, en cuatro centros educativos diferentes. En cada centro, se ha realizado una sola vez un grupo de discusión con chicos y otro con chicas de entre ocho y diez componentes con una duración no superior a una hora y media. Los criterios de selección, siguiendo a Ibáñez (1992), fueron la homogeneidad y la heterogeneidad. En el primer caso, se trata del alumnado de primero de Bachillerato de un mismo centro, y la heterogeneidad viene dada por ser escogidos no de manera aleatoria sino de manera intencional por el docente de Educación Física, buscando que se diera la condición de que el grupo estuviera compuesto por chicos o chicas que practican actividad físico-deportiva, otros que la han abandonado recientemente y los que lo hicieron hace tiempo. Cada centro seleccionado representa a rural público, rural-concertado, urbano público y urbano privado. Para el desarrollo de las sesiones, se elaboró un guión semiestructurado con preguntas claves vinculadas con el objeto de estudio. Las sesiones fueron conducidas por el investigador.

El tratamiento y análisis de los datos se ha seguido de la siguiente manera:

- Los datos obtenidos por el cuestionario pasados al alumnado se analizaron con el software SPSS versión 11.0 para Windows, una vez que fueron almacenados mediante la hoja de cálculo para poder ser tratados desde dicho programa. Las variables del estudio son categóricas y el procedimiento estadístico empleado ha sido el análisis descriptivo de los datos (frecuencias y porcentajes), la prueba chi-cuadrado para comprobar si se dan diferencias entre los chicos y las chicas y, por último, un análisis factorial nos permite exponer aquellos componentes que se extraen de varianzas comunes a partir de una serie de medidas que se agrupan en torno a unas ideas sobre los motivos de abandono de la práctica deportiva.
- Para el análisis de datos cualitativos del grupo de discusión, se ha realizado un análisis de contenido de las transcripciones efectuadas de las grabaciones de audio de las reuniones. Mediante la lectura de las mismas, se establecieron diversos niveles progresivos de reducción y estructuración teórica de la información mediante: 1º, segmentación e identificación

de significado y agrupación de las categorías; 2º, la construcción de las categorías una vez que se efectuaba la revisión de los textos, llegando a reformular categorías y, 3º, identificación de dimensiones en torno a las categorías relevantes para el estudio. Todo este proceso se ha visto favorecido con el uso del programa Aquad Five versión 5.1. elaborado en la Universidad de Tübingen.

Resultados

De los resultados obtenidos, se presentan las frecuencias y la distribución porcentual de las cuestiones que hemos tratado en las dimensiones del estudio y las razones que tratamos en cada una de ellas. El análisis efectuado nos permite destacar aspectos concretos sobre nuestro estudio, tal y como vamos a exponer a continuación.

Dimensión tasa de abandono de la práctica de actividad físico deportiva

En el primer aspecto, exponemos los resultados relativos a práctica de actividad físico-deportiva que realizan los chicos y las chicas. La pregunta que se le hace es: *¿Practicabas algún deporte o actividad físico deportiva con carácter voluntario en tu tiempo libre?* La Tabla I nos indica el porcentaje de los que han abandonado.

TABLA I. Frecuencia y porcentaje de práctica de actividad físico-deportiva

	Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje válido
No practico	126	14,7%	15,0%
Antes sí practicaba, ahora no	299	34,8%	35,5%
Practico un deporte	235	27,4%	27,9%
Practico varios deportes	182	21,2%	21,6%
Perdidos sistema	15	1,7%	

Hay que destacar que un 35% de los chicos y las chicas encuestados antes practicaban actividad físico-deportiva y ahora no, es decir, han abandonado esta práctica. Además, si a éstos les sumamos el 15% de los que no practican ni han practicado nunca, obtenemos un porcentaje acumulado del 50,5% de chicos y chicas que en la actualidad no practican actividad físico-deportiva.

Si nos centramos en la diferenciación por sexo, los resultados se muestran en la Tabla II.

TABLA II. Contingencia: «¿Practicas algún deporte o actividad físico-deportiva con carácter voluntario en tu tiempo libre» – «Sexo» (chi: 0,00)

	Hombre			Mujer		
	Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje válido	Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje válido
No practico-deporte	21	5,3%	5,6 %	103	22	22,8 %
Antes sí practicaba, ahora no	88	22,6%	23,6 %	204	43,5	45,1 %
Practico un deporte	127	32,6%	34,0 %	101	21,5	22,3 %
Practico varios deportes	137	35,2%	36,7 %	44	9,4	9,7 %
Perdidos sistema	16	2,7%		16	3,4	

Observamos que en los chicos el total de los que no practican actividad físico-deportiva es un 29,2%, mientras que en las chicas, un 67,9%. En cuanto al porcentaje de abandono, en las chicas es de un 45,1% frente al 23,6% de los chicos. Al comprobar las diferencias significativas (chi: 0,00), los datos demuestran que el abandono de la práctica de actividad físico-deportiva por parte de las chicas es bastante superior al de los chicos.

Dimensión sobre los motivos de abandono de la práctica actividad físico-deportiva

Al analizar las causas de abandono, los datos obtenidos aparecen en la Tabla III en frecuencias y porcentaje de los diferentes ítems. En los resultado, se han sumado las respuestas «De acuerdo» y «Totalmente de acuerdo» a la pregunta que se realizaba en el cuestionario «yo ya no práctico actividad físico deportiva porque...» con respecto a cada motivo. A estas cuestiones sólo responden aquellos

encuestados que han señalado en la dimensión anterior que han abandonado la práctica (n = 299) y que responden a cada uno de los motivos con la frecuencia que aparece en la tabla.

TABLA III. Motivos de abandono de la práctica de actividad físico-deportiva

Motivos de abandono	Frecuencia	Porcentaje	Perdidos sistema	Porcentaje válido
No tengo tiempo	237	79,2%	5	84,26
Prefiero hacer otras actividades en mi tiempo libre	141	47,1%	4	51,16
Por pereza y desgana	128	42,8%	6	48,81
No se han cumplido mis expectativas	58	19,4%	7	26,40
No ser tan buen deportista como pensaba	58	19,4%	5	24,40
No me veo suficientemente hábil	55	18,4%	5	23,39
No me gustaba cómo se planteaban las clases	48	16%	5	21,05
Por lesiones	46	15,4%	6	21,38
Los demás eran mejor que yo	44	14,7%	6	20,72
Por mis padres	32	10,7%	4	14,70
No soportaba la presión	31	10,4%	5	15,37
No me divierte, me aburre	31	10,4%	6	16,37
Por tener pocas posibilidades de mejorar	29	9,7%	4	13,70
Problemas con el profesor	24	8%	5	13,03
Por stress competitivo	23	7,7%	5	12,69

En la distribución porcentual, podemos apreciar el gran acuerdo que tienen los estudiantes para justificar como principal motivo de abandono de la práctica de actividad físico-deportiva «No tengo tiempo» (84,26 %). Sobre la mitad de los estudiantes (51,16 %) se posicionan en la causa «Prefiero hacer otras actividades en mi tiempo libre». En una cifra algo más pequeña (48,81%), «Por pereza y desgana».

Con valoraciones muy bajas y de poca consideración, estos estudiantes no entienden que la causa del abandono sea: la presión o agobio a la hora de la práctica, por no divertirse o aburrirse, por tener pocas posibilidades de mejorar

su nivel físico, por problemas con el profesor o por el estrés competitivo que pueda dar la competición.

En virtud de estos datos, encontramos que los estudiantes de Bachillerato aluden a motivos relativos al poco tiempo de que disponen para practicar la actividad físico-deportiva, que prefieren otras actividades y que suelen tener pereza y desgana.

A la hora de analizar las causas de abandono por sexo, los datos obtenidos se pueden resumir en la Tabla IV. Los porcentajes que aparecen en la tabla, al igual que en la Tabla III, son el resultado de haber sumado las respuestas «De acuerdo» y «Totalmente de acuerdo» a la pregunta que se realizaba en el cuestionario con respecto a cada motivo.

TABLA IV. Contingencia de los motivos de abandono de la actividad física con respecto al sexo

	Hombre (n =88)				Mujer (n= 204)				Chi-cuadrado
	Frecuencia	Porcentaje	Perdidos	Porcentaje válido	Frecuencia	Porcentaje	Perdidos	Porcentaje válido	
No tengo tiempo	69	78,41	2	80,41	167	81,86	3	83,33	0,652
Prefiero hacer otras actividades en mi tiempo libre	43	48,86	2	50,86	97	47,55	2	48,53	0,324
Por pereza y desgana	39	44,32	3	47,32	87	42,65	3	44,12	0,127
No se han cumplido mis expectativas	19	21,59	2	23,59	38	18,63	5	21,08	0,455
No ser tan buen deportista como pensaba	16	18,18	3	21,18	42	20,59	2	21,57	0,259
No me veo suficientemente hábil	14	15,91	2	17,91	42	20,59	3	22,06	0,097
No me gustaba cómo se planteaban las clases	18	20,45	3	23,45	30	14,71	2	15,69	0,445
Por lesiones	15	17,05	3	20,05	31	15,20	3	16,67	0,242
Los demás eran mejor que yo	14	15,91	3	18,91	30	14,71	3	16,18	0,776
Por mis padres	11	12,50	2	14,50	21	10,29	2	11,27	0,031
No soportaba la presión	9	10,23	2	12,23	22	10,78	3	12,25	0,057

No me divierte, me aburre	11	12,50	3	15,50	21	10,29	3	11,76	0,048
Por tener pocas posibilidades de mejorar	7	7,95	2	9,95	22	10,78	2	11,76	0,626
Problemas con el profesor	8	9,09	2	11,09	16	7,84	3	9,31	0,311
Por stress competitivo	5	5,68	2	7,68	18	8,82	3	10,29	0,042

Encontramos diferencias significativas en cuanto al sexo en los motivos de abandono: «Por mis padres», con un valor de chi cuadrado de 0,031, que se da más en las chicas que en los chicos; «No me divierte, me aburre», con un valor de chi cuadrado de 0,048, que se da más entre los chicos que las chicas, y «Por stress competitivo», con un valor de chi cuadrado de 0,042, que se da más entre las chicas que los chicos.

Así, nos encontramos con diferencias entre las chicas y los chicos, dándose en las primeras un mayor abandono de la práctica de actividad físico-deportiva por motivos del estrés competitivo y la influencia de los padres. Sin embargo, para los chicos ha sido más relevante que para ellas la falta de diversión en la actividad física que estaban llevando a cabo. En el resto de los motivos las respuestas son similares entre ambos sexos.

Análisis factorial exploratorio

Con este análisis, basado en las correlaciones mutuas entre las diversas cuestiones (análisis de los componentes principales con la rotación Varimax), hemos pretendido sintetizar en forma de factores o ideas subyacentes las relaciones entre los ítems y la distribución de los pesos que éstos tienen. Este análisis está justificado mediante la medida de adecuación muestral de Kaiser-Meyer-Olkin (0,85) y la prueba de Bartlett sobre la significación (0,00). Los resultados nos dan tres factores que explican el 54,22% de la varianza, quedando la distribución tal y como se representa en la Tabla V.

TABLA V. Composición y denominación de factores

Factor	Denominación	Varianza explicada (%)	Ítems
1	Motivos personales	35,94	<ul style="list-style-type: none"> - No tengo tiempo - No me divierte, me aburro - No me veo suficientemente hábil - Los demás eran mejores que yo - Problemas con el profesor - No se han cumplido mis expectativas - Por lesiones - No me gustaba cómo se planteaban las clases - Por no ser tan buen deportista como pensaba. - Por tener pocas posibilidades de mejorar.
2	Motivos ambientales y sociales	10,80	<ul style="list-style-type: none"> - Porque no soportaba la presión. - Por stress competitivo - Por mis padres
3	Motivos actitudinales	7,49	<ul style="list-style-type: none"> - Prefiero hacer otras actividades en mi tiempo libre - Por pereza y desgana.

El factor 1, *los motivos personales*, es el componente dominante al explicar mayor porcentaje de varianza (35,94%) y encontrarse formado por diez de los quince ítems, apreciándose que los motivos personales relacionados consigo mismo, con el tiempo, con el profesor y sus clases propician el abandono de la práctica de la actividad físico-deportiva.

El factor 2, *motivos ambientales y sociales*, tiene un peso menor al explicar un menor porcentaje de la varianza (10,80%) y contempla tres ítems, en los que subyace que la presión de la actividad física, el estrés y la influencia de los padres provocan el abandono.

El factor 3, *motivos actitudinales*, disminuye el peso al explicar una varianza menor (7,49%) y contempla dos ítems relacionados con las preferencias y el poco interés (la pereza y desgana) por continuar con la actividad físico-deportiva.

Análisis cualitativo

Falta de tiempo

Si abordamos la temática tratada en los *grupos de discusión*, cuando se debaten los motivos de abandono, suelen aparecer diversas opiniones de los estudiantes acerca de la falta de tiempo, que es el motivo fundamental que se pone de manifiesto para abandonar la práctica físico-deportiva según los datos que hemos obtenido en el cuestionario. En el caso de las chicas, suelen expresar que este motivo se debe «a tener que estudiar».

RITA: Yo... por eso también, porque quitaba mucho tiempo para estudiar, porque eran tres veces a la semana... y no tienes tiempo. (Ga, 184-188)

Las estudiantes muestran gran interés por involucrarse en actividades deportivas, pero la falta de tiempo por los estudios provoca su abandono. En algunas ocasiones, las chicas se involucran de manera reiterada en diferentes actividades a lo largo del curso escolar y no pueden continuar por tener que dedicar más tiempo a estudiar.

ESTHER: Y este año lo mismo, me apunté a aeróbic y duré tres meses o menos y luego con los exámenes empiezas a darte cuenta de que te falta tiempo... Me pasa eso, que yo durante el año me apunto a hacer deporte pero que duro nada. (Jua, 161-173)

Las chicas exponen que la decisión de abandono de la práctica deportiva por falta de tiempo por los estudios no es una decisión que la tomaron ellas, sino sus padres, porque, si por ellas hubiera sido, habrían seguido.

RUT: A mí me pasó también lo mismo. Yo..., a mí el voleibol me encanta, pero mi madre dice que no, que lo primero son los estudios, y que el ocio que lo deje para los fines de semana... pero que a mí me encanta el voleibol. Hubiera seguido si no hubiera sido por mi madre. (Ga, 135-141)

En cuanto a los chicos, el motivo relativo a «No tengo tiempo» obtiene un valor muy similar al de las chicas, siendo también ésta la causa fundamental de abandono de la práctica físico-deportiva. Ponen de manifiesto en la discusión

grupal que, en muchos de los casos, el abandono no se refiere a una renuncia total a la práctica, sino a una disminución de la frecuencia.

FELIPE: Yo practico menos porque hay que estudiar más y necesitas más horas de estudio. (Lalo, 169-171)

Además, exponen que el abandono de la práctica deportiva por falta de tiempo no siempre se debe a la necesidad de estudiar, sino en algunos casos de disponer de más tiempo de ocio.

RAMÓN: No sé, pues porque me quitaba mucho tiempo y yo ya quería más tiempo libre para salir. (Luxo, 126-128)

Preferencias por otras actividades en el tiempo libre

El segundo motivo para abandonar la práctica deportiva al que aluden los alumnos encuestados es «*Porque prefiero hacer otras cosas en mi tiempo libre*». En la discusión aparecen manifestaciones de las chicas que reflejan sus preferencias por estar con su grupo de amigos antes que utilizar su tiempo de ocio para la práctica de algún deporte.

NADIA: Es que por ejemplo, que a mí me dicen: cuando tú te salgas a la calle qué prefieres, irte a hacer deporte o irte a tomar algo. Pues a tomarte algo.

Entre los chicos también encontramos opiniones relativas al abandono de la práctica deportiva debido a preferir utilizar el tiempo libre para estar con los amigos, aunque opinan que la dejadez no es total, hay una mayor tendencia a estar con los amigos, pero también les gusta practicar deporte.

RAUL: Yo menos, porque ya me he hecho más grande y quedo más con los amigos y hago menos deporte. Si un día tengo libre, prefiero estar con los amigos.

Pereza por la práctica de la actividad física-deportiva

El tercer motivo en orden de importancia al que hacen referencia los encuestados es «Por pereza». Al analizar las discusiones grupales, sólo encontramos citas de chicas relativas a esta motivación, pero no entre los chicos.

LAURA: Yo estuve dos años apuntada a un gimnasio haciendo aeróbic, que es lo que más me gusta, pero por lo que me he quitado es por flojera, pero me voy a apuntar otra vez al gimnasio. (Luxa, 189-191)

A pesar de que disponen del material necesario para la práctica de actividad física en la propia casa y no tendrían ni siquiera la necesidad de desplazarse a otras instalaciones, muestran su pereza para realizarla.

LUISA: Yo tengo un andador de esos en mi cuarto pero que yo no lo utilizo, no lo he estrenado todavía. (Ala, 51-62)

Cumplimiento de las expectativas con respecto a la práctica de la actividad físico-deportiva

El motivo «No se han cumplido mis expectativas» aparece en el siguiente lugar que indican los encuestados. Observamos que algunos chicos y chicas esperaban conseguir diferentes metas en relación con la práctica de una actividad deportiva, y, cuando esto no se cumple, tienden a abandonarla.

MIGUEL: Claro, tenía dos opciones, o quedarme en mi casa, o ir a un equipo donde había cuatro... jugando que no sabían jugar. (Juo, 192-198)

La influencia de los padres en la práctica de actividad físico-deportiva de sus hijos

Los padres pueden ser una causa del abandono de la práctica de la actividad deportiva. A pesar de que el porcentaje en el cuestionario ha sido bajo, en los grupos de discusión ha sido un tema recurrente por parte de los estudiantes,

sobre todo en el sexo femenino. Las chicas piensan que sus padres no les apoyan para practicar actividad físico-deportiva y que han tenido una gran influencia en el abandono de esta práctica.

SARA: Pero es que los padres tampoco están por la labor, si no tienes el apoyo de los padres, difícilmente vas a seguir para adelante. (Ga, 189-193)

Son diversas las chicas que manifiestan que la decisión de abandono de la práctica físico-deportiva la tomaron sus padres, y opinan que, si la decisión hubiese dependido de ellas, permanecerían en la práctica.

ELSA: Mis padres, pero porque yo dejaba los estudios antes que dejar de bailar. (Luxa, 137-139)

Entre los chicos también aparecen comentarios que pretenden justificar la decisión que toman los padres para que dejen de practicar deporte por causa de las malas calificaciones y puedan disponer de más tiempo para el estudio.

PEDRO: Yo antes practicaba deportes, antes jugaba al rugby, y me quitó mi madre por los estudios, también esquiaba y me quitó también por los estudios, vamos, que me desesperé por su culpa. (Luxo, 145-154)

Los problemas con el entrenador o monitor

Éste es uno de los ítems que ha sido escasamente valorado por los estudiantes en el cuestionario, poniendo de manifiesto que tienen pocos problemas con el entrenador o monitor. En cambio, en las discusiones grupales sí encontramos impresiones que señalan este motivo para justificar por qué han dejado de practicar deporte, en unos casos porque no se sentían a gusto o tenían diferencias con él.

TANIA: Yo antes hacía esquí y estuve 3 años y lo dejé porque mi academia se deshizo y hacía danza y la profesora me puteaba y lo dejé. (Luxa, 162-166)

Mis amigos y/o amigas dejan de practicar

Otro motivo de abandono de la práctica que aparece en diversas manifestaciones de la discusión grupal, a pesar de que este motivo no fue tenido en cuenta por los expertos que participaron en la elaboración del cuestionario, es «Porque los amigos o amigas dejan de practicar». Las chicas y chicos se ven muy influenciados por lo que hace su grupo de iguales.

RITA: Porque yo quería hacer algún deporte, y ese me llamaba la atención y me gustaba. Y me quité porque la verdad es que se quitaron todos mis amigos del equipo, y ya nadie estaba y no me iba a quedar ahí yo sola. (Ga, 119-124)

Discusión

Los resultados del presente estudio informan que existe un importante fenómeno de abandono de la práctica de actividad física durante la adolescencia, datos que coinciden con los obtenidos por Bodson (1997), Torre (1998), Pierón y cols. (1999), García Ferrando (2001), Tercedor y cols. (2003), Palou y cols. (2005) y Ruiz Juan y cols. (2005), aunque encontramos algunos estudios, como el realizado por Otero y cols. (2004), que muestran que el porcentaje de abandono de la práctica de actividad físico-deportiva entre los sujetos de entre 16 a 25 años es sólo de un 8,3%, bastante inferior al de los estudios que hemos señalado anteriormente. En este sentido, otros autores destacan no sólo los deficientes hábitos de práctica deportiva, sino en general de estilos de vida saludables, que se dan en la actualidad entre los adolescentes (Cantera y Devís, 2000).

Coincidimos con Jaffee y Richer (1993), Douthitt (1994), Torre (1998) y Palou y cols. (2005) en afirmar que este fenómeno de abandono es superior entre las chicas que entre los chicos, aunque, como podemos observar analizando el estudio realizado por García Ferrando (2005), la práctica de actividad físico-deportiva entre las chicas ha experimentado un significativo avance en los últimos años.

El motivo más importante para abandonar la práctica de actividad físico-deportiva que han indicado los adolescentes encuestados en nuestra investigación es la falta de tiempo. Esto coincide con los resultados obtenidos por Vázquez (1993), Torre (1998), Arribas Galárraga y Arruza Gabilondo (2004), Otero y cols. (2004) y Ruiz Juan y cols. (2005). Sin embargo, no estamos en consonancia con los estudios de Marcos Alonso (1989) o García Ferrando (2001), que señalan que el principal motivo para el abandono de la práctica de actividad físico-deportiva se debe a aspectos relativos al trabajo, como el cansancio que produce la actividad laboral. Con el matiz de que estos motivos se han dado en la población adulta, mientras que nuestro estudio es de adolescentes.

Además de la falta de tiempo, los motivos para abandonar la práctica de actividad físico-deportiva son preferir hacer otras cosas en el tiempo libre y la pereza y la desgana. Diferentes motivos adquieren relevancia en los estudios analizados, que en algunos casos no la tienen en el nuestro. Arribas Galárraga y Arruza Gabilondo (2004) destacan como principales causas del abandono de la práctica de actividad físico-deportiva de los adolescentes el aburrimiento y haberse deshecho el equipo en que practicaban; Otero y cols. (2004), referido a una población de todas las edades, alude a la falta de tiempo, salir cansado del trabajo y las lesiones; Ruiz Juan y cols. (2005) destacan a falta de tiempo, la pereza y desgana y el horario incompatible y García Ferrando (2001) señala como causas más relevantes del abandono salir cansado o tarde del trabajo, la pereza o desgana y los problemas de salud.

Entre los chicos y las chicas, en el abandono de la práctica físico-deportiva, no encontramos diferencias significativas en función del sexo en 12 de los quince ítems, entre los que se encuentran los principales motivos aludidos en los párrafos anteriores. Sí se han dado éstas diferencias en motivos menos valorados como «Por mis padres» y «Por stress competitivo», que se dan más en las chicas que en los chicos y «No me divierte, me aburre», que es más relevante para los chicos que para las chicas. No hay coincidencia con el estudio de Torre (1998) en el que la falta de tiempo y la pereza y la desgana son más importantes para las chicas que para los chicos, mientras que, entre ellos, prevalece como causa de abandono tener otras cosas que hacer.

El análisis factorial nos ha permitido definir los motivos de abandono esenciales en relación con los factores personales, factores ambientales y sociales y factores actitudinales. Con este análisis, comprobamos que los factores personales son los que mayor peso tienen y aluden al tiempo, a las percepciones propias, a

las expectativas, al nivel de competencia motriz y las experiencias negativas con el profesor y la clase de Educación Física. En algunos de estos aspectos, coincidimos con Cervelló (1995), como la falta de diversión, la falta de competencia, los problemas relacionados con el profesor, las lesiones y los problemas relativos al programa. Con menor peso se encuentran los factores ambientales y sociales que aluden a la presión y el estrés competitivo y a los problemas con los padres (Delgado y Tercedor, 2002). Por último, está el factor que alude a los motivos actitudinales con respecto a las preferencias, a la desgana y pereza (Ruiz Juan y cols., 2005).

Como aportación de interés de los grupos de discusión, además de lo expuesto en los principales motivos de abandono, resaltamos los problemas con el monitor o técnico que dirige la actividad (Nuviala y Nuviala, 2005). También se ha resaltado la influencia de los amigos para que se deje de practicar, como un motivo que hay que tener en cuenta, tal y como plantean Ntoumanis, Vazou y Duda (2007) al considerar que los compañeros pueden influir en la motivación de una forma relativamente independiente a la del entrenador o la influencia de los padres.

Conclusiones

De los resultados obtenidos podemos establecer las siguientes conclusiones:

- Existe un fenómeno de abandono de la práctica de actividad físico-deportiva relevante en la población adolescente, que se evidencia más esta situación en las chicas que en los chicos.
- El más importante motivo que provoca el abandono de la práctica de actividad física en los jóvenes que la realizaban es por la falta de tiempo. A este motivo le siguen, en orden de importancia, porque prefieren hacer otras actividades en su tiempo libre y por pereza y por desgana.
- Entre los motivos principales de abandono de la actividad físico-deportiva no hay diferencias entre las chicas y los chicos. En cambio, en motivos que tienen menos importancia, se encuentran causas que se contrastan el abandono en las chicas con respecto a los chicos como la influencia de

los padres y el estrés competitivo, mientras que en éstos últimos se da por la poca diversión y el aburrimiento.

- El factor personal de los estudiantes se encuentra como el mayor peso para explicar los motivos de abandono de la actividad físico-deportiva, aunque en menor medida se dan los factores ambientales y sociales y los factores actitudinales.
- Mediante el grupo de discusión, se pone de manifiesto la necesidad de considerar entre los motivos de abandono la influencia del entrenador o monitor, además del profesor que se abordó en el cuestionario. Igualmente, la influencia de los amigos es un factor que debe tenerse en cuenta para futuros estudios.

Referencias bibliográficas

- ARRIBAS GALARRAGA, S. Y ARRUZA GABILONDO, A. (2004). El abandono de la práctica de la actividad física y el deporte en jóvenes escolares de Guipúzcoa. En J. DÍAZ (Coord.), *III Congreso Nacional de Deporte en edad escolar* (pp. 365-380). Dos Hermanas (Sevilla): Patronato Municipal de Deportes del Excmo. Ayuntamiento de Dos Hermanas.
- BISQUERRA, R. (1987). *Introducción a la estadística aplicada a la investigación educativa. Un enfoque informático con los paquetes BMDP y SPSS*. Barcelona: PPU.
- BODSON, D. (1997). La pratique du sport en communauté française. Synthèse analytique des résultats. *Sport*, 159, 5-42.
- CANTERA, M. A. Y DEVÍS, J. (2000). Physical activity levels of secondary school spanish adolescents. *European Journal of Physical Education*, 51, 28-44.
- CERVELLO GIMENO, E. M. (1995). *La Motivación y el abandono deportivo desde la perspectiva de las metas de logro*. Tesis Doctoral. Universidad de Valencia.
- CERVELLO GIMENO, E. M., ESCARTÍ, A. Y GUZMÁN, J. F. (2007). Youth sport dropout from the achievement goal theory. *Psicothema*, 19, 65-71.
- DELGADO, M. Y TERCEDOR, P. (2002). *Estrategias de intervención en educación para la salud desde la educación física*. Barcelona: Inde.

- DEL RINCÓN, D., ARNAL, J., LA TORRE, A. Y SANS, A. (1995). *Técnicas de investigación en Ciencias Sociales*. Madrid: Dyckinson.
- DOUTHITT, V. L. (1994). Psychological determinants for adolescent exercise adherence. *Adolescence*, 115, 711-722.
- GARCÍA FERRANDO, M. (2001). *Los españoles y el deporte: prácticas y comportamientos de la última década del siglo XX*. Madrid: Ministerio de Educación, Cultura y Deporte. Consejo Superior de Deportes.
- (2005). *Encuesta sobre hábitos deportivos de los españoles: Avance de resultados*. Madrid: Centro de Investigaciones Sociológicas.
- GARCÍA MONTES, M. E. (1997). *Actitudes y comportamientos de la mujer granadina ante la práctica física de tiempo libre*. Tesis Doctoral. Universidad de Granada.
- IBÁÑEZ, J. (1992). *Más allá de la Sociología. El grupo de discusión. Técnica y Crítica*. Madrid: Siglo XXI.
- JAFFEE, L. Y RICHER, S. (1993). Physical activity and self-esteem in girls: The teen years. Melpomene. *A Journal for Women's Health Research*, 12, 19-26.
- KRUEGER, R. A. (1991). *El grupo de discusión. Guía práctica para la investigación aplicada*. Madrid: Pirámide.
- MARCOS ALONSO, J. (1989). *Práctica deportiva i actituds envers l'esports a la ciutat de Barcelona. Enquesta sobre els comportaments esportius de la població adulta barcelonina*. Barcelona: Ayuntamiento de Barcelona.
- MERINO, B. Y GONZÁLEZ, E. (Coords) (2006). *Actividad Física y Salud en la Infancia y la Adolescencia. Guía para todas las personas que participan en su educación*. Madrid: Ministerio de Educación y Ciencia y Ministerio de Sanidad y Consumo
- MORENO, J. A., RODRÍGUEZ, P. L. Y GUTIÉRREZ, M. (2003). Intereses y actitudes hacia la Educación Física. *Revista Española de Educación Física*, 9, 14-28.
- MORENO, J. A., HELLÍN, P. Y HELLÍN, G. (2006). Pensamiento del alumno sobre la Educación Física según la edad. *Apunts: Educación Física y Deportes*, 85, 28-35.
- OTERO, J. M., FERNÁNDEZ MORALES, A., ISLA, F., CORDOBÉS, J. A., MARÍN PALMA, M. Y REYES, M. J. (2004). *Hábitos y actitudes de los andaluces ante el deporte*. Málaga: Observatorio del Deporte Andaluz. Instituto Andaluz del Deporte.
- PALOU, P., PONSETI, X., GILI, M, BORRAS, P. A. Y VIDAL, J. (2005). Motivos para el inicio, mantenimiento y abandono de la práctica deportiva de los preadolescentes de la isla de Mallorca. *Apunts: Educación Física y Deportes*, 81, 5-11.

- PÉREZ SAMANIEGO, V. M. (1999). *El cambio de las actitudes hacia la actividad física relacionada con la salud: Una investigación con estudiantes de magisterio especialistas en Educación Física*. Tesis Doctoral. Universidad de Valencia.
- PIÉRON, M., TELANIA, R., ALMOND, L. Y BARREIRO DA COSTA, F. (1999). Estilo de vida de jóvenes europeos: Un estudio comparativo. *Revista de Educación Física*, 76, 5-13.
- PUIG, N. (1996). *Joves i esport*. Barcelona: Generalitat de Catalunya.
- RODRÍGUEZ, A. (2000). *Adolescencia y deporte*. Oviedo: Nobel.
- RUIZ JUAN, F. (2001). *Análisis diferencial de los comportamientos, motivaciones y demanda de actividades físico-deportivas del alumnado almerense de enseñanza secundaria post obligatoria y de la universidad de Almería*. Almería: Universidad de Almería.
- RUIZ JUAN, F., GARCÍA MONTES, M. E. Y GÓMEZ LÓPEZ, M. (2005). *Hábitos físico deportivos en centros escolares y universitarios*. Madrid: Gymnos.
- SÁNCHEZ BAÑUELOS, F. (1996). *La actividad física orientada hacia la salud*. Madrid: Biblioteca nueva.
- TERCEDOR, P., GONZÁLEZ GROSS, M., DELGADO FERNÁNDEZ, M., CHILLÓN, P., PÉREZ LÓPEZ, I. J., RUIZ, J. R., MONTERO, A., MORENO, L. A., DE RUFINO-RIVAS, P. Y TORRALBA, C. (2003). Motives and frequency of physical activity practice in spanish adolescents. The avena study. *Annual nutrition metabolims*, 47, 499.
- THORNDIKE, R. M. (1997). *Measurement and evaluation in psychology and education*. New York: McMillan
- TORRE, E. (1998). *La actividad físico-deportiva extraescolar y su interrelación con el área de educación física en el alumnado de enseñanzas medias*. Tesis doctoral. Universidad de Granada.
- TORRES GUERRERO, J. (2005). *Motivación y socialización en el deporte escolar. Nuevas perspectivas en la sociedad postmoderna*. I Congreso Nacional de Deporte en edad escolar (pp. 112-147). Valencia: Fundación Deportiva Municipal.
- VÁZQUEZ, B. (1993). *Actitudes y prácticas deportivas en las mujeres españolas*. Madrid: Ministerio de Asuntos Sociales.
- VAZOU, S., NTOUMANIS N., & DUDA, J. (2006). Predicting young athletes motivational indices as a function of their perceptions of the coach and peers created motivational climate. *Psychology of Sport and Exercise*, 7, 215-233

VELÁZQUEZ, R. Y HERNÁNDEZ, J. L. (2001). Deporte, práctica deportiva y formación de actitudes y valores: el caso de la Comunidad de Madrid. En J. CAMPOS (Coord.), *II Congreso de Ciencias de la Actividad Física y el Deporte* (pp. 935-946). Valencia: Universidad de Valencia.

Fuentes electrónicas

NUVIALA NUVIALA, A. Y NUVIALA NUVIALA, R. (2005). Abandono y continuidad de la práctica deportiva escolar organizada desde la perspectiva de los técnicos de una comarca aragonesa. *Revista Internacional de Medicina y Ciencias de la Actividad Física y el Deporte*, 20. Recuperado el 21 de Octubre de 2007 de <http://cdeporte.rediris.es/revista/revista20/artabandono15.htm>.

Dirección de contacto: Cipriano Romero Cerezo. Universidad de Granada. Facultad de Ciencias de la Educación. Departamento de Didáctica de la Expresión Musical, Plástica y Corporal. Granada, España. E-mail: cromero@ugr.es