

INTRODUCCIÓN

La magnitud social del fenómeno deportivo ha provocado que la actividad físico-deportiva ocupe paulatinamente un lugar privilegiado dentro del marco de la sociedad occidental, en virtud de la importante difusión del deporte que se hace en los diversos medios de comunicación. Hecho consolidado por los numerosos estudios donde se demuestra la correlación positiva entre el mantenimiento de estilos de vida activos y la existencia de estados de salud y bienestar, constituyendo el punto de partida para el creciente interés hacia el desarrollo de los aspectos relativos al conocimiento y comprensión de los factores que determinan que los individuos mantengan estilos de vida activos (Blasco y cols., 1996; Gutiérrez, 2000a).

En los últimos años, se está produciendo una revalorización de la Educación Física y el deporte, como contenido capaz de establecer una formación integral de la persona a través de manifestaciones motrices, auspiciado por el incremento importante de profesionales vinculados con este área de conocimiento. Así, la realización de actividad física sistemática y de cierta intensidad, como un componente importante dentro de un estilo de vida saludable, ha sido siempre considerada como un factor de protección de la salud y de prevención de muy diferentes trastornos de la misma, por los importantes beneficios fisiológicos y psicológicos asociados al ejercicio físico (DeMarco y Sydney, 1989; Sánchez-Barrera y cols., 1995; Weinberg y Gould, 1996; Segura y cols., 1999).

Sin embargo y a pesar de que todo el mundo conoce bien estos beneficios sólo un porcentaje mínimo de la población realiza sistemáticamente ejercicio físico (Añó, 1995a; Pfister, 1998; Sánchez-Barrera y cols., 1995; Sánchez y cols., 1998). Así, según el estudio de Sánchez y cols. (1998), *“aunque en los últimos años parece que se ha producido un incremento en la práctica de la actividad física en la población adulta, dicho aumento se ha dado solamente en los individuos activos con anterioridad y no en los sedentarios”*. Por ello, hay que conseguir que los sujetos inicien los programas de promoción y mantenimiento del ejercicio físico, y también incrementar la adherencia o seguimiento de estos programas, ante los frecuentes abandonos (más del 50%) antes del medio año de iniciarlos (Sánchez-Barrera y cols., 1995; Carron y cols., 1996; Weinberg y Gould, 1996; Miquel, 1998; Pintanel y Capdevila, 1999).

Por consiguiente, estamos observando que *“el problema de fondo actual ya no radica en convencer a la población de los beneficios de la actividad física, sino en diseñar estrategias que ayuden a los individuos a permanecer en un programa de actividad física una vez estén ya apuntados en él”* (Miquel, 1998).

En España se han dedicado notables esfuerzos al estudio de estos temas (Cervelló, 2000; Escartí y Brustad, 2000; García Ferrando, 2001; Gutiérrez, 2000), pero todavía no sabemos con precisión hasta qué punto y de qué forma la socialización en el deporte de los jóvenes españoles está haciendo frente a las dos formas ideológicas de entender el deporte que se encuentran actualmente en conflicto entre sí, a saber: el deporte como competición y el deporte como recreo (Watson y Collins, 1983).

Esta forma de entender el comportamiento deportivo es congruente con uno de los resultados más interesantes de las encuestas sobre el comportamiento deportivo de la población española realizadas por García Ferrando (2001). Dicho autor puso de manifiesto que el número de practicantes deportivos en España presentaba una estabilización al alza (38%) en relación con la registrada en 1990 (35%), en tanto que continúa siendo mayoritaria la proporción de población que admite no practicar ningún deporte.

Tal resultado ilustra bien a las claras el carácter dinámico de la práctica física-deportiva, que debe entenderse desde el punto de vista del comportamiento del practicante como un proceso que describe un itinerario a lo largo del cual se inicia, abandona y se vuelve a reiniciar la actividad físico-deportiva, todo ello en función de circunstancias personales, familiares y ambientales que son a su vez, y por propia definición, contingentes (García Ferrando, 1998).

Nuestro interés radica en la población universitaria porque pensamos que corresponde al comportamiento o aprendizaje adquirido a lo largo de todo el período de formación de cada estudiante, siendo precisamente, a partir de la edad de 17-18 años, cuando parece que los altibajos de adherencia se hacen más evidentes (Lorenzo y Ayllón, 2002; Martín-Albo, 2000; Ruiz y García, 2002; Salguero, Tuero y Márquez, 2003). Tal y como mencionan Blasco y cols. (1996), *“en el momento de comenzar sus estudios en la Universidad muchas personas abandonan el hábito de hacer actividad física, pues deben dedicar muchas horas al estudio y reducen el tiempo de ocio”*. Así, la experiencia deportiva en la escuela superior o Universidad se convierte en un buen predictor del nivel de dedicación en la edad adulta, de ahí que en la presente investigación se ponga una atención especial en entender la orientación hacia la práctica físico-deportiva de los universitarios tratando de conocer las formas en las que lo experimentan, y el significado que tiene la misma para ellos.

Las dificultades surgen ante la necesidad de un marco teórico para estudiar la realidad, ya que el problema es, que no existe una teoría de hipótesis de las

interacciones entre la actividad física, el tiempo libre y la población universitaria (Comes y cols., 1994).

De esta forma, es altamente interesante poseer información directa sobre las repercusiones de dicha formación en los sujetos que reciben la acción docente, a través de la valoración efectuada por los alumnos de los contenidos recibidos, las instalaciones existentes y la oferta de actividades disponibles, sobre todo, cuando conocemos de antaño la baja consideración de que han gozado este tipo de prácticas.

Tenemos la esperanza de que un estudio exhaustivo de las consideraciones de los alumnos sobre la práctica físico-deportiva y los programas organizados por la Universidad, puede contribuir a desarrollar, mantener e incrementar los niveles de implicación personal durante la vida adulta. Verificando, a su vez, la importancia de la motivación para llevar a cabo la práctica motriz, ya que, si no hay motivación ni hay participación ni se reducirán o retrasarán los períodos de abandono.

Así, para poder determinar el grado de consideración que el alumnado posee de las actividades físico-deportivas en el ambiente universitario, se ha diseñado un instrumento de medida de las actitudes, motivaciones e intereses de los alumnos hacia las actividades físico-deportivas, centrado esencialmente en focos de alto interés tales como las características personales de los estudiantes, las características de la práctica deportiva y las características de la oferta universitaria de actividades físico-deportivas, así como, los motivos alegados para justificar su relación con la práctica físico-deportiva.

Finalmente, cabe señalar que en la siguiente tesis se utilizan nombres genéricos como “niño”, “universitario”, “sujeto”, “alumno”, “individuo”, etc., que de no indicarse específicamente lo contrario, siempre se referirán a varones y mujeres.