

**ACTITUD DE LOS ESTUDIANTES DE LA UNIVERSIDAD AUTÓNOMA DE
MANIZALES FRENTE A LA PRÁCTICA FISICO-DEPORTIVA. 2012**

MAYRA ALEJANDRA GARCIA VALENCIA

INFORME FINAL DE INVESTIGACIÓN

UNIVERSIDAD AUTONOMA DE MANIZALES

FACULTAD DE SALUD

MAESTRIA EN INTERVENCION INTEGRAL EN EL DEPORTISTA

COHORTE III

Manizales, Marzo de 2013

**ACTITUD DE LOS ESTUDIANTES DE LA UNIVERSIDAD AUTÓNOMA DE
MANIZALES FRENTE A LA PRÁCTICA FISICO-DEPORTIVA. 2012**

MAYRA ALEJANDRA GARCIA VALENCIA

Director de Tesis: Ph.D. José Armando Vidarte Claros

INFORME FINAL DE INVESTIGACIÓN

UNIVERSIDAD AUTONOMA DE MANIZALES

FACULTAD DE SALUD

MAESTRIA EN INTERVENCION INTEGRAL EN EL DEPORTISTA

COHORTE III

Manizales, Marzo de 2013

TABLA DE CONTENIDO

	Página
Título	14
Resumen ejecutivo	14
1. Introducción	15
2. Descripción del proyecto	17
2.1 Planteamiento del área problemática o problema de investigación.	17
2.1.1 Justificación	20
2.2 Objetivos	23
2.2.1 objetivos generales	
2.2.2 Objetivos específicos	24
3. Referente teórico	24
3.1 La juventud y la universidad	24
3.2 La promoción de la salud y las actividades físico deportivas	26
3.3 Las actitudes y motivaciones de los universitarios frente a la Práctica físico-deportiva	37

4.	Operacionalización de variables	46
5.	Estrategia metodológica	49
5.1	Tipo de estudio	49
5.2	Población de referencia	49
5.3	Población de estudio	49
5.3.1	Cálculo de la muestra	49
5.3.2	Criterios de inclusión	50
5.3.3	Criterios de exclusión	50
5.4	Técnicas e instrumentos	51
5.5	Procedimiento	51
5.6	Análisis de la información	52
5.7	Disposiciones vigentes	53
6.	Resultados	54
6.1	Distribución de los estudiantes (datos socio demográficos)	54
6.2	Distribución de la muestra según actitudes frente a la actividad Físico deportiva.	56
6.3	Análisis Bivariado	70
7.	Análisis y discusión de los resultados	116

8.	Conclusiones	139
9.	Recomendaciones	143
	Bibliografía	145
	Anexos	155

LISTADO DE TABLAS

Número de Tabla	Nombre	Página
Tabla 1.	Operacionalización de variables	46
Tabla 2.	Distribución porcentual de la muestra participante en el estudio	50
Tabla 3.	Distribución de la muestra según facultad, programa y semestre	55
Tabla 4.	Distribución de la muestra según variables socio demográficas	56
Tabla 5.	Distribución de la muestra según el gusto y práctica físico-deportiva	57
Tabla 6.	Distribución de la muestra según si realizó una práctica físico deportiva así ya no lo haga	57
Tabla 7.	Distribución de la muestra según mientras realiza actividad físico - deportiva que el momento de mayor satisfacción	58
Tabla 8.	Distribución de la muestra según la actividad que	58

	más le gusta realizar cuando dispone de tiempo libre	
Tabla 9.	Distribución de la muestra según la forma en que realiza la practica físico deportiva.	59
Tabla 10.	Distribución de la muestra según las instalaciones que utiliza para la práctica físico deportivo	59
Tabla 11.	Distribución del tipo de instalación donde realiza la práctica Físico -deportiva	60
Tabla 12.	Distribución de la muestra participante según días de práctica de la actividad física deportiva	60
Tabla 13.	Distribución de la muestra según el momento u hora del día que la práctica.	61
Tabla 14.	Distribución de la muestra según su nivel de prácticas	61
Tabla 15.	Distribución de la muestra según la titulación de persona que dirige las prácticas físico deportivas	62
Tabla 16.	Distribución de la muestra según la pertenencia a alguna organización deportiva actualmente	62
Tabla 17.	Distribución de la muestra según desde que estudia la carrera ha comenzado alguna práctica física deportiva	63
Tabla 18.	Distribución de la muestra según la práctica físico deportiva en la universidad	64
Tabla 19.	Distribución de la muestra según los motivos por los que les interesa los créditos por la práctica físico deportiva	65
Tabla 20.	Motivos por los que no les interesan los créditos por la práctica físico-deportiva	65
Tabla 21.	Distribución de la muestra según el tipo de deporte que debe promocionar la universidad	65

Tabla 22.	Distribución de la muestra según la opinión de si mismo frente a la práctica físico-deportiva	66
Tabla 23.	Distribución de la muestra respecto a la clase de educación física que recibió en la etapa escolar	61
Tabla 24.	Distribución de la muestra según la opinión que se acercan más a su propia idea de lo que es el deporte y ejercicio físico	67
Tabla 25.	Distribución de la muestra según quien Considera que el Deporte y la educación física deben ocupar un lugar importante en el conjunto de aspectos que definen la vida del país.	67
Tabla 26.	Distribución de la muestra según los motivos por los que Ud. Practica algún tipo de actividad físico-deportiva en su tiempo libre	68
Tabla 27.	Distribución de la muestra según los motivos por los que Ud. NO practica algún tipo de actividad físico-deportiva en su tiempo libre	68
Tabla 28.	Distribución de la muestra según los motivos por los que han practicado actividades físico deportivas y actualmente no lo hacen	69
Tabla 29.	Comparativo de la muestra participante en el estudio según género y el gusto por la práctica físico deportiva	70
Tabla 30.	Comparativo de la muestra participante en el estudio según género y los motivos de satisfacción de la práctica físico deportiva	70
Tabla 31.	Comparativo de la muestra participante en el estudio según género y las actividades que le gusta realizar	71

	en el tiempo libre	
Tabla 32.	Comparativo de la muestra participante en el estudio según género y la opinión frente a práctica físico deportiva	72
Tabla 33.	Comparativo de la muestra participante en el estudio según género y el interés que la universidad le oferte créditos por la práctica	73
Tabla 34.	Comparativo de la muestra participante en el estudio según género y los motivos por los que le interesa los créditos de practica físico deportiva	74
Tabla 35.	Comparativo de la muestra participante en el estudio según género y las clases de educación física en la etapa escolar	75
Tabla 36.	Comparativo de la muestra participante en el estudio según género y la opinión del concepto de deporte y ejercicio físico	76
Tabla 37.	Comparativo de la muestra participante en el estudio según género y el tipo de deporte que debe promocionar más la universidad	78
Tabla 38.	Comparativo de la muestra participante en el estudio según género y los motivos de realización de práctica físico-deportiva	79
Tabla 39.	Comparativo de la muestra participante en el estudio según género y si realiza alguna práctica físico deportiva actualmente	79
Tabla 40.	Comparativo de la muestra participante en el estudio según género cuando no han realizado prácticas	79

	físico-deportivas en su tiempo libre a lo largo de su vida	
Tabla 41.	Comparativo de la muestra participante en el estudio según género cuando han realizado prácticas físico-deportivas en su tiempo libre y ya no lo hacen	80
Tabla 42.	Comparativo de la muestra participante en el estudio según la edad y la facultad.	81
Tabla 43.	Comparativo de la muestra participante en el estudio según la edad y el gusto por la practica físico deportiva	81
Tabla 44.	Comparativo de la muestra participante en el estudio según la edad y los motivos de satisfacción de la práctica físico deportiva	83
Tabla 45.	Comparativo de la muestra participante en el estudio según la edad y la forma en que realiza la práctica físico deportiva	83
Tabla 46.	Comparativo de la muestra participante en el estudio según la edad y su percepción personal de cómo consideran su práctica físico deportiva	84
Tabla 47.	Comparativo de la muestra participante en el estudio según la edad y la pertenencia actual a alguna organización deportiva	85
Tabla 48.	Comparativo de la muestra participante en el estudio según la edad y su pertenencia anterior a alguna organización deportiva	85
Tabla 49.	Comparativo de la muestra participante en el estudio según la edad y la actividad que más le gusta realizar en el tiempo libre	86

Tabla 50	Comparativo de la muestra participante en el estudio según la edad y su opinión acerca de si las instalaciones de la universidad son suficientes	87
Tabla 51.	Comparativo de la muestra participante en el estudio según la edad y la calidad de las instalaciones de la universidad	88
Tabla 52.	Comparativo de la muestra participante en el estudio según la edad y la opinión si la oferta deportiva de la universidad satisface las necesidades del estudiante	86
Tabla 53.	Comparativo de la muestra participante en el estudio según la edad y la opinión frente a la práctica físico deportiva	86
Tabla 54.	Comparativo de la muestra participante en el estudio según la edad y las clases de educación física en la etapa escolar	87
Tabla 55.	Comparativo de la muestra participante en el estudio según la edad y la opinión del concepto de deporte y ejercicio físico	89
Tabla 56.	Comparativo de la muestra participante en el estudio según la edad y el tipo de deporte que debe promocionar mas la universidad	90
Tabla 57.	Comparativo de la muestra participante en el estudio según la edad y la importancia que le dan a la práctica físico-deportiva y el país	91
Tabla 58.	Comparativo de la muestra participante en el estudio según la edad y los motivos de realización de práctica físico-deportiva	92
Tabla 59.	Comparativo de la muestra participante en el estudio	

	según la edad y si realiza alguna práctica físico deportiva actualmente	93
Tabla 60.	Comparativo de la muestra participante en el estudio según la edad y cuando no han realizado prácticas físico-deportivas en su tiempo libre a lo largo de su vida	94
Tabla 61.	Comparativo de la muestra participante en el estudio según la edad cuando han realizado prácticas físico-deportivas en su tiempo libre y ya no lo hacen	95
Tabla 62.	Comparativo de la muestra participante en el estudio según la facultad y el género	96
Tabla 63.	Comparativo de la muestra participante en el estudio según la facultad el gusto por la práctica físico deportiva	96
Tabla 64.	Comparativo de la muestra participante en el estudio según la facultad y los motivos de satisfacción de la práctica físico deportiva	97
Tabla 65.	Comparativo de la muestra participante en el estudio según la facultad y la forma en que realiza la práctica físico- deportiva	98
Tabla 66.	Comparativo de la muestra participante en el estudio según la facultad y el lugar donde realiza la práctica físico deportiva	100
Tabla 67.	Comparativo de la muestra participante en el estudio según la facultad y su percepción personal de cómo consideran su práctica físico deportiva	101
Tabla 68.	Comparativo de la muestra participante en el estudio	

	según la facultad y con la pertenencia actual a alguna organización	102
Tabla 69.	Comparativo de la muestra participante en el estudio según la facultad y la actividad que más le gusta realizar en el tiempo libre	103
Tabla 70.	Comparativo de la muestra participante en el estudio según la facultad y la motivación de la universidad	103
Tabla 71.	Comparativo de la muestra participante en el estudio según la facultad y la opinión frente a la práctica físico deportiva	105
Tabla 72.	Comparativo de la muestra participante en el estudio según la facultad y el interés para que se les oferten créditos por la práctica de las actividades físico-deportivas	106
Tabla 73.	Comparativo de la muestra participante en el estudio según la facultad y las clases de educación física en la etapa escolar	107
Tabla 74.	Comparativo de la muestra participante en el estudio según la facultad y la opinión del concepto de deporte y ejercicio físico	109
Tabla 75.	Comparativo de la muestra participante en el estudio según la facultad y el tipo de deporte que debe promocionar más la universidad	110
Tabla 76.	Comparativo de la muestra participante en el estudio según la facultad y los motivos de realización de práctica físico-deportiva	112
Tabla 77.	Comparativo de la muestra participante en el estudio	113

	según la facultad y cuando realizan alguna práctica físico deportiva actualmente	
Tabla 78.	Comparativo de la muestra participante en el estudio según la facultad y cuando no han realizado prácticas físico-deportivas en su tiempo libre a lo largo de su vida	114
Tabla 79.	Comparativo de la muestra participante en el estudio según la facultad y cuando han realizado prácticas físico-deportivas en su tiempo libre y ya no lo hacen	115

LISTA DE ANEXOS

	Página
Anexo 1. Formato de consentimiento informado	155
Anexo 2. Guía para la aplicación del cuestionario MIAFD	156
Anexo 3 Cuestionario de motivaciones, intereses hacia las actividades Físico - deportivas	157
Anexo 4. Tablas de contingencia	162

TÍTULO

ACTITUD DE LOS ESTUDIANTES DE LA UNIVERSIDAD AUTÓNOMA DE MANIZALES FRENTE A LA PRÁCTICA FÍSICO-DEPORTIVA. 2012

RESUMEN EJECUTIVO

Título: Actitud de los estudiantes de la universidad autónoma de Manizales frente a la práctica físico-deportiva. 2012			
Investigador Principal: Mayra Alejandra García Valencia			
Total de Investigadores (número): 1			
Asistentes De Investigación: Estudiantes de Educación Física			
Total Asistentes de Investigación:			
Entidad: Universidad Autónoma de Manizales			
Dirección: Antigua Estación del Ferrocarril		Teléfono (68)810450	Fax(68) 810290
Nit: 890805051-0		E-mail: uam@autonoma.edu.co	
Ciudad: Manizales		Departamento: Caldas	
Sede de la Entidad: Antigua estación del ferrocarril Manizales			
Tipo de Entidad: Educativa			
Universidad Pública:	Universidad Privada: X	Entidad Pública:	ONG:
Lugar de Ejecución del Proyecto: Manizales			
Ciudad: Manizales		Departamento: Caldas	
Duración del Proyecto (en meses): 5 meses			
Valor total del Proyecto:			
Descriptores / Palabras claves: Actitudes, Práctica físico-deportiva, Universidad.			

1. INTRODUCCIÓN

El presente estudio se aborda desde las actitudes a nivel afectivo, cognitivo y conductual que tienen los estudiantes de la universidad Autónoma de Manizales frente a la práctica físico-deportiva; aspecto importante para brindar posibilidades de actividades físico-deportivas más oportunas y adecuadas frente a los gustos y necesidades de los futuros profesionales.

Para el desarrollo del presente proyecto se hablará de actividades físico-deportivas, las cuales según Fernández (2002), tomado de Hellin, (2003) son las que mejor responden desde una perspectiva amplia para los intereses de esta investigación; debido a que integra el concepto de actividad física, deporte y recreación. Becerro, (1989) citando a Casperson y colaboradores, (1985) tomado de Hellin, (2003), señala que “La actividad física no es otra cosa que un movimiento de algunas estructuras corporales originado por la acción de los músculos esqueléticos, y del cual se deriva un determinado gasto de energía. El ejercicio físico supone una subcategoría de la anterior, la cual posee los requisitos de haber sido concebida para ser llevada a cabo de forma repetida, con el fin de mantener o mejorar la forma física”. Por tanto, la actividad física, como movimiento intencional, está presente bajo diversas formas y, entre dichas actividades, cuando existe una atención directa hacia la búsqueda de mejoras corporales, surgen nuevos conceptos, tales como el de ejercicio físico, juegos, deporte, etc. Es por esto, que las actividades físico deportivas para esta investigación se tomaran en cuenta como un movimiento intencional, lo que quiere decir que abarca el ejercicio físico y el deporte desde lo recreativo hasta el competitivo.

En los últimos años viene ocurriendo un fenómeno de incremento de la práctica físico-deportiva para las personas, debido a que se ha comprobado que reduce el riesgo de contraer enfermedades crónicas (hipertensión, diabetes, obesidad, enfermedades cardiopulmonares) o retrasar los efectos que trae cada enfermedad.

Castillo,(2007) afirma que el ejercicio físico, practicado de forma regular, y de la forma apropiada, es la mejor herramienta hoy disponible para fomentar la salud y el bienestar de la persona, cuando se realiza de la forma adecuada, los beneficios del ejercicio se producen siempre, independientemente de la edad, del estado de salud y de la condición física de la persona.

Para hablar de la práctica físico- deportiva relacionada con la salud, es necesario trabajar con sus componentes como lo son: la duración, tiempo empleado en minutos para el desarrollo de la actividad física; la frecuencia, número de días/semana en que se realiza y la intensidad, porcentaje de la capacidad funcional máxima utilizada durante la actividad físico- deportiva.

Con el desarrollo de este proyecto, se puede definir el tipo de práctica físico deportiva que realizan los estudiantes universitarios, además de conocer las motivaciones que los llevan a realizar o no realizar ejercicio físico y deporte; permitiendo entender las preferencias y actuaciones frente al tema. Uno de los aspectos más importantes para el buen desempeño en determinada actividad y más en el campo de las actividades físico- deportivas es la motivación, ya que funciona como factor regulador de la energía y la emoción empleada para cumplir un objetivo, Valdés, (1996), citado por Garita, (2006); y es uno de los tópicos de investigación más comunes en psicología general o deportiva. Biddle, (1999) citado por Garita, (2006).

El presente proyecto, hace un abordaje investigativo que da cuenta de los siguientes aspectos ya que muestra la realidad del estudiante universitario frente a la utilización de su tiempo libre empleándolo en la práctica físico-deportiva. Dará claridad sobre la actitud en el aspecto afectivo, cognitivo y comportamental de los estudiantes de la universidad Autónoma de Manizales sobre la práctica físico-deportiva.

Palabras claves: Actitudes, Práctica físico-deportiva, Universidad

2. DESCRIPCIÓN DEL PROYECTO

2.1 PLANTEAMIENTO DEL AREA PROBLEMÁTICA O PROBLEMA DE INVESTIGACIÓN

La Organización Mundial de la Salud (OMS) publicó en el 2006 una Estrategia Global sobre Régimen Alimentario, Actividad Física y Salud, que enfatiza la relevancia de la actividad física en la promoción de la salud en muchos países, como parte de las estrategias más amplias de salud de la población y de prevención de enfermedades no transmisibles.

Camiña, Cancela y Romo, (2000) refieren que la disminución de la actividad física (estilo de vida sedentario) que aparece a medida que las personas envejecen desde los 20 o 30 hasta los 80 años, es un hecho, siendo una de las razones la limitación debida a los problemas crónicos de salud que se acentúan con la edad. Bagozzi y Kimmel (1995), en Pérez Samaniego (2000), muestran como las actitudes positivas o negativas hacia los procesos las que consiguen alcanzar y mantener hábitos saludables relacionados con la actividad física y el deporte. El estudio nacional de factores de riesgo de enfermedades crónicas no transmisibles (ENFREC) realizado en 1998, mostró que sólo el 21,2% de los adultos colombianos participaba, al menos dos o tres veces por semana, en actividades físicas que representarían beneficios para la salud. Ministerio de Protección Social, (2005).

El fomento del ejercicio físico hace parte de las acciones para controlar la presencia de enfermedades crónicas no transmisibles, causadas por el sedentarismo, en el contexto de las ciencias del movimiento humano, las bondades de la actividad física han sido ampliamente documentadas Palacios y Serratos, (2000), en López Medrano y Chacón López, (2009). Lo anterior es un punto de intervención para los profesionales que trabajan en el área de la Salud.

Varela, Duarte, Salazar, Lema y Tamayo, (2011) en el estudio realizado en las

universidades colombianas con una muestra de 1.811 estudiantes demuestran que el 75.3% de los jóvenes estudiantes evaluados pocas veces o nunca practican actividades físico- deportivas, siendo las mujeres en un 40.9% las que menos realizan esta práctica; lo cual es indicador de que los estudiantes universitarios en su mayoría son sedentarios

Esta realidad define al ejercicio físico, junto con los hábitos alimentarios e higiénicos, como recursos valiosos para promocionar la salud de las personas y consecuentemente favorecer el desarrollo humano y social. Erdociaín, Solís e Isa, (2001). Sin embargo según Pavón Flores y Moreno Murcia, (2008) y Sánchez, A.; García, F, Landa baso, V. y Nicolás, L. (1998), expresan que los universitarios son conscientes de las contribuciones positivas que la participación en actividades físicas de forma regular tiene sobre un estilo de vida saludable y activo. Señalando además como el ejercicio regular, mantenerse en forma aprender nuevas destrezas y divertirse, son las razones más relevantes en un programa básico de formación deportiva. De igual manera, mencionan que para las mujeres las razones imperantes son el mantenimiento del peso corporal, divertirse y establecer relaciones interpersonales, mientras que para los hombres, son más relevantes la práctica de ejercicio regular, el aprendizaje de deportes y actividades de tiempo libre y lograr el éxito en la competición.

Así Pavón Flores y Moreno Murcia, (2008) señaló como los motivos principales para no involucrarse en la práctica físico-deportiva son la falta de tiempo, no disponer de instalaciones deportivas cercanas, carecer de aptitudes físicas, así como considerar que el ejercicio físico no sirve para nada. Las razones para hacer o no ejercicio físico pueden ser diversas y tienen una gran validez desde la perspectiva subjetiva de cada persona, de tal forma que cualquier cambio que se quiera introducir en cuanto al hábito del ejercicio físico, implicará comprender las razones de fondo para generar una actitud positiva hacia el mismo. La OMS (1995) asume que más del 70% de la población mundial practica en alguna medida cualquier tipo de actividad física para satisfacer sus

necesidades básicas, contribuyendo al desarrollo humano desde diferentes esferas: a nivel salud, social, y psicológico

Universia, (2007), describe que la edad a la que se entra a la universidad es cada vez menor, donde un 6,1% de los encuestados tienen 16 años, el 11,6% tienen 17 y un 16,2% llega a los 18 años, y sólo el 9% de los encuestados entró a estudiar una carrera universitaria después de los 24 años.

En función de los estudios revisados pueden extraerse una serie de aspectos importantes sobre la práctica deportiva de los jóvenes. García Ferrando, (1990); citado por Sampol Pere, Ponseti Verdaguer, Gili Planas, Borrás Rotger y Vidal Conti, (2005). Si la práctica de actividades físico deportiva va en aumento, este aumento es más importante en los niños y adolescentes:

- El porcentaje de práctica disminuye al aumentar la edad. Esta disminución se acentúa particularmente al inicio y fin de la adolescencia.
- Respecto a los niveles de práctica, el género y el nivel socioeconómico la determinan. El factor género aparece como uno de los factores más determinantes.
- Las expectativas del nivel de práctica en la población femenina son menores que en la población masculina.
- Los motivos y actitudes varían también en función del género, se prevén actitudes más favorables hacia la práctica y una implicación más importante en la competición en la población masculina que en la población femenina.

La postura a tomar en la presente investigación está orientada bajo el término de práctica físico deportiva o actividades físico-deportivas, Fernández, (2003) tomado de Hellin, (2003), debido a que reúne en totalidad el concepto de práctica físico-deportiva; siendo a partir de los conceptos de Cagigal, (1983); quien define que la

actividad físico deportiva sea establecido desde un movimiento intencional para la mejora de la salud, cumpliendo con los parámetros del ejercicio físico, hasta la práctica del deporte a nivel formativo recreacional, y competencia elite, representando a la universidad o a una institución externa.

De igual manera, la valoración de la actitud será entendida de acuerdo a lo propuesto por Castillo Viera, Sáenz-López Buñuel, (2007) quienes dividen el concepto en tres puntos: primero los conocimientos o creencias sobre el tema; es lo que se ha dado en llamar aspecto cognitivo de la actitud, segundo la disposición (favorable o desfavorable) a actuar en una dirección determinada; se conoce como aspecto afectivo de la actitud y tercero la conducta, de hecho, ante una situación determinada; es el aspecto conativo de la actitud.

Todo lo anteriormente planteado permite la formulación de la siguiente pregunta de investigación:

¿Cuáles son las actitudes de los estudiantes de la universidad Autónoma de Manizales frente a la práctica Físico-deportiva?

2.1.1 JUSTIFICACIÓN

Es necesario conocer las actitudes de los estudiantes de la universidad Autónoma de Manizales frente la práctica Físico-deportiva, teniendo en cuenta su condición multidimensional en lo *afectivo*: motivación sobre la práctica y abandono de las actividades Físico-deportivas; lo *cognitivo*: lo que conoce acerca de la practica físico-deportiva y lo *conductual*: como realiza la practica físico-deportiva.

Estos resultados permitirán a los profesionales de la salud, educadores físicos y afines a las ciencias del deporte el realizar programas, que respondan a las

verdaderas necesidades y gustos de esta población, generando así un hábito de vida saludable que permanezca a lo largo de la vida y disminuya el riesgo de padecer enfermedades causadas por el sedentarismo. Este aspecto lo explica claramente López Medrano y Chacón López, (2009) quienes afirman:

“Los diagnósticos que normalmente son utilizados por las y los educadores físicos se abocan, a lo sumo, a explorar aspectos generales relacionados con la aptitud física y las destrezas deportivo motoras. Obviamente, se trata de esfuerzos descriptivos válidos, pero de alcance muy limitado si se entiende el ejercicio profesional del educador físico, en un contexto más amplio”.

En este sentido, es importante subrayar que la práctica físico-deportiva debe entenderse como un instrumento para la promoción de la salud integral de los jóvenes, lo que involucra la consideración de aspectos de tipo anatómico, biológicos, psicológicos y sociales. Erdociaín et. all, (2001) toman en cuenta el informe de la Organización Mundial de la Salud (OMS), el cual expresa que uno de los flagelos de la sociedad moderna es el sedentarismo; Asimismo, en su “Informe sobre la salud en el mundo 2002”, la OMS estima que los estilos de vida sedentarios son una de las 10 causas fundamentales de mortalidad y discapacidad en el mundo. Este es el resultado de una serie de elementos que han ido conformando la cultura del “humano tecnológico” que tiende a arraigarse en la sociedad y que perjudica la salud física, psíquica y social de los individuos. En términos epidemiológicos, evidencias científicas recientes confirman el papel decisivo de la práctica de la actividad física regular en la prevención y el control de diversas enfermedades y en la promoción, prevención y protección de la salud. Williams,(2002).

López Medrano y Chacón López, (2009) comprobaron que las mujeres, en general, entrenan prioritariamente por razones de control de peso. En cambio las mujeres y los

hombres atletas de alto nivel, comparten el deseo común de sentirse bien acerca de su salud personal, sienten que se incrementan sus emociones positivas una vez realizado el ejercicio físico y que se mejoran sus relaciones sociales.

Asumir las actitudes de los estudiantes de la universidad Autónoma de Manizales ante la práctica físico-deportiva, teniendo en cuenta su condición multidimensional en lo *afectivo*, lo *cognitivo* y lo *conductual* permitió la utilización de un instrumento validado internacionalmente en la temática, el cual fue adaptado según las necesidades. Por su parte, los resultados del estudio, pueden ser un factor clave para asumir el conocimiento, motivación y tipo de práctica físico deportiva que realizan los universitarios, además de la opinión acerca de la relación que tiene su universidad y las actividades físico-deportivas; lo anterior posibilita entender las preferencias y actuaciones frente al tema, como se mencionó anteriormente, lo que dará claridad para las universidades y específicamente para la universidad Autónoma de Manizales en la creación de programas físico-deportivos donde se fomente además de la participación la permanencia y adherencia de los estudiantes a dichos programas.

Conscientes de la importancia que tiene la práctica físico- deportiva para la salud y una óptima calidad de vida de las personas en general y particularmente los jóvenes y adultos jóvenes, el estudio permitió identificar en primera instancia el perfil de practica físico-deportiva para los estudiantes de la universidad Autónoma de Manizales. Asimismo, brindó información sobre las razones principales aducidas por los jóvenes para realizarlas o no realizarlas. Toda esta información fue fundamental para que a nivel universitario se reflexione sobre la importancia de la actividad física y el ejercicio físico para el desarrollo integral de los estudiantes; sobre los efectos que está causando el sedentarismo en ellos, y sobre los hábitos de vida no saludables: cigarrillo, licor, drogas, inactividad que se vuelven más fuertes en esta época de la vida así como también, para que se elaboren políticas y propuestas tendientes a promocionar estilos de vida saludables y consecuentemente promover una mejor calidad de vida para los estudiantes, lo cual tendría un impacto social, económico y de conocimiento;

beneficiando así futuros profesionales y disminuyendo costos por enfermedades, se podrán establecer propuestas para disminuir el estrés, obtener mayor concentración en el estudio, disminuir el cansancio físico y mental.

El presente proyecto fue viable y factible debido a que se contó con el personal investigativo, la población; y la parte financiera la cual fue apoyada por la investigadora, además, se contó con la asesoría de los profesionales en el énfasis de actividad física y deporte de la universidad Autónoma de Manizales. Se utilizó como técnica un cuestionario para valorar la actitud frente a la práctica físico-deportiva. El cuestionario es denominado M.I.A.F.D Cuestionario de motivaciones e intereses hacia las actividades físico- deportivas elaborado a partir del trabajo realizado anteriormente por Pavón (2001, 2004), además se buscó establecer diferencias entre géneros aplicado a la población de estudiantes universitarios de la ciudad de Manizales en el año 2012. Apoyados en la Resolución 008430 de 1993 del Ministerio de Salud de la República de Colombia, se obtuvo el consentimiento informado por parte del estudiante universitario. Las encuestas se realizaron según las implicaciones éticas y sociales de los participantes.

2.2 OBJETIVOS

2.2.1 Objetivo General

Determinar las actitudes de los estudiantes de la universidad autónoma de Manizales frente a la práctica físico-deportiva en el año 2012.

2.2.2 Objetivos Específicos

- Determinar el componente conductual de los estudiantes de la Universidad Autónoma de Manizales, frente a la práctica físico- deportiva
- Determinar el componente cognitivo de los estudiantes de la Universidad

Autónoma de Manizales, frente a la práctica físico- deportiva

- Determinar el componente afectivo, estableciendo los motivos de práctica y abandono frente a las actividades físico deportivo de los estudiantes de la Universidad Autónoma de Manizales.
- Comparar la actitud de los estudiantes de la Universidad Autónoma de Manizales de acuerdo a variables socio demográficas.

3. REFERENTE TEORICO

En este referente teórico se intentó sustentar conceptualmente las principales características del universitario, desde su percepción frente a la realización de actividades físico deportivas, motivación, teorías de la motivación y actitud entre otros. A continuación se presentan algunos aspectos teóricos que permitieron mayor claridad conceptual frente al objeto de estudio abordado.

3.1 La juventud y la universidad

Según Blasco, Capdevilla, Pintanel, Valiente, y Cruz, (1996) es importante aclarar que los universitarios pasan por un periodo crítico en cuanto a la participación deportiva, ya que es aquí donde la gran mayoría de estudiantes de ese nivel abandonan el hábito de hacer ejercicio, pues deben dedicar muchas más horas al estudio y reducir las de ocio.

Esta etapa de ingreso a la universidad y el ciclo de vida en la cual se desempeñan regularmente como estudiantes universitarios esta en un periodo de los 16 años a los 25 años, con algunos casos de excepción de estudiantes de mayor edad. La Organización de las Naciones Unidas (ONU) ha definido a la juventud como el periodo

que va de los 15 a los 25 años, aunque no existen límites precisos. Es un proceso que engloba aspectos como la madurez física, social y psicológica de la persona.

En esta edad la disminución del ejercicio físico y la vida deportiva puede ser explicada por la adquisición de mayor responsabilidad en la educación, la incorporación al trabajo, autonomía e independencia que pueden conllevar la formación de un nuevo núcleo familiar, así como la construcción de una identidad propia, restándole así tiempo de dedicación e importancia a las actividades físico deportivas; OMS, (2000). Cabe anotar que de los 20 a los 25 años, se aumenta la estabilidad con el fin de orientarse en los siguientes aspectos:

- a) La formación de una firme capacidad de establecer, compromisos permanentes en sus relaciones personales, en el ámbito vocacional y en otros aspectos sociales.
- b) La aceptación progresiva de mayores responsabilidades, en relación con las figuras paternas
- c) La dedicación activa al trabajo, con estructuras sociales establecidas

Para la Organización de las Naciones Unidas para la Educación, la Ciencia y la Cultura UNESCO, (1998), sería un deber de las universidades dar una adecuada respuesta a los cambios experimentados en su estudiantado, modificando para ello modelos educativos centrados en la transmisión de contenidos por modelos de enseñanza innovadores, adaptados a las características y necesidades de estudiantes diversos, favoreciendo su retención y permanencia en la universidad. Esto ayudaría a contrarrestar los posibles problemas que se viven en esta etapa; problemas como la salud de la juventud que contempla tanto los problemas físicos o psíquicos del desarrollo como la salud reproductiva, la salud sexual, trastornos psíquicos o la drogadicción y el alcoholismo, el primer empleo, desempleo juvenil, criminalidad juvenil, embarazo adolescente, control de la natalidad, educación sexual, son aspectos a los

que los jóvenes se tienen que enfrentar, a esto se le suma hoy en día el sedentarismo como principal causa de enfermedades crónicas no transmisibles y enfermedades hipocinéticas , que se dan cada día a más temprana edad.

Por tanto, todo individuo sin distinción de edad, necesita tener buena salud para realizar sus múltiples actividades, entendiéndose esta, no como la ausencia de enfermedad, sino más como un estado de ánimo dependiente de los estilos de vida saludables. Sin un buen estado de salud tanto objetivo como subjetivo, el crecimiento tanto físico como intelectual sería anormal. Es una realidad que; una inadecuada alimentación asociada al sedentarismo; interfiere negativamente en el aprendizaje y en el comportamiento social de las y los jóvenes, López Medrano Chacón López,(2009).

Considerando lo anterior, para el docente universitario y la universidad, debe ser motivo de preocupación el gestionar actividades físico deportivas regulares para disminuir factores de riesgo sociales y biológicos; además de mejorar el crecimiento intelectual del estudiante lo que llevaría a tener personas más receptivas al aprendizaje y por ende mejores profesionales para el futuro. Es decir, tenerlos como centro y protagonistas de un mundo cambiante. Los docentes pueden generar cambios importantes en la historia de aprendizaje de sus alumnos, tienen la capacidad y el potencial para acogerlos y motivar en ellos el deseo por aprender y desarrollarse en la universidad, aportando a la creación de una educación superior terciaria de mayor calidad y equidad. Si se quiere saber si hay algún aspecto en la educación recibida por los actuales estudiantes que les haya ayudado y motivado a aprender ¿por qué no preguntarle a ellos mismos? Barrios, (2001) en “Relación profesor-alumno en la universidad” (2010).

3.2 La promoción de la Salud y las actividades físico deportivas

Cabe decir que en etapas de la juventud, y adultez temprana, se inician actividades de

mayor responsabilidad como el estudio superior o intereses sociales distintos, lo que lleva a disminuir el nivel de ejercicio físico y el deporte en esta época. Los universitarios pasan por un periodo crítico en cuanto a la participación deportiva, ya que es aquí donde la gran mayoría de estudiantes de ese nivel abandonan el hábito de hacer ejercicio, pues deben dedicar muchas más horas al estudio y reducir las de ocio, Blasco, Capdevilla, Pintanel, Valiente y Cruz, (1996).

Esto es representativo de una vida sedentaria. La Organización Panamericana de la Salud, OPS, (2000) citado por López Medrano y Chacón López, (2009), informa que tanto hombres como mujeres, dedican la mayor parte de su tiempo libre (85%) a dormir, ver televisión, descansar; y solo el 15% de ese tiempo realizan actividad física como caminar o realizar algún deporte. Otros resultados como los reportados por Palacios, y Serratos, (2000) indicaron que el sedentarismo afecta entre un 40% a un 60% de la población y solo 1 de cada 5 Individuos alcanza el mínimo de actividad física recomendada para promover la salud.

Según el diccionario de la Lengua Española se define como sedentaria a la persona que realiza una actividad u oficio o estilo de vida con poco movimiento. Varela et, all. (2011) refieren que una persona es sedentaria cuando no realiza una cantidad mínima de movimiento diario (por lo menos entre 25 y 30 minutos), que produzca un gasto energético >10% del que ocurre habitualmente al llevar a cabo las actividades cotidianas, que puede ser medido por la duración y por el tipo de actividad que se realiza. Entre estas actividades se encuentran los juegos al aire libre, los quehaceres domésticos, subir escaleras, caminar, utilizar la bicicleta como medio de transporte, hacer práctica físico- deportiva. Por el contrario, dentro de las actividades que se consideran sedentarias está ver televisión, hablar por teléfono, hacer siesta, leer, jugar o trabajar en el ordenador, entre otras.

Según la OMS, (2003) en Varela et, all., (2011), la prevalencia de sedentarismo a nivel global en los adultos es de 17%, mientras que la de actividad física moderada es

de 31% a 51%. En Colombia, según la Encuesta Nacional de la Situación Nutricional (ENSIN), la prevalencia de actividad física mínima en adultos entre 18 y 64 años (42.6%), tanto en hombres (38.1%) como en mujeres (46.4%). Específicamente en Cali, se estima que el sedentarismo alcanza cifras de 79.5%. Cabe decir que el sedentarismo tiene un impacto tanto a nivel físico como emocional. A nivel físico, una persona sedentaria tiene un mayor riesgo de padecer múltiples enfermedades crónicas no transmisibles como las enfermedades cardiovasculares, cáncer de colon, mama y endometrio, diabetes mellitus, hipertensión arterial y enfermedades osteomusculares que están relacionadas con el sobrepeso y la obesidad. En cuanto al impacto emocional, se ha encontrado que una persona sedentaria tiene mayor probabilidad de padecer insomnio, depresión, ansiedad, estrés, entre otros.

Es importante entender que existen diferencias entre el concepto de actividad física, ejercicio físico y deporte, ya que diferentes conceptos se integran en el termino práctica físico- deportiva o Actividad Físico- deportiva, Fernández, (2002) en Hellin,(2003) objeto de estudio de la presente investigación.

El espectro amplio sobre el concepto de actividad física desde las perspectivas cuantitativa y cualitativa muestra como “la actividad física puede ser contemplada como el movimiento corporal de cualquier tipo producido por la contracción muscular y que conduce a un incremento sustancial del gasto energético de la persona”, Sánchez Buñuelos, (1996). Este autor establece que desde lo cuantitativo se alude al grado de consumo y movilización de energía necesaria para realizar el movimiento, aspecto que es controlado a través del volumen, la intensidad y la frecuencia de dicha actividad, González y Gorostiaga, (1995); Navarro E, Barceló R, Tuesca R. (2004- 2005) y, por otro lado, lo cualitativo está vinculado al tipo de actividad a realizar, así como el propósito y el contexto en el cual se realiza.

“La actividad física no es otra cosa que un movimiento de algunas estructuras corporales originado por la acción de los músculos esqueléticos, y del cual se deriva un determinado gasto de energía. El ejercicio físico supone una subcategoría de la anterior, la cual posee los requisitos de haber sido concebida para ser llevada a cabo de forma repetida, con el fin de mantener o mejorar la forma física” Casperson et, all., (1985)

Por tanto, la actividad física, como movimiento intencional, está presente bajo diversas formas y, entre dichas actividades, cuando existe una atención directa hacia la búsqueda de mejoras corporales, surgen nuevos conceptos, tales como el de ejercicio físico, juegos, deporte, etc. Cuando las actividades físicas están orientadas bajo un propósito de mejora de la estructura corporal en sí misma llegamos al concepto de ejercicio físico.

La actividad Física según Devis, et,all., (2000), es definida como “Cualquier movimiento intencional, realizado con los músculos esqueléticos, que resulta en un gasto de energía y en una experiencia personal y nos permite interactuar con los seres y el ambiente que nos rodea.” Hoy en día se quiere promocionar la actividad física no solo en el tiempo libre, sino incorporar la actividad física en la vida diaria, dando lugar a un concepto nuevo e integral: la vida activa. El ejercicio físico es una categoría de la actividad física, como toda actividad realizada del organismo libre y voluntariamente, que es planificada, estructurada y repetitiva, con un mayor o menor consumo de energía cuya finalidad es la de producir un mejor funcionamiento del propio organismo y que no rinde ningún beneficio material a la sociedad.

En la vida adulta y la vejez, la participación en programas regulares de ejercicio es eficaz para evitar algunas enfermedades que se asocian con el envejecimiento. La realización de ejercicio físico aeróbico ayuda a mantener y mejorar varios aspectos del funcionamiento cardiovascular (ej. eficiencia cardiaca, diferencia artero-venosa de O₂,

la capacidad de oxidación mitocondrial, etc.). Además, el ejercicio físico reduce los factores de riesgo de enfermedades del corazón, diabetes, etc., mejora la salud y contribuye a incrementar las expectativas de vida, Calderón, Frideres y Palao, (2009).

La realización de ejercicio físico de fortalecimiento ayuda a compensar la pérdida de masa muscular y de fuerza que por lo general se asocia con el envejecimiento normal. Entre los beneficios adicionales que se derivan del ejercicio regular se incluye una mejoría en las condiciones óseas y como consecuencia, un riesgo menor de padecer de osteoporosis. ACSM, (2004) , en Calderón et,all.,(2009).

Según Pérez, I. J., Delgado, M., Chillón, P., Martín, M. y Tercedor, P. (2005) el ejercicio físico “es un movimiento que requiere un proceso complejo y orientado en un objetivo”. Según estos autores, los elementos definidores de los ejercicios físicos quedan centrados en tres aspectos fundamentales:

1. Orientación consciente hacia un objetivo persiguiendo el cumplimiento de una tarea motriz en la que los aspectos cognitivos figuran en un primer plano.
2. Complejidad de condiciones anatómicas y energéticas, de procesos de dirección y regulación fisiológica y cognitiva.
3. Presencia de retroalimentaciones constantes de los movimientos realizados, así como del resultado de la actividad.

Para completar estas argumentaciones y, coincidiendo plenamente con las apreciaciones de Martín, (1995), es preciso que los objetivos pretendidos por los ejercicios físicos estén orientados a encontrar un fin en el propio cuerpo, ya sea mediante la mejora de la condición física, la recreación, la mejora de la salud o la rehabilitación de una función motora perdida.

Además, la práctica de ejercicios físicos de forma regular proporciona ciertos beneficios psicológicos que se relacionan con la preservación de la función cognitiva, el

alivio de los síntomas depresivos y de la conducta, y una mejoría en el autocontrol y la auto eficacia, Sallis, (2000) en Calderón et,all., (2009). En general, los beneficios que se asocian con la actividad física regular y el ejercicio, propician un estilo de vida más saludable e independientemente. Esto produce una mejora significativa de la capacidad funcional y de la calidad de vida de la población en todas las edades. Pérez, Delgado, Chillón, Martín y Tercedor, (2005).

El concepto deporte ha sido definido por diversos autores: Cagigal, (1983); en Hellin, (2003); Ramírez-Hoffmann (2002) y García Ferrando, (1990), como un juego (reglamentado), practicado casi siempre en forma competitiva y con ejercicio físico, conjunto de situaciones motrices codificadas bajo forma de competición e institucionalizadas, situación motriz de competición, reglada, de carácter lúdico e institucionalizada, actividad física e intelectual humana, de naturaleza competitiva, gobernada por reglas institucionalizadas.

Es importante saber que el concepto de deporte va cambiando con la sociedad y amplía su significado permitiendo entender la actitud, la actividad humana y la realidad social.

La postura a tomar en la presente investigación está orientada bajo los conceptos de; Martin, (1995) y Cagigal, (1983), ya que reúne en totalidad el concepto de practica físico-deportiva que se tendrá en cuenta en esta investigación; tomándolo desde un movimiento intencional para la mejora de la salud y cumpliendo con los parámetros del ejercicio físico, hasta la práctica del deporte a nivel competitivo recreacional, y competencia elite.

Algunos autores citados por Hellin, (2003), ubican la posición o el lugar que tiene las actividades físico- deportivas frente a otras actividades que realizan los estudiantes universitarios Españoles en su tiempo libre. Ellos lo describen así: “García Ferrando, (1993), señala que el deporte ocupa el sexto lugar en la clasificación de actividades de

tiempo libre entre los jóvenes, después de estar con los amigos (71%), ver la televisión (59%), escuchar música (50%), estar con la familia (49%) y leer libros y revistas (43%). Navarro, (2004-2005) señala que el deporte ocupa el noveno lugar como actividad de tiempo libre realizada de forma frecuente con un 31,5%, siendo la primera actividad estar con los amigos con el 79,9%, resultando el resto de los datos similares a los de García Ferrando (1993). Cuando se trata de actividades que se realizan algunas veces, el deporte sube hasta el sexto lugar con un 37,1%, mientras que el 76% cree que se hace insuficiente deporte en nuestro país, debido principalmente a la falta de instalaciones y de medio, García Ferrando, (1991).

En Colombia en el año 2000, el estudio realizado por la Organización Panamericana de la Salud, citado por Pinto, (2004), informa que tanto hombres como mujeres dedican, la mayor parte de su tiempo libre (85%) a dormir, ver televisión y descansar, y sólo en el 15% de ese tiempo realizan actividad física como caminar o practicar algún deporte.

Otros resultados como los reportados por Palacios y Serratosa, (2000), indicaron que el sedentarismo afecta entre un 40 % a un 60% de la población, y sólo 1 de cada 5 individuos alcanza el mínimo de actividad física recomendada para promover la salud. Sanchez et,all., (1998) plantean que los universitarios, son conscientes de los beneficios que tiene el realizar la práctica físico-deportiva sobre la salud y destacan que los hombres son más activos que las mujeres. Blasco et, all., (1996) afirman que el cambio que constituye el acceso a la universidad produce un punto de inflexión en el estilo de vida del individuo. Esto deja claro que es necesaria la intervención en el ámbito universitario para fomentar estilos de vida activos que se mantengan a lo largo de la vida.

Otro factor influyente en el estudiante universitario esta dado por los gustos y hábitos de los padres y madres reflejarán el nivel de estímulo que recibirá el niño o los

jóvenes para realizar ejercicio físico o determinadas actividades motrices. Otras situaciones, como la necesidad creciente de trabajo de ambos padres y las familias uniparentales, pueden influir en la posibilidad de practicar ejercicio físico extracurricular.

En este sentido, López Medrano y Chacón López, (2009) indican que hay padres y madres que influyen consciente o inconscientemente en que sus hijos e hijas dejen de realizar ejercicio físico. A menudo, no se les inscribe en programas deportivos extraescolares para que dediquen más tiempo al estudio. Y en ocasiones, no muestran interés por la práctica deportiva que realizan sus hijos, y aun menos por la que realizan sus hijas.

En síntesis, la familia es el primer agente socializador, dado que el niño va modelando sus conductas a partir de sus vivencias. Los niños adoptan los comportamientos que cada familia con sus pautas culturales, modelos de educación, escala de valores y expectativas les transmitan reproduciendo generalmente los mismos, López Medrano y Chacón López, (2009). Es así como la influencia de la familia y específicamente de los padres está directamente relacionada con la actitud y principalmente la percepción que el estudiante universitario tiene frente a la práctica físico-deportiva.

Otros aspectos influyentes en la realización de la práctica físico-deportiva del universitario están dados por factores ambientales y sociales. Según la OPS, (2001) citado por López Medrano y Chacón López, (2009) la urbanización y los cambios demográficos han resultado en importantes modificaciones en el estilo de vida de las personas. La carencia o imposibilidad de acceso a espacios verdes e instalaciones deportivas seguras en las grandes ciudades; las restricciones en la supervisión por personal idóneo, los límites en los presupuestos educativos, los cambios en las prioridades curriculares, el empobrecimiento y la inseguridad de la población, son algunos factores que desalientan la participación y limitan el acceso para la práctica de

ejercicio físico dentro y fuera del horario escolar, Pinto, (2004).

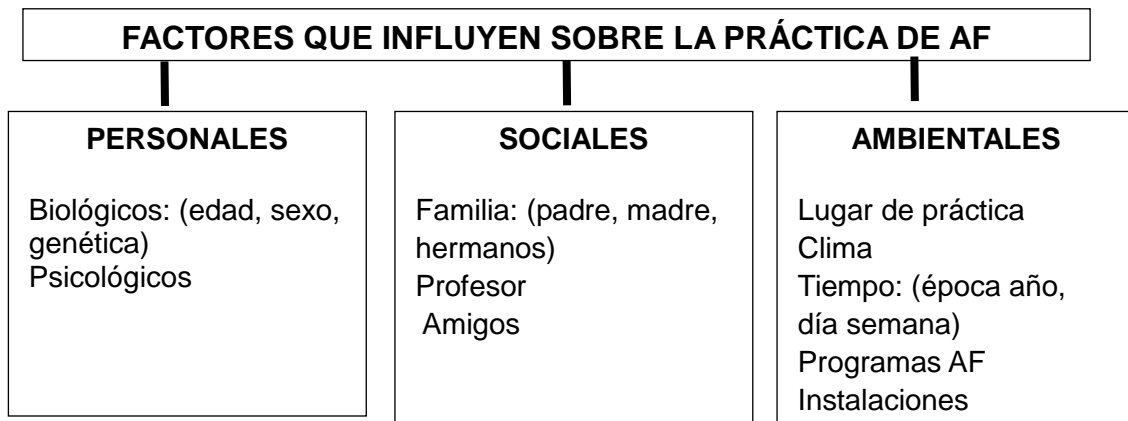
En este sentido, la violencia en las ciudades y el crecimiento urbano, han disminuido los lugares de recreación, lo cual ha promovido la disminución de actividades al aire libre y ha disminuido el tiempo para jugar. Los miedos de los adultos a que sus hijos e hijas jueguen en la calle, la tecnología del encierro, el urbanismo, el mercado inmobiliario y otros, les han ganado la batalla a los espacios de juego. López Medrano y Chacón López, (2009).

Por otra parte, aún en nuestros días, existe poca valoración social de la actividad física. No hay una conciencia social que transmita el mensaje de que la práctica de la actividad física y el ejercicio físico sea sana e importante. Cabe recalcar que no es tan significativa la influencia de la escuela como agente socializador en relación a la práctica o no de actividad física extraescolar, como sí lo es la familia y el grupo de pares. Además, entre otros factores determinantes, se pueden incluir: la percepción de falta de tiempo, otros intereses personales, responsabilidades estudiantiles, la promoción de actividades deportivas y recreativas que resultan aburridas o poco atractivas y el aumento de la inseguridad ciudadana y la disminución de áreas para el desarrollo de actividades deportivas y recreativas.

Sin embargo, es hora de empezar a dar conciencia de la importancia de la práctica físico-Deportiva desde las edades más tempranas; para ello se necesitaría darle la relevancia a nivel de la planeación curricular para que la orientación de la clase de educación física se dé mayor número de horas a la semana; esta situación empezaría a influir sobre las actitudes que se tienen a lo largo de la vida frente a la práctica físico-deportiva, volviéndolo así un hábito de vida saludable desde la niñez, adolescencia, adultos y adultos mayores; disminuyendo los riesgos a tener enfermedades crónicas no transmisibles; enfermedades hipocinéticas y psicológicas en todas estas etapas.

En esta línea García y Hernández (2001) citados por Castillo Viera y otros (2007) afirman que la mayoría de los universitarios que abandonaron la práctica físico-deportiva, tienen la intención de volver a la práctica en el futuro. Las mayores tasas de práctica se encuentran entre los más jóvenes disminuyendo con la edad., la práctica físico-deportiva está influenciada por factores de tipo personal, social y ambiental, Delgado y Tercedor, (2000). A continuación se plantean los factores que influyen sobre la practicidad de actividad físico deportiva. Delgado y Tercedor, (2002:75)

Gráfico 1: Factores que influyen sobre la práctica de la actividad física.



Tomado de Castillo Viera y otros (2007).

En los aspectos personales, Delgado y Tercedor (2002:75) analizan algunos de estos factores. Con relación al sexo el nivel de práctica en hombres es mayor que en las mujeres. La *edad* es otro factor que influye en la práctica de actividad física, ya que cuanto mayor es la edad del alumnado más acusado es el sedentarismo, especialmente entre las Mujeres (Mendoza R, Blanco J, Martín de la Concha P, Morales E, Ruiz J, Reyes MR et al. (1988). La *obesidad* es otro factor que influye en la práctica de actividad física ya que los niños obesos son menos activos que los no obesos. Por último, La genética también influye sobre la práctica de actividad física ya que un 29% de la variabilidad en la práctica de actividad física es debido a factores genéticos,

mientras que el 71% restante es debido a la propia interacción de cada individuo con el medio exterior.

En los aspectos sociales son la familia, el padre o la madre como modelo a imitar por los hijos e incluso la del profesor convirtiéndose así en una influencia sobre la práctica de actividad física. Delgado y Tercedor, (2002).

En los Aspectos ambientales el lugar donde se practica, las condiciones climatológicas, factores ligados al tiempo (estación del año, día de la semana, fin de semana, vacaciones), los programas organizados de actividad física, y la capacidad para acceder a las instalaciones.

Es importante relacionar para este estudio el tema de promoción de la salud entendiéndola según la OPS como un proceso para la mejora de la calidad de vida de las personas a través de estrategias como el establecimiento de políticas públicas saludables, la creación de entornos propicios para la salud, la habilitación de las comunidades, la adquisición de aptitudes personales y la re orientación de los servicios de salud. La adquisición de aptitudes personales es sobresaliente en esta investigación, debido a que es la enseñanza de hábitos de vida saludables que se dan en nuestro proceso de formación incluyendo la universidad. La carta de Ottawa de la OMS, (1986) dice que la Promoción de la salud “Consiste en proporcionar a la gente los medios necesarios para mejorar la salud y ejercer un mayor control sobre la misma”

La promoción de la salud se ha creado como una estrategia para mejorar los estilos de vida, Bibeau et, all., (1985) en Maya, (2001), consideran que se hace necesario los estilos de vida como parte de una dimensión colectiva y social que comprende tres aspectos interrelacionados: el material, el social, y el ideológico. En lo material, se caracteriza por manifestaciones de la cultura: vivienda, alimentación, agua potable,

vestido. En lo social, según las formas y estructuras organizativas: educación, tipo de familia, grupos de parentesco, redes sociales de apoyo, y sistemas de soporte como las instituciones y asociaciones y en lo ideológico, los estilos de vida se expresan a través de ideas, valores y creencias que determinan las respuestas o comportamientos a los distintos sucesos de la vida.

Es así como los diferentes estilos de vida, y todas las variables que lo conforman generan una diversidad, que abarca desde estilos de vida muy saludables hasta estilos de vida no saludables. La adopción de uno u otro estilo de vida conlleva a la consecución de una buena o mala calidad de vida. Levy y Anderson, (1980), citados por Maya, (2001).

Los estilos de vida saludables son definidos como la interacción social, lo material y lo ideológico buscando la satisfacción de las necesidades humanas para alcanzar el bienestar y la vida. Bibeau et, all., (1985).

3.3 Las actitudes y motivaciones de los universitarios frente a la práctica físico-deportiva

Según López Medrano y Chacón López, (2009) para hablar de la actitud y la motivación frente a la práctica físico-deportiva, es necesario señalar que la salud se crea y se vive en el marco de la vida cotidiana, en los centros de enseñanza, de trabajo y de recreo. La decisión de realizar o no actividades físico-deportivas se enmarcan dentro del alcance de la salud.

Las actitudes hacen parte de esta decisión, entendiendo actitudes como una muestra de lo que nos gusta o lo que nos disgusta, son nuestras afinidades y aversiones hacia objetos, situaciones, personas, grupos y cualquier otro aspecto identificable de nuestro ambiente. Bem (1970); López Medrano y Chacón López, (2009).

Pérez Samaniego (2000), afirma que las personas tienen actitudes positivas hacia aquellas cosas, personas, situaciones o conductas que creen que tiene atributos positivos y actitudes negativas hacia las que tienen actitudes negativas.

Bibeau, GD., Pedersen D y Fuentes (1985), asumen "las actitudes son como factores que intervienen en una acción, una predisposición comportamental adquirida hacia algún objeto o situación". El autor comenta que debido a que la actitud, como variable latente, no es susceptible de observación directa, tiene que inferirse a partir de las creencias, sentimientos o intenciones de conducta; la disposición interna de carácter aprendido y duradera que sostiene las respuestas favorables o desfavorables del individuo hacia un objeto o clase de objetos del mundo social; es el producto y el resumen de todas las experiencias del individuo directa o socialmente mediatizadas con dicho objeto o clase de objetos" .Cantero et, all., (1998:18).

"El concepto de actitud se refiere a las concepciones fundamentales relativas a la naturaleza del ser humano, implica ciertos componentes morales o humanos y exige un compromiso personal y se define como una tendencia o disposición constante a percibir y reaccionar en un sentido; por ej. de tolerancia o de intolerancia, de respeto o de crítica, de confianza o de desconfianza, etcétera." Martínez, (1999b:181) citado por Castillo Viera et, all., (2007) "predisposición aprendida, no innata, y estable aunque puede cambiar, a reaccionar de una manera valorativa, favorable o desfavorable ante un objeto (individuo, grupo, situaciones, etc.)". Morales, (2000:24)citado por Castillo Viera et, all. (2007).

La mayoría de los especialistas están de acuerdo en que las actitudes vienen determinadas por varios rasgos cuya influencia mutua es, hasta cierto punto, estable; Stahlberg y Frey,(1993) ; Morales, (2000). Así, para valorar una actitud se debe atender a los conocimientos o creencias sobre el tema; es lo que se ha dado en llamar aspecto cognitivo de la actitud, la disposición (favorable o desfavorable) a actuar en una

dirección determinada; se conoce como aspecto afectivo de la actitud, y la conducta, de hecho, ante una situación determinada; es el aspecto conativo de la actitud.

Algunas de las características de las actitudes son: son adquiridas, implican una alta carga afectiva y emocional, representan respuestas de carácter electivo, son valoradas como estructuras de dimensión múltiple, se expresan por medio de lenguajes cargados de elementos evaluativos y constituyen aprendizajes estables ;Morales, (2000) ; Pérez, (2005).

Para López Medrano y Chacón López, (2009), la motivación define la intensidad y dirección del comportamiento; la dirección se refiere a si el individuo busca, se aproxima o se siente atraído por ciertas situaciones y la intensidad se refiere a la cantidad de empeño que la persona emplea en una situación determinada. Además, se puede indicar que la persistencia, en el sentido de determinar cuánto dura el sujeto en la actividad, puede ser un indicador importante de motivación.

En este mismo sentido Valdez, (1996) citado por Garita, (2006) argumenta que el proceso motivacional es el que aporta energía, dirección y persistencia al comportamiento y está determinado por múltiples necesidades: biológicas, cognitivas, afectivas y sociales.

Para la presente investigación se analizará las actitudes de la práctica físico – deportiva desde las respuestas afectivas, cognitivas y conductuales; tal como lo describe Vidarte C. y Quintero, P., (2006), los cuales en esta investigación analizaron variables socio demográficas, componentes cognitivos, afectivos, conductuales; frente a el objetivo propuesto. Ellos concluyeron que los hombres manifiestan una actitud deportiva más profesionalizada que las mujeres. De igual manera Pavón Flores y Moreno Murcia, (2008) plantean acerca de las diferencias por género acerca de la opinión y motivación frente a la práctica de actividad física deportiva. Se encontró

mayor participación en actividades deportivas en los hombres, además que las mujeres realizan la práctica por los beneficios que esta tiene frente a la salud. Otro punto que se destaca de esta investigación, es que los hombres practican ejercicio físico acompañado generalmente por amigos, perteneciendo a alguna liga, club o asociación deportiva en instalaciones al aire libre; las mujeres por el contrario realizan sus prácticas de forma individual, en instalaciones privadas, organizadas y cubiertas.

La investigación de Moreno, (2006) ofrece un enfoque teórico desde la práctica físico-deportiva, la importancia de la motivación y la diversión; donde su objetivo principal del estudio es examinar las actitudes hacia la práctica físico-deportiva según el sexo del practicante, con el fin de conocer y comprender los diferentes motivos que conducen a practicar actividades físico deportivas. En sus resultados muestran que los hombres practican actividades colectivas y competitivas como el fútbol y el baloncesto y las mujeres practican actividades individuales y estéticas como los aeróbicos y la natación. Consideran que este tipo de actividades para las mujeres no se ofertan en las clases de educación física lo que se interpreta como una desigualdad para el género; en su investigación reflexionan sobre las actitudes sexistas lo que hace mención al hecho de que la propia mujer se sitúe en condiciones de inferioridad en cuanto a sus posibilidades de aprendizaje, lo cual determina la falta de motivación femenina hacia la práctica de ejercicio físico.

Al tener en cuenta el aspecto afectivo, cognitivo y comportamental de las actitudes, cobra fuerza la relación directa que tiene con el concepto de motivación, pues el comportamiento se condiciona por la motivación que nos mueve a realizar un hecho hablando desde el aspecto físico deportivo o desde cualquier esfera de la vida humana. Uno de los aspectos más importantes para el buen desempeño en determinada actividad es la motivación, ya que funciona como factor regulador de la energía y la emoción empleada para cumplir un objetivo. Valdés, (1996) citado en López Medrano y Chacón López, (2009) indica que la motivación es uno de los problemas deportivos más

interesantes, tanto en la respuesta del rendimiento de ambientes sociales como la competición y el comportamiento de los entrenadores, como la influencia en el desarrollo de variables de comportamiento como la persistencia, aprendizaje y rendimiento.

Garita, (2006) aporta una descripción sobre los motivos de práctica del ejercicio físico y el deporte, así como los niveles de satisfacción al realizarlos. Se toma en cuenta temas como la teoría de la motivación, satisfacción y diferencias de género. En el expresa la importancia para los educadores físicos, entrenadores y afines la importancia por conocer los motivos de participación de las personas que tienen a su cargo con el fin de velar por la elaboración de planes de trabajo para que se mantengan realizándolos, orientándolos a disfrutar y estar satisfechos con su intervención y así alargar su ciclo de vida activa, evitando el abandono, aspecto relacionado con el sedentarismo y el riesgo de padecer enfermedades crónicas y degenerativas.

Hay que tener en cuenta que la motivación se ve influenciada por aspectos internos de la persona (preferencias, deseos, temores, entre otras), como las vivencias externas de su entorno (aceptación social, habilidades, amistades, entre otras). Antes de ahondar en el tema de la motivación, es importante establecer su definición, la cual según Morilla, (1994), es la intensidad y dirección del comportamiento; la dirección se refiere a si el individuo busca, se aproxima o siente atraído por ciertas situaciones y la intensidad se refiere a la cantidad de empeño que la persona emplea en una situación determinada . Weinberg y Gould, (1996).

El concepto de motivación es un término multidimensional, integrado por la motivación intrínseca, extrínseca y la amotivación. La motivación intrínseca se refiere a comprometerse en una actividad puramente por el placer y la satisfacción que provoca hacerla; cuando una persona está motivada intrínsecamente se comporta voluntariamente en ausencia de recompensas materiales u obligaciones o presiones

externas, Deci y Ryan, (1985). Por el contrario, existe otro tipo de motivación en la cual el sujeto basa su energía para realizar la actividad en medios externos, es decir, su principal motivación no se encuentra dentro de sí, sino que proviene del exterior, por la recompensa material o social, entre otros; este tipo de motivación es llamada motivación extrínseca, que no es un comportamiento determinado por sí mismo, solamente puede ser propuesto por asuntos externos como las recompensas.

Finalmente, el análisis de la teoría motivacional sugiere que también existe un tipo de motivación, en la cual, el sujeto no es motivado ni interna ni externamente; en otras palabras, no tiene definida la motivación por la que practica el deporte; este tipo de indecisión motivacional es llamada "Amotivación" , que es cuando el individuo no percibe eventualidad entre sus acciones y las respuestas a sus acciones. Los sujetos amotivados, experimentan sentimientos de incompetencia y falta de control, Deci y Ryan, (1985). Además la amotivación ha sido hallada como el estado que existe cuando el individuo tiene poca o no tiene motivación para intentar un comportamiento; Biddle, (1999).

En este sentido, las investigaciones coinciden en indicar que el aprendizaje de las experiencias positivas relacionadas con la actividad física durante la adolescencia afecta a los niveles de participación de los adultos; Sallis y McKenzie, (1991); Scraton, (1987); The Wellesley College Center for Research on Women, (1992); Wright y Dewar, (1997), citados por Moreno y otros, (2006).

Moreno y otros, (2006) encontró que uno de los factores contribuyentes a la ausencia de compromiso en el deporte y en el ejercicio hace referencia a malos recuerdos en clase de Educación Física, fundamentalmente, los que hacen referencia a una auto-imagen carente de competencia atlética. Por ello, Moreno y otros, (2006) toma en cuenta a Sallis y McKenzie,(1991) incrementando las experiencias y la participación

continuada en actividades físicas durante la edad adolescente, se contribuirá a incrementar los niveles de participación en actividades físicas durante la edad adulta.

Moreno y otros, (2006) reúne los conceptos de los siguientes autores para describir algunas motivaciones aludidas a la práctica físico deportiva: “ La auto-imagen de un alumno y consecuentemente la auto-estima afectan tanto a su implicación en el aprendizaje como a los consecuentes niveles de rendimiento .

Según Lewko y Ewing, (1980), el grado de ánimo e interés que presentan los chicos hacia la actividad físico-deportiva se encuentra condicionado por el comportamiento del padre, mientras que el de las chicas por el de la madre. La diferencia entre hombres y mujeres según, es que éstas requieren mayores niveles de ánimo y estimulación por parte de todos los miembros de la familia que los chicos.

Los motivos que aparecen con mayor consistencia en la literatura, incluyen la diversión, el desarrollo de habilidades, condición física, incorporación, reto, éxito, estatus y el aprendizaje; Blasco et, all., (1996), en la época universitaria es donde disminuye la participación deportiva, por lo cual es relevante conocer los motivos de práctica y abandono encontrados en otras investigaciones.

Estudios como los de Pavón Flores, Moreno Murcia, Gutiérrez, y Sicilia Camacho, (2003); Moreno et, all., (2006); Ramos Bermúdez, (2008); Granda Vera, Montilla Medina, Barbero Álvarez, Mingorance Estrada y Alemán y Arrebola, (2010); y Gómez López, Ruiz, García Montes, Granero Gallegos y Piéron, (2009); mencionan que en la etapa de la juventud, la percepción de los Universitarios, expresan diferentes motivos de participación y no participación de las actividades físico- deportivas; dentro de los motivos de participación están: la competición, la capacidad personal, las relaciones sociales, aventura, forma física e imagen personal, porque le gusta estar saludable y en forma, porque es bueno hacer ejercicio, porque le gusta divertirse y ocupar su tiempo

de ocio , por mantener la línea y tener buen aspecto físico, placer, la salud y la evasión.

Los motivos de abandono y no participación de actividades físico deportivas están: tenía otra cosa que hacer (estudio o trabajo); no había bastante espíritu de equipo, el interés por la competencia era excesivo, el entrenador era demasiado duro y exigente, no recibía bastantes recompensas, el apoyo económico por parte de los padres y entidades era insuficiente, no les gustaban las recompensas o premios, no había suficientes encuentros deportivos, yo no vencía o ganaba con frecuencia, los materiales y equipos eran insuficientes o inadecuados.

Particularmente en el estudio de Gómez López et, all., (2009) confirma un cambio de tendencia, pues los varones se sienten más motivados por aspectos relacionados con la salud, mientras que las mujeres son activas fundamentalmente por el placer o diversión que surge de la propia práctica físico-deportiva. Un punto importante para comparar entre este estudio y los resultados que genere esta investigación es que con la edad surgen cambios en la orientación de estos motivos y su importancia, pasando de la búsqueda del rendimiento y la competición, con un énfasis en la salud normativa, hacia la recreación y la motivación de tipo recreativo. Si se desea un incremento en el nivel de motivación de estudiantes universitarios para la práctica, se debe hacer hincapié en las habilidades básicas, en la diversión y en las relaciones grupales, no tanto en la popularidad, la recompensa externa y la competición, Tabernero, (1998).

Pavón (2004), realizó un estudio sobre las “Motivaciones e intereses de los universitarios murcianos hacia la práctica físico-deportiva” para ello crea el instrumento M.I.A.F.D *Cuestionario de motivaciones e intereses* hacia las actividades físico-deportivas respondiendo a el carácter dinámico de la práctica físico-deportiva, que debe entenderse como un proceso a lo largo de la vida del cual se inicia, abandona y se vuelve a reiniciar la actividad físico-deportiva, en función de las circunstancias personales, familiares ambientales, conlleva que sólo un porcentaje mínimo de la población realice sistemáticamente ejercicio físico. Este instrumento fue creado con el

objetivo de conocer las opiniones que mostraban los estudiantes universitarios en su relación con la práctica de actividades físico-deportivas.

Este cuestionario ha sido utilizado en diferentes investigaciones por autores como Pavón Flores y Moreno Murcia, (2006); Pavón Flores y Moreno Murcia, (2008) y Fernández, y García Soidán, (2010); siendo un instrumento que responde a las necesidades de investigaciones acerca de la actitud de los universitarios frente a la práctica físico deportiva. Este instrumento es auto administrado, y está compuesto por dos partes claramente diferenciadas:

En la primera se combinan 24 preguntas abiertas y cerradas para:

1. Recoger información sobre el participante acerca de sus comportamientos en la práctica físico- deportiva
2. Recoger información sobre su concepción sobre la práctica físico-deportiva
3. Conocimiento y valoración de la oferta de los servicios físico- deportivos de su universidad y en la segunda parte la intencionalidad es la de conocer la parte afectiva frente a las actividades físico-deportivas; es decir, las motivaciones que mueven a los universitarios cuando se acercan a las actividades físico-deportivas, seleccionando uno de los tres grupos: practicantes, no practicantes y practicantes que han abandonado la práctica en la actualidad.

4. OPERACIONALIZACIÓN DE LAS VARIABLES

Tabla 1. Operacionalización de variables

VARIABLE	DEFINICION OPERACIONAL	DIMENSIONES	VALOR	NATURALEZA	ESCALA DE MEDICIÓN	ITEM
Genero	Es la diferencia biológica, social que nos distingue de ser hombres y mujeres; esta diferencia social y de comportamiento va cambiando con el tiempo.		Femenino Masculino	Cualitativa	Nominal	Femenino Masculino
Edad	Tiempo de existencia desde la fecha de nacimiento hasta la fecha actual		Numérico	Cuantitativa	Ordinal	Numérico
Programa Universitario	Opción que ofrece la universidad para tener un conocimiento especializado en una área de conocimiento y que tiene un reconocimiento social	Facultad de Ingeniería Facultad de Salud	Ingeniería Biomédica Ingeniería Industrial Ingeniería Mecánica Ingeniería de Sistemas Ingeniería Electrónica Fisioterapia Odontología Tecnología en atención hospitalaria	Cualitativa Cualitativa	Nominal Nominal	Dato Dato
		Facultad de Estudios Sociales y Empresariales Tecnologías	Administración de Empresas Artes culinarias y Gastronomía Economía con énfasis en Empresariado Negocios Internacionales Ciencia Política, Gobierno y relaciones Internacionales Diseño de Modas Diseño Industrial Tecnología en análisis y programación en Sistemas de Información Tecnología en Mecánica Industrial Tecnología en automatización Industrial.	Cualitativa Cualitativa	Nominal Nominal	Dato Dato

Semestre	Nivel de estudios que se realiza, cada nivel esta conformado por seis meses. La carrera universitaria está conformada por 10 semestres		1,2,3,4,5,6,7,8,9,10 semestre	Cualitativa categórica	Ordinal	Dato
Practica físico-Deportiva	Es un habito dentro de las ocupaciones del tiempo libre, que interviene con los hábitos de vida y la calidad de vida	Sedentarismo Practica Físico-Deportiva	1. Sedentario 2. Activo: 1. Principiante 2. Avanzado 3. Experto	Cualitativa Categórica Cualitativa Categórica	1. Nominal 2.Ordinal	1. Sedentario 2. Activo: 1. Principiante 2. Avanzado 3. Experto
Actitud frente a la práctica físico-deportiva	Actitud es la forma en la que un individuo se adapta de forma activa a su entorno y es la consecuencia de un proceso cognitivo, afectivo y conductual.	Afectivo Cognitivo Conductual	1. Gusto 2.Satisfacción 3. Preferencia en la práctica físico-deportiva 4.Opinion frente a las clases de educación física 1. conocimiento de la titulación de la persona quien dirige. 2. Opinión frente a la práctica físico-Deportiva 3.Concepto de Deporte y Ejercicio Físico. 4. Relación entre Deporte, ejercicio físico y la política 1. Practica del ejercicio 2. Título Deportivo 3.Instalaciones y entes deportivos 4. Oferta deportiva de la Universidad.	Cualitativa Categórica Cualitativa Categórica Cualitativa Categórica	Nominal Nominal Nominal, Ordinal	1. Si no 2. Dato de Multirespuesta 3. Datos Multirespuesta: 4. Datos Multirespuesta 1. Dato 2. Dato Multirespuesta 3. Datos Multirespuesta 4. Si No 1. Si no ¿Cuál?, con quien lo practica, instalaciones, días a la semana, hora del día, nivel de práctica. 2. Si No. 3. Datos 4. Si No. Datos acerca de oferta deportiva e instalaciones en la Universidad
Motivación frente a la práctica físico-deportiva	Es la intensidad y dirección del comportamiento; la dirección se refiere a si el individuo busca, se aproxima o siente atraído por ciertas situaciones y la intensidad se refiere a la cantidad de empeño que la persona emplea en una situación determinada	. Extrínseca	- Lo realizan y no lo realizan personas externas (amigos, familiares, compañeros de trabajo) -Tradición Familiar. - Facilidad o dificultad para acceder a las	Cualitativa- categórica	Nominal	- Lo realizan y no lo realizan personas externas (amigos, familiares, compañeros de trabajo) -Tradición Familiar.

			<p>instalaciones deportivas</p> <ul style="list-style-type: none"> - Influencia de Profesores y entrenadores. - Apoyo y estímulo - Moda -Tiempo libre - Relaciones sociales - Falta de medios Económicos 			<ul style="list-style-type: none"> - Facilidad o dificultad para acceder a las instalaciones deportivas - Influencia de Profesores y entrenadores. - Apoyo y estímulo - Moda - Tiempo libre -Relaciones sociales
		Intrínseca	<ul style="list-style-type: none"> - Sentimiento de competencia, de ser competente para el deporte. - Gusto y Diversión - Salud - Estar en Forma -Evasión - Mejorar la Imagen. 	Cualitativa-Categórica	Nominal	<p>Sentimiento de competencia, de ser competente para el deporte.</p> <ul style="list-style-type: none"> - Gusto y Diversión - Salud - Estar en Forma - Evasión Mejorar la Imagen.
		Amotivación	<p>Sentimientos negativos frente a la práctica físico-deportiva</p> <ul style="list-style-type: none"> - Cansancio - Edad -Por pereza y desgano. -Falta de Interés 	Cualitativa-categórica	Nominal	<ul style="list-style-type: none"> - Sentimientos negativos frente a la práctica físico-deportiva - Cansancio - Edad -Por pereza y desgano. -Falta de Interés

Fuente: Elaboración propia

5. ESTRATEGIA METODOLOGICA

5.1 Tipo de estudio: Desde la perspectiva de investigación empírico analítica, fue un estudio descriptivo transversal con una fase comparativa.

5.2 Población de Referencia: Estudiantes de la universidad Autónoma de Manizales de 16 a 44 años, en el año 2012

5.3 Población de estudio: 2.431 estudiantes Universitarios de las facultades de Estudios económicos y empresariales, salud e ingeniería de 16 a 44 años, que cumplan con los criterios de inclusión y exclusión.

5.3.1 Cálculo de la muestra:

Para el cálculo de la muestra se estableció el siguiente procedimiento: Utilizando la prevalencia de motivos de abandono de la actividad física (60%); Tercedor y otros (2002), siendo aspecto relevante esta variable en la medida que proporciona el mayor tamaño de muestra. Es de resaltar que para ello se utilizó la siguiente fórmula:

$$n = \frac{Z^2 P (1-P)}{E^2}$$

n= Muestra, $Z^2=1,96$ Confiabilidad =95%, P= Prevalencia 60%, Q= 1-P, E= 5%

A partir de la formula anterior y con el objetivo de determinar el mayor nivel de precisión (5%) y asumiendo una confiabilidad del 95%, se estableció el tamaño muestral para la investigación, siendo 330 estudiantes y asumiendo una pérdida muestra del 10%, se definió como muestra final 363 estudiantes. Definida la muestra, se diferenció el número de estudiantes por carrera y posteriormente se generó porcentualmente el número de estudiantes por carrera que participaron en el estudio. Este ejercicio fue realizado a partir de una tabla porcentual; siendo la siguiente la distribución de los participantes en el estudio por programa académico.

Tabla 2. Distribución porcentual de la muestra participante en el estudio

Facultad	Carrera	Número de estudiantes	Muestra
FACULTAD DE INGENIERIA	Ingeniería Biomédica	69	11
	Ingeniería Industrial	317	46
	Ingeniería Mecánica	140	20
	Ingeniería de Sistemas	97	14
	Ingeniería Electrónica	58	25
FACULTAD DE SALUD	Fisioterapia	247	36
	Odontología	618	91
FACULTAD DE ESTUDIOS SOCIALES Y EMPRESARIALES	Administración de Empresas	80	11
	Artes culinarias y Gastronomía	7	1
	Economía con énfasis en Empresariado	51	7
	Negocios Internacionales	83	12
	Ciencia Política, Gobierno y relaciones Internacionales	51	7
	Diseño de Modas	47	6
	Diseño Industrial	167	25
	Tecnologías	271	51

Fuente: Elaboración propia

Posteriormente para la selección la muestra se empleó un diseño probabilístico, de tipo aleatorio utilizando para ello a partir del listado ofrecido por la unidad de registro académico una tabla de números aleatorios. Los listados ofrecidos por este muestreo determinaron los sujetos de estudio. Los estudiantes participaron previa aceptación de manera voluntaria por parte de los mismos, el cumplimiento de los criterios de inclusión y el diligenciamiento del consentimiento informado.

5.3.2 Criterios de Inclusión:

- Estar activo como estudiante de pregrado en la universidad Autónoma de Manizales
- Personas de ambos géneros

5.3.3 Criterios de Exclusión

- Haber aplazado el semestre

5.4 Técnicas e instrumentos:

Se utilizó como técnica la encuesta y el instrumento fue el cuestionario de motivaciones e intereses hacia las actividades físico-deportivas (MIAFD) creado por Pavón, (2004) y utilizado en diferentes investigaciones por autores como Pavón Flores y Moreno Murcia, (2006); Pavón Flores y Moreno Murcia, (2008) y Fernández, y García Soidán, (2010). Este cuestionario consta de preguntas estructuradas y semiestructuradas; está dividido en 2 partes para responder a la valoración de la actitud del estudiante universitario: la primera recoge los aspectos comportamentales y cognitivos y la segunda parte recoge el aspecto afectivo. (ver anexo)

5.5 Procedimiento

Para el desarrollo del proceso investigativo se tuvo en cuenta el siguiente procedimiento:

1. Concertación con los directivos de la universidad Autónoma de Manizales para acceder a la información de los estudiantes explicando los objetivos de la investigación, para lo cual fue necesario la entrega de cartas solicitando los respectivos permisos.
2. Una vez autorizado para desarrollar la investigación, se hizo necesario informar y concertar con los coordinadores de cada uno de los programas sobre el desarrollo de la investigación para facilitar los procesos recolección de información.
3. Adecuación de un cronograma ajustado a los requerimientos de cada uno de los coordinadores de programas.

4. Realización de la prueba piloto, con el fin de aclarar dudas, corregir errores y familiarizarse con el instrumento. Se realizó la pruebas piloto que permitió conocer los niveles de concordancia intra e interevaluador. El proceso de calibración se desarrolló en tres momentos: el primero permitió el conocimiento del instrumento, formatos y su contenido, el segundo posibilitó el desarrollo de dos sesiones prácticas para ejecutar cada instrumento- formato sesión guiada y dirigida por la investigadora. El tercero, estableció una retroalimentación y ajuste de las primeras pruebas desarrolladas en el trabajo de campo inicial, en donde se afinaron tiempos de aplicación, y uso de materiales.

4. Una vez seleccionado los sujetos participantes en el estudio, se procedió a desarrollar, en primer lugar el diligenciamiento del consentimiento informado (anexo 1) y posteriormente se procedió a diligenciar el Instrumento de recolección de la información (anexo 2). Este proceso se llevó a cabo a partir del cronograma establecido con cada programa académico y la recolección de información se hizo durante el tiempo de estancia del estudiante en la universidad, solicitándole al docente responsable de la clase autorizar al estudiante para que saliera a otro salón y diligenciara el instrumento.

6. Tabulación de la información, la cual fue realizada en el paquete estadístico Spss versión 19 (licenciado por la universidad Autónoma de Manizales), versión virtual.

5.6 Análisis de la información

El almacenamiento de la información así como su análisis se realizó con base de datos diseñados en el programa estadístico SPSS (Statistical Package For Social Sciences.) Versión 19 (licencia de la UAM). Para dar razón de los objetivos específicos inicialmente se realizó un análisis univariado para determinar la frecuencia de cada una de las

variables y su distribución porcentual. Se utilizaron medidas de tendencia central y de dispersión. Posteriormente se hizo un análisis bivariado para establecer la magnitud de las frecuencias entre las variables que se consideren estén relacionadas. Para ello se utilizaron medidas estadísticas con pruebas paramétricas y no paramétricas de acuerdo a la tipología de las variables, dando razón a los objetivos y a la fase comparativa. Las pruebas utilizadas que determinan niveles de asociación fueron el chi cuadrado y el coeficiente de Phi para confirmar dichas asociaciones

5.7 DISPOSICIONES VIGENTES

Las implicaciones éticas del proyecto implicaron un nivel de sin riesgo mínimo de acuerdo a lo estipulado por el decreto 08430 del ministerio de salud, en razón que la manipulación de los participantes en el estudio fue la aplicación de una encuesta, aspectos que no atentan contra la integridad física y mental de las personas. Para tal efecto se solicitó el diligenciamiento del consentimiento informado, y la participación voluntaria de los universitarios en el estudio.

5. RESULTADOS

6.1 Distribución de los estudiantes por facultad, carrera y semestre. (Datos Sociodemográficos).

Para el análisis de los resultados, se distribuyó la muestra por las facultades y carreras que ofertan en la universidad Autónoma de Manizales, dividiéndose por semestres; encontrando según la tabla 3, que la facultad de Salud tuvo el mayor número de participantes con un 35 % de la muestra, seguido por la facultad de Ingeniería con un 32%, la facultad de Estudios Sociales y Empresariales participó con el 23.7% de los estudiantes y las Tecnologías con un 9.1%. Las carreras que sobresalen por la mayor participación de estudiantes son: Odontología con el 25.1% de la muestra, seguida por las Tecnologías con un 14% e Ingeniería Industrial con un 12.7 %. Las carreras que tuvieron menor participación de los estudiantes fueron Artes Culinarias y Gastronomía con 0.3%, seguida por el 1.7% de Diseño de Modas y 1.9% de Ciencia Política, Gobierno y relaciones Internacionales y Economía con énfasis en Empresariado, el resto de la muestra se distribuye en las otras carreras.

Los participantes pertenecían principalmente a cuarto semestre con el 17.6% de la muestra, de igual manera hubo una participación de 16.8% de los estudiantes de segundo semestre y primer semestre con el 14.6%. Los semestres de menor participación fueron once semestre con 0.8%, noveno semestre con 1.4 % y décimo semestre con 1.7%.

Tabla 3. Distribución de la muestra según facultad, programa y semestre.

Facultad	Frecuencia	Porcentaje
Facultad de ingeniería	116	32%
Facultad de salud	128	35%
Facultad de Estudios Sociales y Empresariales	86	23,7%
Tecnologías	33	9,1%
Total	363	100%
Programa		
Ingeniería Biomédica	11	3%
Ingeniería Industrial	46	12,7%
Negocios Internacionales	12	3,3%
Ciencia Política, Gobierno y relaciones Internacionales	7	1,9%
Diseño de Modas	6	1,7%
Diseño Industrial	25	6,9%
Tecnologías	51	14%
Ingeniería Mecánica	20	5,5%
Ingeniería de Sistemas	14	3,9%
Ingeniería Electrónica	25	6,9%
Fisioterapia	36	9,9%
Odontología	91	25,1%
Administración de Empresas	11	3%
Artes Culinarias y Gastronomía	1	0,3%
Economía con énfasis en Empresariado	7	1,9%
Total	363	100%
Semestre		
Primer Semestre	53	14,6%
Decimo Semestre	6	1,7%
Once Semestre	3	0,8%
Segundo Semestre	61	16,8%
Tercer Semestre	38	10,5%
Cuarto Semestre	64	17,6%
Quinto Semestre	27	7,4%
Sexto Semestre	57	15,7%
Séptimo Semestre	26	7,2%
Octavo Semestre	23	6,3%
Noveno Semestre	5	1,4%
Total	363	100%

Fuente: Elaboración propia

Tal y como se refleja en la tabla 4, hubo mayor participación el género femenino con un 54.3%, mientras el género masculino tuvo una participación de 45.7%. La edad de los

participantes en el estudio mostró en mayor porcentaje oscilaba entre los 17 a los 21 años de edad en un 67.2%, seguido por estudiantes de los 22 a los 27 años de edad en un 23.7 %. El rango de edad de menor participación fue el los 40 a los 44 años en un 1.1%. La media de la edad fue de 21, 53 años +/- 4,471 años

Tabla 4. Distribución de la muestra según variables socio demográficas

Sexo	Frecuencia	Porcentaje
Femenino	197	54,3%
Masculino	166	45,7%
Total	363	100%
Edad		
17-21	244	67,2%
22-27	86	23,7%
28-33	18	5%
34-39	11	3%
40-44	4	1,1%
Total	363	100%

Fuente: Elaboración propia

6.2 Distribución de la muestra según actitudes frente a la actividad físico-deportiva

En la tabla 5, se encontró que al 92.8% de los estudiantes les gusta el deporte y solo el 6,9% no les gusta; el 0,3% no respondieron. El 71.9% no tienen título deportivo frente a un 25,9% que si lo tiene; el 2.2% no respondieron. El 53.2% de los estudiantes realiza en este momento algún tipo de práctica físico-deportiva, obteniendo que el tipo de práctica que realizan es en mayor porcentaje son los deportes de conjunto como el fútbol (11,6%), voleibol (1,7%) baloncesto (1,6%), lo siguen el gimnasio (7,4%). Luego aparecen deportes individuales como natación (2,2%), ciclismo (1,9%), caminar (1,9%) y tenis de mesa (0,9%). En menores porcentajes se plantean las combinaciones entre deportes individuales y colectivos. El 45.7% de la muestra no realiza ningún tipo de práctica físico-deportiva, y el 1.1% no responden.

Tabla 5. Distribución de la muestra según el gusto y práctica físico-deportiva

Gusto por el deporte	Frecuencia	Porcentaje
Si	337	92,8%
No	25	6,9%
No responde	1	,3%
Total	363	100%
Título deportivo		
Si	94	25,9%
No	261	71,9%
No responde	8	2,2%
Total	363	100%
Practica en el momento		
Si	193	53,2%
No	166	45,7%
No responde	4	1,1%
Total	363	100%

Fuente: Elaboración propia

La tabla 6, refiriéndose a la práctica físico- deportiva anterior, muestra que el 89.2% han realizado algún tipo de práctica físico-deportiva en algún momento de su vida, contrario al 10.7% que nunca en su vida han realizado ejercicio físico en su tiempo libre.

Tabla 6. Distribución de la muestra según si realizó una práctica físico deportiva así ya no lo haga

Realizó alguna practica	Frecuencia	Porcentaje
Si	324	89,2%
No	39	10,7%
Total	363	100%

Fuente: Elaboración propia

Para el 89.2% de la muestra que se declara que es actualmente o fue anteriormente practicante de actividades físico-deportivas, los momentos de mayor satisfacción en la práctica físico-deportiva se centraban en: por motivos de salud (193 respuestas), placer por el hecho de practicar(180 respuestas), por el sentimiento de quipo y estar con los

amigos (respuestas), por la tensión de la competición (52 respuestas), por el apoyo y estímulo de los padres (42 respuestas) y mostrar que son mejores que otros de la edad o del equipo (40 respuestas)(tabla 7).

Tabla 7. Distribución de la muestra según mientras realiza actividad físico deportiva que el momento de mayor satisfacción

Momento de mayor satisfacción	Frecuencia	
	Si	No
Placer por el hecho de practicar	180	132
Mostrar que soy mejor que otros de mi edad o mi equipo	40	272
Por motivos de salud	193	119
Por el hecho de practicar	180	132
Por trabajar duro en la práctica	61	250
Por la tensión de la competición	52	259
Por el sentimiento de equipo y estar con mis amigos	88	61,7
Por el apoyo y estímulo de mis padres	42	270

Fuente: Elaboración propia

En la tabla 8, entre las actividades que más les gustaba realizar en el tiempo libre, los universitarios prefieren las actividades deportivas en un 48.5%; el resto de porcentaje se dividía en actividades sociales (26.4%), actividades personales (19.9%) y actividades culturales un 12.9%.

Tabla 8. Distribución de la muestra según la actividad que más le gusta realizar cuando dispone de tiempo libre

Actividad que más le gusta realizar			Porcentaje	
	Si	No	Si	No
Actividades culturales	47	312	12,9 %	86%
Actividades sociales	96	263	26,4%	72,5%
Actividades deportivas	176	183	48,5%	18,3%
Actividades personales	160	44,1	19.9%	54,1%

Fuente: Elaboración propia

Al preguntarle a los estudiantes sobre la forma en que realizaban la practica físico deportiva, 150 estudiantes practicaban por su cuenta solos, 133 practicaban por su

cuenta con amigos, 126 como actividad dirigida en un gimnasio, 111 Como actividad dirigida en el club o liga deportiva, y solo 28 estudiantes como actividad dirigida en la universidad. (Tabla 9).

Tabla 9. Distribución de la muestra según la forma en que realiza la práctica físico deportiva.

Forma en que realiza la practica físico deportiva	Frecuencia	
	Si	No
Por mi cuenta solo	150	164
Por mi cuenta con mis amigos	133	181
Como actividad dirigida en la universidad	28	186
Como actividad dirigida en el club o liga deportiva	111	203
Como actividad dirigida en un gimnasio	126	188

Fuente: Elaboración propia

La tabla 10, muestra que la instalación más utilizada por los estudiantes universitarios es el lugar público: parques, calles, canchas (174 estudiantes), seguido por un club o gimnasio privado (139 estudiantes), de una liga o club deportivo (94 estudiantes), en la propia casa (70 estudiantes y en la universidad (63 estudiantes).

Tabla 10. Distribución de la muestra según las instalaciones que utiliza para la práctica físico deportivo

Instalaciones que utiliza	Frecuencia	
	Si	No
De la universidad	63	254
De un club o gimnasio privado	139	178
De liga o club deportivo	94	221
Lugar público: parques, calles, canchas	174	141
En mi propia casa	70	245

Fuente: Elaboración propia

Los estudiantes universitarios utilizan en mayor medida las instalaciones al aire libre (197 estudiantes) y en menor medida las instalaciones cubiertas (187 estudiantes), según la tabla 11.

Tabla 11. Distribución del tipo de instalación donde realiza la práctica físico - deportiva

Variable	Frecuencia	
	Si	No
Instalación cubierta	187	125
Instalación al aire libre	197	115

Fuente: Elaboración propia

La tabla 12, muestra que los días de práctica físico- deportivo están primordialmente los lunes (139 estudiantes), miércoles (179 estudiantes), sábado (156 estudiantes), y viernes (144 estudiantes), lo que dice que los estudiantes utilizan días alternos para su entrenamiento lo cual es lo indicado por las instituciones encargadas del tema. De igual manera entrenan los martes (118 estudiantes), jueves (136 estudiantes), y los domingos (126 estudiantes).

Tabla 12. Distribución de la muestra participante según días de práctica de la actividad física deportiva

Variable	Frecuencia	
	Si	No
Lunes	139	170
Martes	118	191
Miércoles	170	139
Jueves	136	173
Viernes	144	165
Sábado	156	153
Domingo	126	182

Fuente: Elaboración propia

El momento de mayor práctica como lo refleja la tabla 13, es la mañana con un 33.3%, seguido por la tarde en un 22.6% y en la noche con un 15.7%. Para quienes practican en 2 momentos del día, lo hacen principalmente en la mañana y en la noche con un 3.9%, en la mañana y en la tarde con un 2.8% y en la tarde noche solo con 1.1%.

Tabla 13. Distribución de la muestra según el momento u hora del día que la práctica.

Momento u hora de practica	Frecuencia	Porcentaje
Mañana	121	33,3
Tarde	82	22,6
Noche	57	15,7
Mañana-Tarde	10	2,8
Mañana-Noche	14	3,9
Tarde-Noche	4	1,1

Fuente: Elaboración propia

Cuando se les preguntó a los estudiantes universitarios sobre su auto denominación sobre el nivel de práctica, ellos consideraban en un 42.4% como avanzados, un 38.8% como principiantes y un 4.7% como expertos. (Tabla 14).

Tabla 14. Distribución de la muestra según su nivel de práctica es

Nivel	Frecuencia	Porcentaje
Principiante	141	38,8%
Avanzado	154	42,4%
Experto	17	4,7%

Fuente: Elaboración propia

La tabla 15, muestra el conocimiento que los estudiantes tienen acerca de la titulación de la persona que dirige su práctica físico-deportiva encontrando en mayor medida al entrenador deportivo con un 31.1%, no los dirige nadie con un 22.3%, y bajo la dirección de un licenciado en Educación Física el 15.2%. El resto de porcentajes se distribuye en las otras opciones de titulación destacándose la de menor porcentaje “no responde” con el 2.8%.

Tabla 15. Distribución de la muestra según la titulación de la persona que dirige las prácticas físico deportivas

Titulación de quien dirige la practica	Frecuencia	Porcentaje
No me dirige Nadie	81	22,3%
Ninguna	17	4,7%
Monitor Deportivo	14	3,9%
Entrenador Deportivo	113	31,1%
Maestro especialista en Educación Física	23	6,3%
Licenciado en Educación Física	55	15,2%
No sabe, No conoce	11	3%
No responde	10	2,8%

Fuente: Elaboración propia

El 67.8% manifiesta no pertenecer a una organización deportiva actualmente, el 18.5 % si pertenecen a una organización deportiva, y el 3% no responde. (Tabla 16)

Tabla 16. Distribución de la muestra según la pertenencia a alguna organización deportiva actualmente

Pertenencia a Organización deportiva	Frecuencia	Porcentaje
Si	67	18,5%
No	246	67,8%
No responde	11	3%

Fuente: Elaboración propia

El 48.8% de la muestra manifiesta no haber iniciado algún tipo de práctica físico-deportiva desde que iniciaron su carrera, frente al 36.4% que manifestaron si iniciar algún tipo de práctica; el 4.1% no respondieron. (Tabla 17).

Tabla 17. Distribución de la muestra según desde que estudia la carrera ha comenzado alguna práctica física deportiva

Iniciación de practica desde el inicio de carrera	Frecuencia	Porcentaje
Si	132	36,4%
No	177	48,8%
No responde	15	4,1%

Fuente: Elaboración propia

En la tabla 18, se observa que el 27.8% de los estudiantes encuestados se sentían motivados por la universidad Autónoma de Manizales para la práctica de actividades físico-deportivas, mientras que los estudiantes desmotivados alcanzaban valores del 71.9%, dicha desmotivación se refleja en un 82.4% en el cual los estudiantes dicen que no han generado ningún cambio en su práctica, justificando que esto es debido a la falta de oferta deportiva de la universidad, falta de tiempo y porque están cómodos con el deporte que practican en el momento y no ven necesario un cambio de actividad; frente a un menor porcentaje de 13.8% que si han realizado algún cambio. Al preguntar sobre las instalaciones deportivas de la universidad el 67.8% de los estudiantes las consideran insuficientes, frente a un 13.5% que las consideran suficientes; paralelamente el 55.1% de los encuestados piensan que las instalaciones no son de calidad justificando su respuesta en el mal estado de las instalaciones, poca calidad en los equipos, infraestructuras antiguas y la falta de mantenimiento; destacándose principalmente el gimnasio; el 36.9% consideran que las instalaciones si son de calidad.

De igual manera, al 54.8% les parece importante la mejora de todas las instalaciones deportivas de la universidad, el 40,8 % restante considera que se debe de mejorar las instalaciones cubiertas (22.0%), al aire libre (19.0%) y construir piscinas cubiertas (13.8%), teniendo en cuenta que el 4.1% no respondieron. Entre los estudiantes

encuestados no creen que la oferta deportiva de la universidad Autónoma de Manizales sea de interés para ellos y no satisface sus necesidades (80.4%), frente al 17.1 % que llenan sus necesidades con la oferta deportiva. Sin embargo, el 86.2% de los estudiantes centraron su motivación en conseguir créditos para su carrera, contra un 13.2% que no les interesa.

Tabla 18. Distribución de la muestra según la practica físico deportiva en la universidad

Motivación	Frecuencia		Porcentaje	
	Si	No	Si	No
Lo motiva a realizar alguna practica físico deportiva	101	261	27,8%	71,9%
La motivación ha provocado algún cambio en la práctica físico deportiva	50	299	13,8%	82,4%
Considera las instalaciones deportivas son suficientes	49	246	13,5%	67,8%
Las instalaciones deportivas son de calidad	134	200	36,9%	55,1%
Mejora de instalaciones al aire libre	69	279	19%	76,9%
Mejora de instalaciones Cubiertas	80	268	22%	73,8%
Piscinas cubiertas	50	298	13,8%	82,1%
Mejora de todas las instalaciones	199	148	54,8%	40,8%
Considera que la oferta deportiva satisface las necesidades del estudiante	62	292	17,1%	80,4%
Interés por la oferta de créditos por la práctica de actividad físico deportiva	313	48	86,2%	13,2%

Fuente: Elaboración propia

En la tabla 19 los estudiantes encuestados justifican su motivación por conseguir créditos realizando prácticas físico-deportivas (86.2%), en el interés por hacer deporte (49.6%) y para la formación personal (26,4%). Otros motivos son aumentar la participación, la motivación, por ahorrar tiempo, por salud, para promover el ejercicio físico.

Tabla 19. Distribución de la muestra según los motivos por los que les interesa los créditos por la práctica físico-deportiva

Motivos	Frecuencia	Porcentaje
Para conseguir créditos	28	7,7%
Para mi formación personal	96	26,4%
Por que se aprueban fácil	3	,8%
Por hacer deporte	180	49,6%

Fuente: Elaboración propia

El 13.2% de los encuestados que no les interesa conseguir créditos se justifican en que no vale para la carrera que estudian (7,4%) y no les gusta hacer deporte (2,2%), otros motivos son por la falta de tiempo y por que los créditos se deben aprobar por estudio y no por realizar ejercicio físico (tabla 20).

Tabla 20. Motivos por los que no les interesa los créditos por la práctica físico-deportiva.

Motivos	Frecuencia	Porcentaje
No me gusta el deporte	8	2,2%
Son difíciles de aprobar	2	,6%
No valen para mi carrera	27	7,4%
Es perder el tiempo	2	,6%
No responde	10	2,8%

Fuente: Elaboración propia

Los estudiantes expresan que les gustaría en mayor porcentaje que la universidad promocionara más el deporte de rendimiento (competencia) y el deporte para todos (salud) en un 72.7%. (tabla 21).

Tabla 21. Distribución de la muestra según el tipo de deporte que debe promocionar la universidad

Tipo de deporte a promocionar	Frecuencia	Porcentaje
Deporte de Rendimiento (Competencia)	29	8%
Deporte para todos (Salud)	67	18,5%
Ambos tipos de Deporte	264	72,7%
No responde	3	,8%
Total	363	100%

Fuente: Elaboración propia

En la tabla 22 se encontró que el 56,2% dominan con eficacia las actividades físico-deportivas, al igual que el 55,6% que se sienten competentes para la práctica. Tan solo para el 15,4% no se les da bien la practica físico deportiva y el 8,5% tienen la percepción de que los demás piensan que son coordinados.

Tabla 22. Distribución de la muestra según la opinión de sí mismo frente a la práctica físico-deportiva

Opinión frente a la práctica físico deportiva	Frecuencia		Porcentaje	
	Si	No	Si	No
No se me da bien la practica físico deportiva	56	304	15,4%	83,7%
Me siento competente para la práctica de actividad física y el deporte	202	158	55,6%	43,5%
Los demás piensan que soy coordinado	31	329	8,5%	90,6%
Cuando practico domino con eficacia las actividades físico deportivas	204	156	56,2%	43%

Fuente: Elaboración propia

Al preguntarles sobre la clase de educación física en la etapa escolar el 53.7% piensan que eran motivantes, para el 47.1% les resultaron fáciles, el 41% las consideraba útiles, para el 28.1% el profesor le animaba a practicar en horario extraescolar, para el 24.2% eran suficientes, y finalmente para el 8.3% la educación física era más importante que el resto de las asignaturas (tabla 23).

Tabla 23. Distribución de la muestra respecto a la clase de educación física que recibió en la etapa escolar

Las clases de Educación física	Frecuencia		Porcentaje	
	Si	No	Si	No
Le resultaron fáciles	171	188	47,1%	51,8%
Eran motivantes	195	164	53,7%	45,2%
La consideraba útiles	149	210	41%	57,9%
El profesor le animaba a practicar en horario extraescolar	102	257	28,1%	70,8%
La Educación física era más importante que el resto de las asignaturas	30	329	8,3%	90,7%
Eran suficientes	88	271	24,2%	74,7%

Fuente: Elaboración propia

Para los estudiantes, el concepto que más se acerca a su idea de que es deporte y ejercicio físico es según la tabla 24, y teniendo en cuenta los porcentajes más relevantes, se destacan: el deporte es Salud (86,8%), permite ponerse en forma (57.0%), el deporte y ejercicio físico permite poner a prueba las capacidades (51.8%), es una parte importante para la educación (36.6%) y en menor porcentaje la idea de que no aporta nada positivo (0,8%).

Tabla 24. Distribución de la muestra según la opinión que se acercan más a su propia idea de lo que es el deporte y ejercicio físico

Idea de deporte y ejercicio físico	Frecuencia		Porcentaje	
	Si	No	Si	No
El deporte es salud	315	47	86,8%	12,9%
El deporte es una válvula de escape	69	293	19%	80,7%
Permite relacionarse con los demás	133	229	36,6%	63,1%
Es una parte importante para nuestra educación	97	265	26,7%	73%
Permite ponerse en forma	207	155	57%	42,7%
Permite poner a prueba mis capacidades físicas	188	174	51,8%	47,9%
No aportan nada positivo	3	358	0,8%	98,6%

Fuente: Elaboración propia

Para el 94.8% de los encuestados, el deporte y la educación Física deben ocupar un

lugar importante en aspectos que definen la vida del país; el otro 4.4% manifiesta que tal idea no tiene relevancia (tabla 25).

Tabla 25. Distribución de la muestra según quien Considera que el Deporte y la educación física deben ocupar un lugar importante en el conjunto de aspectos que definen la vida del país

Deben ocupar un lugar importante	Frecuencia	Porcentaje
Si	344	94,8%
No	16	4,4%
No responde	3	0,8%

Fuente: Elaboración propia

Del total de la muestra participante en el estudio el 49,6% (180 respuestas) manifiestan estar actualmente practicando algún tipo de práctica físico-deportiva, los motivos se centran principalmente en la idea de es bueno para la salud (149 respuestas), les gusta estar en forma(139 respuestas),se consideran capacitadas para el deporte(125 respuestas, por diversión y pasar el tiempo (113 respuestas), por mejorar la imagen y el aspecto físico (104 respuestas), el motivo menos señalado fue porque está de moda (4 personas)(tabla 24).Otros motivos están relacionados con salir de la rutina, disminuir los niveles de estrés y tener un reconocimiento social.

Tabla 26. Distribución de la muestra según los motivos por los que Ud. practica algún tipo de actividad físico-deportiva en su tiempo libre

Motivos por los que practica	Frecuencia
Me considero capacitado para el deporte.	125
Porque lo hacen mis amigos	16
Porque me gusta competir	95
Por diversión y pasar el tiempo	113
Porque me gusta estar en forma.	139
Porque en mi familia existe tradición deportiva	27
Porque me gusta superarme	70

Porque es bueno para la salud	149
Porque las instalaciones están cerca de casa.	37
Por evasión (escapar de lo habitual)	44
Para mejorar mi imagen y aspecto Físico	104
Por influencia de mis profesores y entrenadores	11
Porque está de moda	4
Porque me gusta relacionarme y conocer gente	51

Fuente: Elaboración propia

La tabla 27, señala los motivos por los que el 11,3% (41 personas), manifiestan NO estar actualmente practicando ningún tipo de deporte y ejercicio físico (Multirespuesta), esto aludido a motivos principales como: por cansancio producido por el trabajo y estudio (22 personas), no disponen de tiempo libre (21 personas), los horarios que se ofertan no son compatibles con las ocupaciones (16 personas), y por pereza y desgana (15 personas). En menor proporción donde solo responde 1 persona por cada motivo son: los amigos no practican, por la edad y por motivos de salud. Los estudiantes no manifiestan otros motivos por los que NO practican ninguna actividad físico-deportiva.

Tabla 27. Distribución de la muestra según los motivos por los que Ud. NO practica algún tipo de actividad físico-deportiva en su tiempo libre

Motivos por los que NO practica	Frecuencia
El deporte nunca se me dio bien	9
Mis amigos no practican	1
Por falta de medios económicos.	3
Por pereza y desgana	15
Por cansancio (estudio, trabajo...)	22
Por falta de apoyo y estímulo familiar	4
Por la edad...	1
Por motivos de salud.	1
Las instalaciones me quedan lejos	12
Por falta de instalaciones adecuadas.	8
No dispongo de tiempo libre	21
Los horarios de los programas que se ofertan	16

son incompatibles con mis ocupaciones.	
--	--

Fuente: Elaboración propia

Finalmente, en la tabla 28, del total de la muestra participante en el estudio el 39,1% (142 personas) manifiestan haber practicado y no hacerlo actualmente, esto debido principalmente a factores como: Falta de tiempo libre (108 personas), los horarios que ofertan son incompatibles con las ocupaciones del estudiante (63 personas), por falta de instalaciones (34 personas). Los motivos menos señalados fueron: por la edad (1 persona) y malas experiencias en prácticas anteriores (5 personas). Otros motivos manifestados son: la falta de interés, motivación, falta de oferta deportiva e instalaciones adecuadas.

Tabla 28. Distribución de la muestra según los motivos por los que han practicado actividades físico deportivas y actualmente no lo hacen

Motivos por los que ha practicado	Frecuencia
Por problemas de salud.	17
Por problemas económicos.	7
Por la edad.	1
Porque mis amigos dejaron de practicar	15
Porque dejé de interesarme.	28
Por falta de apoyo y estímulo	23
Por falta de tiempo libre.	108
Por falta de instalaciones.	34
Por malas experiencias en prácticas anteriores	5
Por falta de información	14
Las instalaciones me quedan lejos	31
Los horarios de los programas que se ofertan son incompatibles con mis ocupaciones.	63

Fuente: Elaboración propia

6.3 ANALISIS BIVARIADO

Como ya se mencionó anteriormente el análisis bivariado buscó establecer comparaciones entre las actitudes y variables sociodemográficas.

Tabla 29. Comparativo de la muestra participante en el estudio según género y el gusto por la practica físico deportiva

Gusto por la práctica físico- deportiva	x2	p valor	phi	p valor
Género vs. practica en el momento alguna Actividad Física	77,696	0	0,463	0,00
Género vs. gusto por el deporte	8,079	0,018	0,149	0,018

Fuente: Elaboración propia

Al relacionar el género con la práctica actual de alguna actividad física deportiva, el 67,4% de los hombres manifiestan si practicarla, frente al 32% de las mujeres que también la practican. Al comparar estas variables con la prueba chi cuadrado se encuentra que existe una asociación estadísticamente significativa (0,000), dato que se corrobora con el coeficiente de phi donde hay dependencia. De igual forma el 97% de los hombres manifiesta gustarles el deporte, al igual que el 89,3% de las mujeres ($p < 0,018$), al corroborar esta información con el coeficiente de phi se encuentra dependencia (anexo 4)

Tabla 30. Comparativo de la muestra participante en el estudio según género y los motivos de satisfacción de la práctica físico deportiva

Motivos de satisfacción de la práctica físico- deportiva	x2	p valor	phi	p valor
Género vs. Jugar mejor en prácticas anteriores	51,85	0,000	,38	0,000
Género vs. Mostrar que soy mejor que otros de mi edad	33,028	0,000	0,3	0,000
Género vs. Motivos de salud	21,238	0,000	0,24	0,000
Género vs. La tensión de la competición	44,475	0,000	0,35	0,000
Género vs. Placer por el hecho de practicar	17,994	0,000	0,22	0,000
Género vs. Por trabajar duro en la practica	29,009	0,000	0,28	0,000
Género vs. Por el sentimiento de equipo y de amigos	43,551	0,000	0,35	0,000
Género vs. Por el apoyo y estímulo de mis padres	19,041	0,000	0,23	0,000

Fuente: Elaboración propia

Al comparar los motivos de satisfacción cuando realizan la práctica físico deportiva, con el género se encontró como para las mujeres, pesan principalmente los motivos de Salud (54,3%) y el placer por el hecho de practicar (45,7%). Para los hombres los motivos más importantes concuerdan con los de las mujeres; los motivos de Salud (51,8%) y el placer por el hecho de practicar (54,2%), y jugar mejor que en prácticas anteriores (50,6%), motivo que difiere en las mujeres (62,4%) quienes no le dan relevancia a este. Para los anteriores casos concuerda el nivel de asociación estadísticamente significativa existente entre los anteriores motivos y el género (0,000), corroborándose la dependencia según el coeficiente phi (anexo 4)

Tabla 31. Comparativo de la muestra participante en el estudio según género y las actividades que le gusta realizar en el tiempo libre

Actividades que le gusta realizar en la practica	x2	p valor	phi	p valor
Género vs. Actividades deportivas	24,398	0,000	0,26	0,000
Género vs. Actividades personales	3,587	0,166	0,1	0,166
Género vs. Actividades culturales	4,145	0,126	0,11	0,130
Género vs. Actividades sociales	13,68	0,000	0,19	0,000

Fuente: Elaboración propia

Las actividades que más les gusta realizar a las universitarias son las actividades personales (44,7%), seguidas por las actividades deportivas (37,1%); para los universitarios las actividades de su preferencia están principalmente las actividades

deportivas (62%), y las actividades personales (43,4%). En las actividades deportivas y sociales y el género, existe un nivel de asociación estadísticamente significativa (0,000), siendo dependientes según el coeficiente phi; en las actividades demás actividades, no existe asociación (0,166 y 0, 130 respectivamente) por lo que no hay dependencia según el coeficiente phi (anexo 4).

Tabla 32. Comparativo de la muestra participante en el estudio según género y la opinión frente a práctica físico deportiva

Opinión frente a la práctica físico deportiva	x2	p valor	phi	p valor
Género vs. No se me da bien la práctica físico deportiva	9,882	0,007	0,17	0,007
Género vs. Me siento competente para la práctica	34,351	0,000	0,31	0,000
Género vs. Cuando practico domino con eficacia	0,472	0,790	0,36	0,790
Género vs. Los demás piensan que soy coordinado	8,822	0,012	0,16	0,012

Fuente: Elaboración propia

Según la opinión de los universitarios frente a la práctica físico- deportiva, el 90,4% de los hombres piensan que se les da bien la práctica físico-deportiva, frente al 20,8% de las mujeres que consideran que no se les da bien ($p < 0,007$), esto según la prueba de chi cuadrado, no existe ni asociación ni dependencia entre las variables corroborándolo con el coeficiente phi.

En esta línea, la mayoría de los hombres se sienten competentes para la práctica (73,3%) frente a un 57,4% de mujeres que no se sienten competentes para dicha práctica; según las pruebas de Chi cuadrado, hay una asociación significativa ($p < 0,000$) entre sentirse competentes para la práctica y el género lo cual el coeficiente phi muestra que existe dependencia (anexo 4).

Tanto para hombres como para mujeres los porcentajes fueron elevados mostrando que los demás pensaban que no eran coordinados: Mujeres (94,4%), hombres (86,1%). No existe ni asociación, ni dependencia entre dichas variables, según las pruebas de

chi cuadrado y el coeficiente phi ($p < 0,012$) (anexo 4).

También, el 54,8% de las mujeres y el 57,8 de los hombres dicen dominar con eficacia la práctica; la prueba de chi cuadrado ($p < 0,790$), muestra que no existe asociación lo cual lo confirma el coeficiente phi, señalando que tampoco hay dependencia (anexo 4).

Tabla 33. Comparativo de la muestra participante en el estudio según género y el interés que la universidad le oferte créditos por la práctica físico deportiva

Género	Es de interés del estudiante que se le oferten créditos		Chi ²	P valor	Phi	P valor
	Si	No				
Femenino	168	28	0,379	0,827	0,32	0,827
	85,3%	14,2%				
Masculino	145	20				
	87,3%	12%				
Total	313	48				
	86,2%	13,2%				

Fuente: Elaboración propia

Entre los estudiantes encuestados, el 85,3% de las mujeres y el 87,3% de los hombres les interesa que se les oferten créditos por la realización de prácticas físico- deportivas; por lo cual según la prueba de chi cuadrado no existe un nivel de asociación entre las variables ($p < 0,827$), se corrobora los niveles de independencia según el coeficiente phi

Tabla 34. Comparativo de la muestra participante en el estudio según género y los motivos por los que le interesa los créditos de practica físico deportiva

Género	Motivos por los que le interesa los créditos por la práctica físico deportiva				Chi ²	P valor	phi	P valor
	Para conseguir créditos	Para mi formación personal	Por lo que se aprueban fácil	Por hacer deporte				
Femenino	16	57	1	91	3,159	0,532	0,94	0,532
	8,3%	29,5%	0,5%	47,2%				
Masculino	12	39	2	89				
	7,5%	24,2%	1,2%	55,3%				
Total	28	96	3	180				
	7,9%	27,1%	0,8%	50,8%				

Fuente: Elaboración propia

Los motivos principales que manifiestan las universitarias para conseguir créditos son: por hacer deporte (47,2%) y para la formación personal (29,5%), De igual manera para los universitarios los principales motivos son por hacer deporte (55,3%) y para la formación personal (24,2%), lo cual al realizar la prueba de chi cuadrado ($p < 0,532$) se encontró que no existe un nivel de asociación, ni dependencia según el coeficiente phi.

Tabla 35. Comparativo de la muestra participante en el estudio según género y las clases de educación física en la etapa escolar

Clases de Educación física en la etapa escolar	x ²	p valor	phi	p valor
Género vs. Les resultaron fáciles	2,547	0,280	0,8	0,280
Género vs. Eran motivantes	9,882	0,007	0,17	0,007
Género vs. Las consideran útiles	11,83	0,003	0,2	0,003
Género vs. Eran suficientes	1,063	0,590	0,1	0,590
Género vs. El profesor lo animaba a practicar	5,29	0,071	0,1	0,071
Género vs. La educación física era más importante	13,14	0,001	0,2	0,001

Fuente: Elaboración propia

Al valorar las clases de educación física recibidas en la etapa de colegio, atendiendo al género, se comprobó que la educación física no era fácil para el 54,8% de las mujeres, caso contrario a los hombres quienes en un 51,2% les resultaron fáciles; según las

pruebas de chi cuadrado no existe asociación ($p < 0,280$), ni dependencia entre las variables según lo confirma el coeficiente phi.

Además al 52,3% de las mujeres no las consideraban motivantes, frente al 62,7% de los hombres que si las consideraban motivantes ($p < 0,007$), lo cual muestra que no existe asociación, ni dependencia entre las variables según lo confirma el coeficiente phi; de igual manera el 65,5% de las universitarias no las consideraban útiles, frente a un 50,6% de los hombres que si las consideraban útiles; la prueba de chi cuadrado señala que hay una asociación estadísticamente significativa ($p < 0,003$), por lo cual según el coeficiente phi hay dependencia.

Para el 75,1% de las mujeres, y el 65,7% de los hombres, el profesor no les animaba a realizar prácticas físico- deportivas en el horario extraescolar ($p < 0,071$), lo cual muestra que no existe asociación, ni dependencia entre las variables según lo confirma el coeficiente phi; en porcentajes muy bajos tanto hombres (13,9%), y mujeres (3,6%) consideran la educación física más importante que otras asignaturas, lo cual según las pruebas de chi cuadrado y el coeficiente phi se encuentran asociados significativamente con un ($p < 0,001$), y existe dependencia. Los estudiantes de género femenino consideran que las clases de educación física no fueron suficientes (73,1%) al igual que los estudiantes hombres (76,5%), la prueba de chi cuadrado, señala que no existe asociación ($p < 0,588$), ni dependencia según el coeficiente phi (anexo 4).

Tabla 36. Comparativo de la muestra participante en el estudio según género y la opinión del concepto de deporte y ejercicio físico

Opinión del concepto deporte y ejercicio físico	x2	p valor	phi	p valor
Género vs. El deporte es salud	2,826	0,419	0,1	0,419
Género vs. El deporte es una válvula de escape	20,15	0,000	0,2	0,000
Género vs. Es una parte importante para nuestra educación	14,51	0,001	0,2	0,001
Género vs. No aporta nada positivo	0,55	0,760	0,4	0,760
Género vs. Permite ponerse en forma	3,811	0,149	0,1	0,149
Género vs. Me permite poner a prueba mis capacidades físicas	11,96	0,003	0,2	0,003

Fuente: Elaboración propia

Cuando se les preguntó a los estudiantes participantes acerca de su concepto sobre deporte y ejercicio físico en un alto porcentaje tanto hombres (84,9% - 62%) y mujeres (87,8% - 52,8%) lo atribuían al concepto de salud, Como también al concepto de que permite ponerse en forma Según la prueba de chi cuadrado, dichas variables no están asociadas ($p < 0,419$), ($p < 0,149$) respectivamente; por lo cual no son dependientes, tal como lo corrobora el coeficiente phi.

Para los siguientes conceptos se determina que se relacionan directamente siendo estadísticamente significativos, y confirmándolos el coeficiente phi, se exponen en el siguiente orden: Frente al concepto que el deporte es una válvula de escape tan solo lo afirman el 10,7 % de las mujeres y el 28,9% de los hombres ($p < 0,000$), en el concepto que es una parte importante para nuestra educación lo manifiesta el 18,8% de las mujeres y el 36,1% de los hombres ($p < 0,001$), y me permite poner a prueba mis capacidades físicas lo aseveran el 43,7 de las mujeres y el 61,4% de los hombres; ($p < 0,003$). Es de anotar que los niveles de asociación son corroborados con la prueba de phi la cual muestra la existencia de dependencia entre las variables (anexo 4)

Tabla 37. Comparativo de la muestra participante en el estudio según género y el tipo de deporte que debe promocionar mas la universidad

Género	Tipo de deporte que debe promocionar la universidad				Chi ²	P valor	phi	P valor
	Deporte de rendimiento (Competencia)	Deporte para todos (salud)	Ambos tipos de deporte	No responde				
Femenino	9	46	139	3	14,703	0,002	0,201	0,002
	4,6%	23,4%	70,6%	1,5%				
Masculino	20	21	125	0				
	12%	12,7%	75,3%	0%				
Total	29	67	264	3				
	8%	18,5%	72,7%	0,6%				

Fuente: Elaboración propia

El 75,3% de los universitarios manifiestan estar interesados en que la universidad les oferte mas tanto el deporte para todos (salud), como el deporte de rendimiento (competencia); sumando un 12,7% de los hombres que les gustaría el deporte para la salud. En el caso de las universitarias el 70,6% de la misma manera prefieren ambos tipos de deporte sumando el 23,4% que prefieren el deporte para la salud. El resto de porcentaje se atribuye a solo el deporte de competencia. Estas dos variables están directamente relacionadas y son estadísticamente significativas ($p < 0,002$), es decir, son dependientes según el coeficiente phi.

Tabla 38. Comparativo de la muestra participante en el estudio según género y los motivos de realización de práctica físico-deportiva

Género	Realiza alguna práctica físico deportiva actualmente	No han realizado prácticas físico-deportivas en su tiempo libre a lo largo de su vida	Han realizado prácticas físico-deportivas en su tiempo libre y ya no lo hacen	Chi ²	P valor	Phi	P valor
Femenino	59	33	105	67,00	0,000	0,430	0,000
	29,9%	16,8%	53,3%				
Masculino	121	8	37				
	72,9%	4,8%	22,3%				
Total	180	41	142				
	49,6%	11,3%	39,1%				

Fuente: Elaboración propia

El 29,9% de las mujeres encuestadas manifiestan estar realizando alguna practica físico-deportiva en el momento al igual que el 72,9% de los hombres encuestados; el 16,8% de las mujeres y el 4,8% de los hombres se declaran no haber realizado alguna practica físico- deportiva en su tiempo libre a lo largo de la vida, y el 53,3% de mujeres y el 22,3% de los hombres aseguran haber realizado alguna práctica físico-deportiva en su tiempo libre y ya no realizarla. Al realizar la prueba de chi cuadrado se comprobó que existe una asociación estadísticamente significativa ($p < 0,000$), mostrando dependencia según el coeficiente phi.

Tabla 39. Comparativo de la muestra participante en el estudio según género y si realiza alguna práctica físico deportiva actualmente.

Realiza alguna practica físico deportiva actualmente	x2	p valor	phi	p valor
Género vs. Me considero capacitado para el deporte	82,2	0,000	0,5	0,000
Género vs. Porque lo hacen mis amigos	74,09	0,000	0,5	0,000
Género vs. Porque me gusta competir	87,82	0,000	0,5	0,000
Género vs. Porque en mi familia existe tradición deportiva	75,07	0,000	0,5	0,000
Género vs. Por diversión y pasar el tiempo	73,7	0,000	0,5	0,000
Género vs. Porque me gusta estar en forma	77,28	0,000	0,5	0,000
Género vs. Porque me gusta superarme	78,91	0,000	0,5	0,000
Género vs. Porque es bueno para la salud	76,46	0,000	0,5	0,000
Género vs. Porque las instalaciones están cerca de casa	73,8	0,000	0,5	0,000
Género vs. Por influencia de profesores y entrenadores	75,31	0,000	0,5	0,000
Género vs. Por evasión	74,27	0,000	0,5	0,000
Género vs. Para mejorar mi imagen y aspecto físico	83,43	0,000	0,5	0,000
Género vs. Porque está de moda	74,6	0,000	0,5	0,000
Género vs. Porque me gusta relacionarme y conocer gente	73,94	0,000	0,5	0,000

Fuente: Elaboración propia

Para el 72,9% de los hombres y el 29,9% de las mujeres que manifiestan estar realizando actualmente alguna práctica físico-deportiva; los principales motivos para su realización se las atribuyen a: Porque es bueno para la salud, 51 estudiantes mujeres (25,9%) y 98 estudiantes hombres (59%); 30 mujeres (15,2%) y 95 hombres (57,2%) se consideran capacitados para el deporte; a 47 mujeres (23,9%) y 92 hombres (55,4%) les gusta estar en forma; 38 mujeres (19,3%) y 75 hombres (45,2%) lo realizan por diversión y pasar el tiempo; y para mejorar la imagen y el aspecto físico lo manifiestan 43 universitarias (21,8%) y 61 universitarios (36,7%).

Los motivos que obtuvieron menor porcentaje fueron: Porque está de moda solo 4 hombres tienen en cuenta este motivo (7,4%); de igual manera tan solo 1 mujer (0,5%) y 10 hombres (6%) lo realizan por influencia de los profesores y entrenadores. Las anteriores variables de forma similar están asociados significativamente con el género ($p < 0,000$) lo que corrobora el coeficiente phi que muestra que son dependientes (anexo 4).

Tabla 40. Comparativo de la muestra participante en el estudio según género cuando no han realizado prácticas físico-deportivas en su tiempo libre a lo largo de su vida

cuando no han realizado practicas físico deportivas	x2	p valor	phi	p valor
Género vs. El deporte nunca se me dio bien	14,63	0,001	0,2	0,001
Género vs. Mis amigos no compiten	14,56	0,001	0,2	0,001
Género vs. Por falta de medios económicos	14,76	0,001	0,2	0,001
Género vs. Por falta de apoyo y estímulo familiar	14,54	0,000	0,2	0,000
Género vs. Por pereza y desgana	15,25	0,000	0,2	0,000
Género vs. Por cansancio (estudio o trabajo)	16,32	0,000	0,2	0,000
Género vs. Por la edad	14,44	0,000	0,2	0,000
Género vs. Por motivos de salud	14,56	0,001	0,2	0,001
Género vs. Porque las instalaciones me quedan lejos	14,44	0,001	0,2	0,001
Género vs. Los horarios de los programas son incompatibles	14,45	0,001	0,2	0,001
Género vs. Por falta de instalaciones adecuadas	14,66	0,001	0,2	0,001
Género vs. No dispongo de tiempo libre	14,62	0,001	0,2	0,001

Fuente: Elaboración propia

El 16,8% de las mujeres y el 4,8% de los hombres dicen no haber realizado prácticas físico-deportivas en su tiempo libre a lo largo de su vida, manifestando que los principales motivos son: para el 8,1% de las mujeres y 3,6% de los hombres el cansancio por otras actividades que realizan como el estudio o el trabajo ($p < 0,000$); 11 mujeres (5,6%) y 4 hombres (2,4%) a la pereza y del desgano ($p < 0,000$); 18 mujeres (9,1%) y 3 hombres (1,8%) dicen no disponer de tiempo libre; para 13 mujeres (6,6%) y 3 hombres (1,8%) los programas que ofertan en la universidad son incompatibles con las ocupaciones ($p < 0,001$); los motivos de menor porcentaje fueron por la edad, ningún estudiante optó por esta opción ($p < 0,000$); y solo 1 mujer (0,0%) dijo por motivos de salud ($p < 0,001$).

Al comparar estas variables con la prueba chi cuadrado se encuentra que existe una asociación estadísticamente significativa, dato que se corrobora con el coeficiente de

phi donde hay dependencia (anexo 4).

Tabla 41. Comparativo de la muestra participante en el estudio según género cuando han realizado prácticas físico-deportivas en su tiempo libre y ya no lo hacen

Cuando han realizado prácticas físico deportivas y ya no lo hacen	x2	p valor	phi	p valor
Género vs. Por problemas de salud	37,04	0,000	0,32	0,000
Género vs. Por problemas económicos	37,213	0,000	0,32	0,000
Género vs. Por la edad	36,651	0,000	0,32	0,000
Género vs. Por falta de apoyo y estímulo	38,266	0,000	0,33	0,000
Género vs. Por malas experiencias en prácticas anteriores	36,452	0,000	0,32	0,000
Género vs. Los horarios de los programas son incompatibles	36,664	0,000	0,32	0,000
Género vs. Porque mis amigos dejaron de practicar	41,404	0,000	0,34	0,000
Género vs. Porque dejó de interesarme	40,343	0,000	0,33	0,000
Género vs. Porque las instalaciones me quedan lejos	40,405	0,000	0,33	0,000
Género vs. Por falta de información	38,142	0,000	0,32	0,000

Fuente: Elaboración propia

El mayor porcentaje (53,3%) de mujeres de este estudio realizaron en algún momento de su vida prácticas físico-deportivas y ya no lo hacen, frente al 22,3% de los hombres. Los principales motivos para haber dejado de realizar ejercicio físico 82 mujeres (41,6%) y 26 hombres (15,7%) se lo atribuyen a la falta de tiempo libre; 45 mujeres (22,8%) y 18 hombres (10,8%) manifiestan que los horarios de los programas que ofertan son incompatibles sus ocupaciones; 23 mujeres (11,7%) y 11 hombres (6,6%) dicen que es por la falta de instalaciones; al igual que 18 mujeres (9,1%) y 13 hombres (7,8%) manifiestan que las instalaciones les quedan lejos; y a 16 mujeres (8,1%) y 12 hombres (7,2%) les dejó de interesar.

Los motivos de menor porcentaje fueron por la edad y por problemas económicos. Para los anteriores motivos, al comparar estas variables con la prueba chi cuadrado se encuentra que existe una asociación estadísticamente significativa ($p < 0,000$), dato que se corrobora con el coeficiente de phi donde hay dependencia (anexo 4).

Tabla 42. Comparativo de la muestra participante en el estudio según la edad y la facultad.

Edad (Años)	Facultad de Ingeniería	Facultad de Salud	Facultad de estudios sociales y empresariales	Tecnologías	Chi ²	P valor	Phi	P valor
17-30	111	126	77	30	34,612	0,000	0,296	0,000
	32,3%	36,6%	22,4%	8,7%				
31-44	4	0	9	3				
	3,5%	0%	52,9%	17,6%				
Total	115	126	86	33				
	31,9%	34,9%	23,8%	9,1%				

Fuente: Elaboración propia

La edad de los estudiantes universitarios está dividida en dos estadios. El primero es de los 17 a los 30 años y el segundo de los 31 a los 40 años. Los estudiantes de los 17 a los 30 años están distribuidos en las facultades así: la facultad de ingeniería el 32,3%; la facultad de salud el 36,6 % de los estudiantes, la facultad de estudios sociales y empresariales el 22,4% y en tecnologías el 8,7% de este rango de edad. Los estudiantes de los 30 a los 44 años están distribuidos así: la facultad de ingeniería el 3,5%; la facultad de salud el 0 % de los estudiantes, la facultad de estudios sociales y empresariales el 52,9% y en tecnologías el 17,6%.

Al comparar estas variables con la prueba chi cuadrado se encuentra que existe una asociación estadísticamente significativa ($p < 0,000$), dato que se corrobora con el coeficiente de phi donde se observa dependencia

Tabla 43. Comparativo de la muestra participante en el estudio según la edad y el gusto por la practica físico deportiva

Gusto por la práctica físico deportiva	x ²	p valor	phi	p valor
Edad vs. Practica en el momento alguna actividad	2,25	0,325	0,079	0,325
Edad vs. Gusto por el deporte	0,07	0,967	0,01	0,967
Edad vs. Tiene algún título deportivo	4,341	0,114	0,109	0,114

Fuente: Elaboración propia

El 52,3% de los estudiantes de los 17 a los 30 años practican alguna actividad físico-deportiva, al igual que el 70,6% de los estudiantes que se ubican en el rango de edad de los 31 a los 44 años ($p < 0,325$); en ambos grupos de edad (17-30, 31-44) dicen gustarles el deporte en un 93% y 94,1%, respectivamente ($p < 0,967$); sin embargo, al preguntarles si tenían algún título deportivo el 70,9% de los estudiantes de los 17 a los 30 años manifestaron no tenerlo, frente a un 26,7 % que si lo tienen; caso similar ocurre en los estudiantes de los 31 a los 44 años quienes en un 94,1% no lo tienen, frente al 5,9% que dicen tener un título deportivo. ($p < 0,114$). Los anteriores casos al realizarles la prueba de chi cuadrado, se encontraron que dichas variables no están estadísticamente asociadas; por lo cual no son dependientes, tal como lo corrobora el coeficiente phi (anexo 4).

Tabla 44. Comparativo de la muestra participante en el estudio según la edad y los motivos de satisfacción de la práctica físico deportiva

Motivos de satisfacción de la práctica físico- deportiva	x2	p valor	phi	p valor
Edad vs. Jugar mejor en prácticas anteriores	0,467	0,93	0,04	0,93
Edad vs. Mostrar que soy mejor que otros de mi edad	0,432	0,933	0,04	0,933
Edad vs. Motivos de salud	0,966	0,81	0,05	0,81
Edad vs. La tensión de la competición	0,563	0,91	0,04	0,91
Edad vs. Placer por el hecho de practicar	0,667	0,881	0,04	0,881
Edad vs. Por trabajar duro en la practica	1,076	0,783	0,06	0,783
Edad vs. Por el sentimiento de equipo y de amigos	0,788	0,85	0,05	0,85
Edad vs. Por el apoyo y estímulo de mis padres	2,6	0,458	0,09	0,458

Fuente: Elaboración propia

Los estudiantes de los 17-30 años coinciden con los 31-44 años, que los principales motivos de satisfacción al realizar la práctica físico-deportiva son: por motivos de salud 52,9% vs 58,8%. ($p < 0,810$); el 49,4% vs 52,9% placer por el hecho de practicar. ($p < 0,881$); un último motivo principal se lo atribuyen a jugar mejor que en prácticas anteriores 33,7% vs. 29,4% ($p < 0,926$); el motivo menos afirmado por los estudiantes fue por el apoyo y estímulo de mis padres en los estudiante 12,2%; vs. 0% ($p < 0,458$); al realizar la prueba de chi cuadrado no existe asociación estadísticamente significativa

(anexo 4).

Tabla 45. Comparativo de la muestra participante en el estudio según la edad y la forma en que realiza la práctica físico deportiva.

Motivos de satisfacción de la práctica físico- deportiva	x2	p valor	phi	p valor
Edad vs. Por mi cuenta solo	1,198	0,75	0,06	0,75
Edad vs. Por mi cuenta con amigos	1,915	0,59	0,07	0,59
Edad vs. Como actividad dirigida en la universidad	2,06	0,56	0,08	0,56
Edad vs. Como actividad dirigida en un club o liga deportiva	0,69	0,875	0	0,875
Edad vs. Como actividad dirigida en un gimnasio	7,051	0,07	0,14	0,07

Fuente: Elaboración propia

La forma en que los estudiantes realizan su práctica físico-deportiva en el siguiente orden: de los 17 - 30 años el 41% de los estudiantes practican por su cuenta solos al igual que el 47,1%, de los 31 - 44 años ($p < 0,754$); practican por su cuenta con los amigos el 36,3% de los estudiantes de los 17 - 30 años, al igual que el 47,1% de los 31 - 44 años ($p < 0,590$); como actividad dirigida en el gimnasio lo realizan el 36,3% de los estudiantes ubicados en el rango de edad de los 17 - 30 años frente al 5,9% de los 31 - 44 años. ($p < 0,070$); en menor porcentaje los universitarios de los 17 - 30 años (8,1%), y de los 31 - 44 años (0%), realizan sus actividades físico-deportivas como actividad dirigida en la universidad.

Los anteriores datos confirman que no existe estadísticamente asociación entre las variables ni dependencia, caso que se expone mediante la prueba de chi cuadrado y reconfirmada con el coeficiente phi (anexo 4).

Tabla 46. Comparativo de la muestra participante en el estudio según la edad y su percepción personal de cómo consideran su práctica físico deportiva.

Edad (Años)	Principiante	Avanzado	Experto	Chi ²	P valor	Phi	P valor
17-30	133	148	15	1,687	0,891	0,068	0,891
	38,7%	43%	10,5%				
31-44	8	6	0				
	47,1%	35,3%	0%				
Total	141	154	15				
	39,1%	42,7%	4,2%				

Fuente: Elaboración propia

El 38,7% de los estudiantes de los 17 - 30 años perciben su nivel en la realización de la práctica físico-deportiva como principiante, el 43% como avanzado y el 10,5% como experto. El 41,7% de los universitarios de los 31 - 44 años consideran el nivel de su práctica como principiante, el 35,3% como avanzado y ninguna persona se considera experta. Al comparar estas variables con la prueba chi cuadrado se encuentra que no existe una asociación estadísticamente significativa ($p < 0,891$).

Tabla 47. Comparativo de la muestra participante en el estudio según la edad y la pertenencia actual a alguna organización deportiva

Edad	Actualmente pertenece a alguna organización deportiva		Chi ²	P valor	Phi	P valor
	Si	No				
17-30	64	234	0,927	0,819	0,051	0,819
	18,6%	68%				
31-44	2	12				
	11,8%	70,6%				
Total	66	246				
	18,3%	68,1%				

Fuente: Elaboración propia

Los estudiantes de los 17 - 30 años de edad manifiestan en un 68% no pertenecer actualmente a una organización deportiva, frente al 18,6% que si pertenecen a una liga o club deportivo; de los 31 - 44 años de edad, el 70,6% dice no pertenecer actualmente a una organización deportiva, frente al 11,8% que si pertenece. Al comparar estas variables con la prueba chi cuadrado se encuentra que no existe una asociación estadísticamente significativa ($p < 0,819$).

Tabla 48. Comparativo de la muestra participante en el estudio según la edad y su pertenencia anterior a alguna organización deportiva

Edad	Anteriormente perteneció a alguna organización deportiva		Chi ²	P valor	Phi	P valor
	Si	No				
17-30	185	111	4,194	0,241	0,108	0,241
	53,8%	32,3%				
31-44	5	9				
	29,4%	52,6%				
Total	190	120				
	52,6%	33,2%				

Fuente: Elaboración propia

Los estudiantes de los 17 - 30 años de edad manifiestan en un 53,8% que pertenecieron anteriormente a una organización deportiva, frente al 32,3% que no perteneció a una liga o club deportivo; de los 31 - 44 años de edad, el 52,6% dice no haber pertenecido anteriormente a una organización deportiva, frente al 29,4 % que si perteneció. Al comparar estas variables con la prueba chi cuadrado se encuentra que no existe una asociación estadísticamente significativa ($p < 0,108$), dato que se corrobora con el coeficiente de phi donde no hay dependencia.

Tabla 49. Comparativo de la muestra participante en el estudio según la edad y la actividad que más le gusta realizar en el tiempo libre

Actividades que le gusta realizar en la practica	x2	p valor	phi	p valor
Edad vs. Actividades deportivas	0,894	0,64	0,05	0,64
Edad vs. Actividades personales	3,17	0,21	0,1	0,21
Edad vs. Actividades culturales	1,037	0,6	0,05	0,6
Edad vs. Actividades sociales	2,299	0,317	0,1	0,317

Fuente: Elaboración propia

Los estudiantes de ambos grupos de edades coinciden en el gusto por sus actividades de preferencia en el tiempo libre destacándose principalmente las actividades deportivas, de los 17 - 30 años (48%) y de los 31 - 44 años (58,8%) ($p < 0,640$); seguidas por las actividades personales de los 17 - 30 años (43%) y de los 31 - 44 años (64,7%), ($p < 0,205$); y en menor porcentaje las actividades culturales de los 17 - 30

años (13,4%) y de los 31 - 44 años (5,9%) ($p < 0,595$); Los anteriores datos confirman que no existe estadísticamente asociación entre las variables ni dependencia, caso que se expone mediante la prueba de chi cuadrado y reconfirmándolo con el coeficiente phi (anexo 4).

Tabla 50. Comparativo de la muestra participante en el estudio según la edad y su opinión acerca de si las instalaciones de la universidad son suficientes

Edad	Las instalaciones deportivas de la universidad son suficientes				Chi ²	P valor	Phi	P valor
	Si	No	No las conozco	No responde				
17-30	49	239	54	2	26,918	0,000	0,273	0,000
	14,2%	69,5%	15,7%	0,6%				
31-44	0	6	11	0				
	0,00%	35,3%	64,7%	0,00%				
Total	49	245	65	2				
	13,6%	67,9%	18%	0,6%				

Fuente: Elaboración propia

El grupo de estudiantes universitarios en el rango de edad de los 17 - 30 años consideran en un 69,5% que las instalaciones de la universidad no son suficientes, sumando el 15,7% que no las conocen, el resto de porcentaje se le atribuye a los universitarios que piensan que si son suficientes las instalaciones deportivas. De los 31 - 44 años el 64,7% no conocen las instalaciones, y el 35,3% las consideran insuficientes. Al comparar estas variables con la prueba chi cuadrado se encuentra que existe una asociación estadísticamente significativa ($p < 0,000$), dato que se corrobora con el coeficiente de phi donde hay dependencia.

Tabla 51. Comparativo de la muestra participante en el estudio según la edad y la calidad de las instalaciones de la universidad

Edad	Las instalaciones deportivas son de calidad		Chi ²	P valor	Phi	P valor
	Si	No				
17-30	125	196	14,563	0,001	0,201	0,001
	36,3%	57%				
31-44	8	4				
	47,1%	23,5%				
Total	133	200				
	36,8%	55,4%				

Fuente: Elaboración propia

El grupo de estudiantes universitarios en el rango de edad de los 17 - 30 años consideran en un 57% que las instalaciones de la universidad no son de calidad, frente al 36,3% que las consideran de calidad. De los 31 - 44 años el 47,1% piensan que las instalaciones de la universidad son de calidad frente al 23,5% que no lo consideran. Al comparar estas variables con la prueba chi cuadrado se encuentra que existe una asociación estadísticamente significativa ($p < 0,001$), dato que se corrobora con el coeficiente de phi donde hay dependencia.

Tabla 52. Comparativo de la muestra participante en el estudio según la edad y la opinión si la oferta deportiva de la universidad satisface las necesidades del estudiante

Edad	La oferta deportiva de la Universidad satisface las necesidades de los estudiantes		Chi ²	P valor	Phi	P valor
	Si	No				
17-30	61	277	8,671	0,013	0,155	0,013
	17,7%	80,5%				
31-44	1	14				
	5,9%	82,4%				
Total	62	291				
	17,2%	80,6%				

Fuente: Elaboración propia

En cuanto a la oferta deportiva de la universidad Autónoma de Manizales, los estudiantes de los 17 - 30 años en un 80,5% no les satisface sus necesidades; de los

31 - 44 años el 82,4% no se sienten satisfechos frente al 5,9% a quienes si los satisface. . Al comparar estas variables con la prueba chi cuadrado se encuentra que no existe una asociación estadísticamente significativa ($p < 0,013$), dato que se corrobora con el coeficiente de phi donde no hay dependencia.

Tabla 53. Comparativo de la muestra participante en el estudio según la edad y la opinión frente a la práctica físico deportiva

Opinión frente a la práctica físico deportiva	x2	p valor	phi	p valor
Edad vs. No se me da bien la práctica físico deportiva	0,329	0,848	0,03	0,848
Edad vs. Me siento competente para la práctica	0,225	0,894	0	0,894
Edad vs. Cuando practico domino con eficacia	0,587	0,75	0	0,75
Edad vs. Los demás piensan que soy coordinado	1,987	0,37	0,07	0,37

Fuente: Elaboración propia

Los estudiantes de los 17 - 30 años en un 55,8% y los de 31 - 44 años en un 52,9% se sienten competentes para la práctica ($p < 0,894$); los de 17 - 30 años en un 56,1% y los de 31 - 44 años en un 64,7% dominan con eficacia la práctica físico-deportiva ($p < 0,746$); para el 8,1% de los 17 - 30 años y el 17,6 % de 31 - 44 años, creen que los demás piensan que son coordinados ($p < 0,074$); finalmente los estudiantes de los 17 - 30 años en un 15,4% y los de 31 - 44 años en un 11,8% piensan que no se les da bien la práctica físico-deportiva; ($p < 0,848$).

Los anteriores datos confirman que no existe asociación estadísticamente significativa entre las variables ni dependencia, caso que se expone mediante la prueba de chi cuadrado y reconfirmandolo con el coeficiente phi (anexo 4).

Tabla 54. Comparativo de la muestra participante en el estudio según la edad y las clases de educación física en la etapa escolar

Clases de Educación física en la etapa escolar	x2	p valor	phi	p valor
Edad vs. Les resultaron fáciles	2,6	0,273	0,09	0,273
Edad vs. Eran motivantes	3,674	0,16	0,1	0,16
Edad vs. Las consideran útiles	0,41	0,815	0,03	0,815
Edad vs. Eran suficientes	0,212	0,899	0	0,899
Edad vs. El profesor lo animaba a practicar	57,60%	0,741	0	0,741
Edad vs. La educación física era más importante	1,86	0,396	0,07	0,396

Fuente: Elaboración propia

Para los estudiantes de los 17 - 30 años las clases de educación física en la etapa escolar les eran principalmente motivantes (52,9%); y eran desmotivantes para el 45,9%; de igual forma ocurre con los estudiantes de los 31 - 44 años, para el 76,5% eran motivantes; para el 48% de los universitarios de los 17 - 30 años, y el 29,4% de los 31 - 44 años les resultaron fáciles las clases de educación física; ($p < 0,273$); para el 41% de los universitarios de los 17 - 30 años, y el 47,1% de los 31 - 44 años las consideraban útiles ($p < 0,815$).

En cuanto a el enunciado si el profesor les animaba a practicar actividades físico deportivas en horario extraescolar, los universitarios de los 17 - 30 años respondieron en un 27,9%, y de los 31 - 44 años en un 35,3% que si había motivación por parte del profesor de educación física, ($p < 0,741$); para la afirmación si la educación física era más importante que otras asignaturas, los estudiantes de los 17 - 30 años y de los 31 - 44 años en 90,1% y 100% respectivamente manifestaron que la educación física no es más importante que otras asignaturas ($p < 0,396$); para el 24,4% de los estudiantes de los 17 - 30 años las clases eran suficientes, y para el 74,4% no lo eran; los estudiantes de los 31 - 44 años afirman con un 23,5% que eran suficientes, frente a un 76,5% quienes consideran que no fueron suficientes ($p < 0,899$).

Los anteriores datos confirman que no existe asociación estadísticamente significativa entre las variables ni dependencia, caso que se expone mediante la prueba de chi cuadrado y reconfirmándolo con el coeficiente phi (anexo 4).

Tabla 55. Comparativo de la muestra participante en el estudio según la edad y la opinión del concepto de deporte y ejercicio físico

Opinión del concepto deporte y ejercicio físico	x2	p valor	phi	p valor
Edad vs. El deporte es salud	0,117	0,99	0,02	0,99
Edad vs. El deporte es una válvula de escape	0,061	0,97	0,01	0,97
Edad vs. Es una parte importante para nuestra educación	3,727	0,155	0,1	0,155
Edad vs. No aporta nada positivo	5,613	0,06	0,13	0,06
Edad vs. Permite ponerse en forma	2	0,368	0,07	0,368
Edad vs. Me permite poner a prueba mis capacidades físicas	0,221	0,896	0,03	0,896

Fuente: Elaboración propia

Cuando se les preguntó a los estudiantes participantes acerca de su concepto sobre deporte y ejercicio físico en un alto porcentaje tanto en el grupo de edad de los 17 - 30 años (86,6% vs.58,1%), y de los 31 - 44 años (88,2% vs. 41,2%) lo atribuían al concepto de salud, como también al concepto de que permite ponerse en forma, según la prueba de chi cuadrado, dichas variables no existe asociación estadísticamente significativa ($p < 0,999$), ($p < 0,368$); y no son dependientes, tal como lo corrobora el coeficiente phi (anexo 4).

De igual manera, para el concepto de deporte como una válvula de escape tan solo lo afirman el 18,6 % de los estudiantes entre los 17 - 30 años y el 17,6 % de los que tienen entre 31 - 44 años ($p < 0,970$); en el concepto de que es una parte importante para nuestra educación lo manifiesta el 25,9% de los 17 - 30 años , en contra del 73,8% que no están de acuerdo con este concepto, y el 47,1% de los 31 - 44 años están de acuerdo frente al 52,9% que ni siguen esta línea ($p < 0,155$), y me permite poner a prueba mis capacidades físicas lo afirman el 52% de los estudiantes de los 17 - 30 años y el 47,1% de los 31 - 44 años ($p < 0,896$); tan solo el 0,6% de los estudiantes de los 17 - 30 años y el 0,8 % de los 31 - 44 años ($p < 0,060$) piensan que no aporta nada positivo, según la prueba de chi cuadrado, dichas variables no están asociadas, por lo cual no son dependientes, tal como lo corrobora el coeficiente phi (anexo 4).

Tabla 56. Comparativo de la muestra participante en el estudio según la edad y el tipo de deporte que debe promocionar mas la universidad

Edad	Tipo de deporte que debe promocionar la universidad			Chi ²	P valor	phi	P valor
	Deporte de rendimiento (Competencia)	Deporte para todos (salud)	Ambos tipos de deporte				
17-30	28 8,1%	64 18,6%	249 72,4%	1,761	0,623	0,070	0,623
31-44	0 0%	3 17,6%	14 82,4%				
Total	28 7,8%	67 18,6%	263 72,9%				

Fuente: Elaboración propia

El 72,4% de los universitarios de los 17 - 30 años manifiestan estar interesados en que la universidad les oferte mas tanto el deporte para todos (salud), como el deporte de rendimiento (competencia); sumando un 18,6% de este rango de edad que les gustaría el deporte para la salud. En el caso de las universitarios de los 31 - 44 años el 82,4% de la misma manera prefieren ambos tipos de deporte sumando el 17,6% que prefieren el deporte para la salud. El resto de porcentaje se atribuye a solo el deporte de competencia. Estas variables no están directamente relacionadas y no son estadísticamente significativas ($p < 0,623$), es decir, son independientes según el coeficiente phi.

Tabla 57. Comparativo de la muestra participante en el estudio según la edad y la importancia que le dan a la práctica físico-deportiva y el país

Edad	La práctica Físico-deportiva y su importancia en la vida del país		Chi ²	P valor	Phi	P valor
	Si	No				
17-30	326 94.8%	15 4,4%	0,936	0,626	0,051	0,626
31-44	17 100%	0 0,00%				
Total	343 95%	15 4,4%				

El 94,8% de los universitarios de los 17 - 30 años; y el 100% de los estudiantes de los 31 - 44 años manifiestan que la práctica físico-deportiva es importante en la vida del país. Estas dos variables no son estadísticamente significativas ($p < 0,626$), es decir, son independientes según el coeficiente phi.

Tabla 58. Comparativo de la muestra participante en el estudio según la edad y los motivos de realización de práctica físico-deportiva

Edad (Años)	Realiza alguna práctica físico-deportiva actualmente	No han realizado prácticas físico-deportivas en su tiempo libre a lo largo de su vida	han realizado prácticas físico-deportivas en su tiempo libre y ya no lo hacen	Chi ²	P valor	Phi	P valor
17-30	169	38	137	0,761	0,603	0,046	0,603
	49,1%	11%	39,8%				
31-44	10	2	5				
	58,8%	11,8%	29,4%				
Total	179	40	142				
	49,6%	11,1%	39,3%				

Fuente: Elaboración propia

En el rango de edad de los 17 - 30 años afirman en un 49,1% estar realizando actualmente alguna actividad físico-deportiva; el 11 % reporta no haber realizado ejercicio físico en el tiempo libre a lo largo de su vida, y el 39,8% manifiestan haber realizado anteriormente actividades físico-deportivas y no estarlas realizándolas actualmente.

En el rango de edad de los 31 - 44 años declaran en un 58,8% estar realizando actualmente alguna actividad físico-deportiva; el 11,8 % reporta no haber realizado ejercicio físico en el tiempo libre a lo largo de su vida, y el 29,4% manifiestan haber realizado anteriormente actividades físico-deportivas y no estarlas realizándolas actualmente. Al realizar la prueba chi cuadrado se encontró que no existe asociación estadísticamente significativa entre las variables y son independientes según la prueba de phi ($p < 0,603$).

Tabla 59. Comparativo de la muestra participante en el estudio según la edad y si realiza alguna práctica físico deportiva actualmente

Realiza alguna practica físico deportiva actualmente	x2	p valor	phi	p valor
Edad vs. Me considero capacitado para el deporte	3,187	0,36	0,1	0,36
Edad vs. Porque lo hacen mis amigos	7,596	0,06	0,1	0,06
Edad vs. Porque me gusta competir	0,998	0,802	0,05	0,802
Edad vs. Porque en mi familia existe tradición deportiva	1,214	0,75	0,1	0,75
Edad vs. Por diversión y pasar el tiempo	1,126	0,77	0,1	0,77
Edad vs. Porque me gusta estar en forma	4,341	0,362	0,11	0,362
Edad vs. Porque me gusta superarme	1,401	0,71	0,1	0,71
Edad vs. Porque es bueno para la salud	3,149	0,37	0,1	0,37
Edad vs. Porque las instalaciones están cerca de casa	0,937	0,82	0,1	0,82
Edad vs. Por influencia de profesores y entrenadores	4,993	0,172	0,12	0,172
Edad vs. Por evasión (escapar de lo habitual)	1,106	0,776	0,06	0,776
Edad vs. Para mejorar mi imagen y aspecto físico	1,517	0,68	0,1	0,68
Edad vs. Porque me gusta relacionarme y conocer gente	11,221	0,01	0,2	0,01

Fuente: Elaboración propia

Los principales motivos para su realización se los atribuyen a: Para los estudiantes de 17-30 años porque es bueno para la salud, (40,4%) de los 31 - 44 años (58,8%); ($p < 0,369$). Seguido de porque les gusta estar en forma (37,2% vs 58,8%), ($p < 0,362$); lo realizan por diversión y pasar el tiempo (30,5% vs. 41,2%) ($p < 0,771$); y porque se sienten capacitados para el deporte (33,4% vs. 52,9%) ($p < 0,364$). Los motivos que Al realizar la prueba de chi cuadrado se encontró que estas variables no son estadísticamente significativas, es decir, son independientes según el coeficiente phi (anexo 4).

Tabla 60. Comparativo de la muestra participante en el estudio según la edad y cuando no han realizado prácticas físico-deportivas en su tiempo libre a lo largo de su vida

cuando no han realizado prácticas físico deportivas	x2	p valor	phi	p valor
Edad vs. El deporte nunca se me dio bien	0,607	0,738	0,04	0,738
Edad vs. Mis amigos no practican	0,077	0,962	0,015	0,962
Edad vs. Por falta de medios económicos	0,208	0,901	0,02	0,901
Edad vs. Por falta de apoyo y estímulo familiar	0,278	0,87	0,028	0,87
Edad vs. Por pereza y desgana	1,297	0,523	0,06	0,523
Edad vs. Por cansancio (estudio o trabajo)	0,055	0,973	0,012	0,973
Edad vs. Por la edad	0,017	0,896	0,01	0,896
Edad vs. Por motivos de salud	0,077	0,962	0,015	0,962
Edad vs. Porque las instalaciones me quedan lejos	0,414	0,813	0,03	0,813
Edad vs. Los horarios de los programas son incompatibles	3,303	0,192	0,096	0,192
Edad vs. Por falta de instalaciones adecuadas	0,517	0,772	0,04	0,772
Edad vs. No dispongo de tiempo libre	1,976	0,372	0,074	0,372

Fuente: Elaboración propia

Los principales motivos para los estudiantes de 17 - 30 años (10,8%), y de los 31 - 44 años (11,8 %) por la edad ($p < 0,896$); (6,1% vs. 5,9 %) por el cansancio debido a la realización de otras tareas por el trabajo o el estudio ($p < 0,973$); (4,1% vs. 0%) por la pereza y desgano ($p < 0,523$) Al comparar estas variables con la prueba chi cuadrado se encuentra que no existe una asociación estadísticamente significativa, dato que se corrobora con el coeficiente de phi donde no hay dependencia (anexo 4).

Tabla 61. Comparativo de la muestra participante en el estudio según la edad cuando han realizado prácticas físico-deportivas en su tiempo libre y ya no lo hacen

Cuando han realizado prácticas físico deportivas y ya no lo hacen	x2	p valor	phi	p valor
Edad vs. Por problemas de salud	0,976	0,614	0,05	0,614
Edad vs. Por problemas económicos	0,94	0,625	0,051	0,625
Edad vs. Por la edad	0,764	0,682	0,05	0,682
Edad vs. Por falta de apoyo y estímulo	1,495	0,474	0,064	0,474

Edad vs. Por malas experiencias en prácticas anteriores	0,879	0,644	0,05	0,644
Edad vs. Los horarios de los programas son incompatibles	0,767	0,682	0,046	0,682
Edad vs. Porque mis amigos dejaron de practicar	1,2	0,549	0,06	0,549
Edad vs. Porque dejó de interesarme	0,736	0,692	0,045	0,692
Edad vs. Porque las instalaciones me quedan lejos	1,832	0,4	0,071	0,4
Edad vs. Por falta de información	1,165	0,558	0,06	0,558

Fuente: Elaboración propia

Los principales motivos para los universitarios dejaron de realizar actividades físico deportivas son: por falta de tiempo libre de los 17 - años - (30,5%), y de los 31 - 44 años - (17,6%) ($p < 0,524$); otro motivo es que los programas que se ofertan en la universidad son incompatibles con sus ocupaciones, de los 17 - 30 años (17,7%), y de los 31 - 44 años (11,8%) ($p < 0,682$); por falta de instalaciones (9,9%) de los 17 - 30 años; de los 31 - años para quienes no es un motivo (0%) ($p < 0,373$); los motivos menos tenidos en cuenta son: por problemas económicos (2%) de los 17 - 30 años y no es un motivo para el segundo rango de edad (0%) ($p < 0,625$); y por la edad (anexo 4).

Al comparar estas variables con la prueba chi cuadrado se encuentra que no existe una asociación estadísticamente significativa, dato que se corrobora con el coeficiente de phi donde no hay dependencia (anexo 4).

Tabla 62. Comparativo de la muestra participante en el estudio según la facultad y el género.

Facultad	Femenino	Masculino	Chi ²	P valor	Phi	P valor
Facultad de Ingeniería	30	86	67,282	0,000	0,395	0,000
	25,9%	74,1%				
Facultad de Salud	96	31				
	75,6%	24,4%				
Facultad de estudios sociales y empresariales	57	30				
	65,5%	34,5%				
Tecnologías	14	19				
	42,4%	57,6%				
Total	197	166				
	54,3%	45,7%				

Fuente: Elaboración propia

Según la facultad los estudiantes se distribuyen así: la mayoría de las mujeres está en la facultad de salud (75,6%), seguido por la facultad de estudios sociales y empresariales (65,5%), luego la facultad de ingeniería (25,9%) y finalmente en las tecnologías (42,4%). En el caso de los hombres, el mayor número de estudiantes se encuentra en la facultad de ingeniería (74,1%), seguido por la facultad de salud (24,4%); luego la facultad de estudios sociales y empresariales (34,5%) y finalmente las tecnologías (57,6%) Al comparar estas variables con la prueba chi cuadrado se encuentra que existe una asociación estadísticamente significativa, dato que se corrobora con el coeficiente de phi donde hay dependencia, ($p < 0,000$).

Tabla 63. Comparativo de la muestra participante en el estudio según la facultad el gusto por la práctica físico deportiva

Gusto por la practica físico deportiva	x2	p valor	phi	p valor
Facultad vs. Practica en el momento alguna actividad	17,249	0,01	0,2	0,01
Facultad vs. Gusto por el deporte	4,005	0,68	0,1	0,68
Facultad vs. Tiene algún título deportivo	8,582	0,198	0,2	0,198

Fuente: Elaboración propia

Frente a la práctica físico deportiva en el momento si la realizan el 63,8% de los estudiantes de la facultad de ingeniería, el 40,2% de la facultad de salud, el 58,6% de la facultad de estudios sociales y empresariales, y el 51,5% de las tecnologías ($p < 0,001$).

Les gusta el deporte al 94,8% de los estudiantes de la facultad de ingeniería, al 90,6% de la facultad de salud, el 92% de la facultad de estudios sociales y empresariales, y el 97% de los estudiantes de las tecnologías ($p < 0,68$).

Al preguntarles sobre si tienen algún título deportivo el 33,6% de los estudiantes de la facultad de ingeniería manifiestan si tenerlo frente a un 62,9% que no lo tienen, a el 19,7% de la facultad de salud si lo tiene y el 78,7% de esta facultad no lo tiene , el 25,3% de la facultad de estudios sociales y empresariales tiene titulo deportivo frente al 72,4% que no lo tiene, y el 24,2% de los estudiantes de las tecnologías si lo tienen ,

caso contrario al 75,8% que no tiene título deportivo (anexo 4).

Al comparar estas variables con la prueba chi cuadrado se encuentra que no existe una asociación estadísticamente significativa, dato que se corrobora con el coeficiente de phi donde no hay dependencia ($p < 0,198$) (anexo 4)

Tabla 64. Comparativo de la muestra participante en el estudio según la facultad y los motivos de satisfacción de la práctica físico deportiva.

Motivos de satisfacción de la práctica físico- deportiva	x2	p valor	phi	p valor
Facultad vs. Jugar mejor en prácticas anteriores	17,023	0,048	0,21	0,048
Facultad vs. Mostrar que soy mejor que otros de mi edad	11,45	0,246	0,18	0,246
Facultad vs. Motivos de salud	12,078	0,209	0,18	0,209
Facultad vs. La tensión de la competición	16,808	0,052	0,2	0,052
Facultad vs. Placer por el hecho de practicar	12,03	0,212	0,18	0,212
Facultad vs. Por trabajar duro en la practica	17,53	0,041	0,22	0,041
Facultad vs. Por el sentimiento de equipo y de amigos	18,367	0,031	0,22	0,031
Facultad vs. Por el apoyo y estímulo de mis padres	25,476	0,002	0,26	0,002

Fuente: Elaboración propia

Los motivos de mayor satisfacción en la realización de la práctica físico deportiva son similares para las diferentes facultades, es decir, los estudiantes señalan que uno de los principales motivos es jugar mejor que en prácticas anteriores, esto lo afirman el 42,2% de la facultad de ingeniería, 30,7% de la facultad de salud, 27,6% de la facultad de estudios sociales y empresariales y 27,3% de las tecnologías ($p < 0,048$); otro motivo importante es por la salud quienes lo manifiestan con los siguientes porcentajes: el 50,9% de la facultad de ingeniería, 55,1% de la facultad de salud, 54% de la facultad de estudios sociales y empresariales y 51,5 %de tecnologías ($p < 0,209$) (anexo 4).

Los anteriores datos confirman que no existe estadísticamente asociación entre las variables ni dependencia, caso que se expone mediante la prueba de chi cuadrado y reconfirmándolo con el coeficiente phi. Uno de los motivos menos tenidos en cuenta por los estudiantes de la universidad es aquel que expresa “por el apoyo y estímulo de

mis padres”, esto para el 6,9% de la facultad de ingeniería, 20,5% de la facultad de salud, 5,7% de la facultad de estudios sociales y empresariales y 9,1 % de tecnologías. Al comparar estas variables con la prueba chi cuadrado se encuentra que existe una asociación estadísticamente significativa, dato que se corrobora con el coeficiente de phi donde hay dependencia, ($p < 0,002$) (anexo 4).

Tabla 65. Comparativo de la muestra participante en el estudio según la facultad y la forma en que realiza la práctica físico- deportiva

Motivos de satisfacción de la práctica físico- deportiva	x2	p valor	phi	p valor
Facultad vs. Por mi cuenta solo	14,846	0,095	0,2	0,095
Facultad vs. Por mi cuenta con amigos	28,669	0,001	0,27	0,001
Facultad vs. Como actividad dirigida en la universidad	15,457	0,079	0,2	0,079
Facultad vs. Como actividad dirigida en un club o liga deportiva	14,497	0,106	0,2	0,106
Facultad vs. Como actividad dirigida en un gimnasio	19,061	0,025	0,22	0,025

Fuente: Elaboración propia

Al preguntarles a los estudiantes sobre la forma en que realizaban su práctica físico deportiva señalaron que principalmente y con una relación directa entre las variables estaba “por mi cuenta con amigos; esto lo afirman el 48,3% de la facultad de ingeniería, 27,6% de la facultad de salud, 33,3% de la facultad de estudios sociales y empresariales y 39,4% de tecnologías (anexo 4).

Al comparar estas variables con la prueba chi cuadrado se encuentra que existe una asociación estadísticamente significativa, dato que se corrobora con el coeficiente de phi donde hay dependencia, ($p < 0,001$) (anexo 4).

Otras respuestas fueron: Por mi cuenta solo, quienes en mayor porcentaje el 44,8% de la facultad de ingeniería, 39,4% de la facultad de salud, 41,4% de la facultad de estudios sociales y empresariales y 36,4 % de tecnologías. ($p < 0,095$); como actividad dirigida en un club o liga deportiva quienes afirman con el 29,3%(34 estudiantes) de la facultad de ingeniería, 33,9 % de la facultad de salud, 31% de la facultad de estudios sociales y empresariales y 21,2% de tecnologías ($p < 0,106$). Los anteriores datos

confirman que no existe estadísticamente asociación entre las variables ni dependencia, caso que se expone mediante la prueba de chi cuadrado y reconfirmándolo con el coeficiente phi (anexo 4).

Tabla 66. Comparativo de la muestra participante en el estudio según la facultad y el lugar donde realiza la práctica físico deportiva

Lugar donde realiza la práctica físico- deportiva	x2	p valor	phi	p valor
Facultad vs. Universidad	11,180	0,264	0,173	0,264
Facultad vs. Club o gimnasio privado	25,963	0,038	0,258	0,038
Facultad vs. Lugar público	29,749	0,000	0,28	0,000
Facultad vs. Propia casa	13,611	0,137	0,19	0,137
Facultad vs. Liga o club deportivo	9,45	0,397	0,16	0,397

Fuente: Elaboración propia

El lugar donde los estudiantes realizan su práctica física deportiva es principalmente un lugar público; siendo su distribución de la siguiente manera: 60,3% de la facultad de ingeniería, 43,7% de la facultad de estudios sociales y empresariales y 57,6% de tecnologías. Al comparar estas variables con la prueba chi cuadrado se encuentra que existe una asociación estadísticamente significativa, dato que se corrobora con el coeficiente de phi donde hay dependencia, ($p < 0,000$).

Otras respuestas fueron: En la universidad, lo practican el 19% de la facultad de ingeniería, 20,5% de la facultad de salud, 12,6% de la facultad de estudios sociales y empresariales y 12,1% de tecnologías. ($p < 0,264$); en un club o gimnasio privado lo practican el 29,3% de la facultad de ingeniería, 48% de la facultad de salud, 41,4% de la facultad de estudios sociales y empresariales y 18,2 % de tecnologías, ($p < 0,038$); en una liga o club deportivo lo afirman el 25,9% de la facultad de ingeniería, 27,6 % de la facultad de salud, 27,6% de la facultad de estudios sociales y empresariales y 15,2 % de tecnologías, ($p < 0,397$); en la propia casa lo practican el 13,8% de la facultad de ingeniería, 20,5% de la facultad de salud, 26,4% de la facultad de estudios sociales y empresariales y 15,2 % de tecnologías, ($p < 0,137$) (anexo 4).

Los anteriores datos confirman que no existe estadísticamente asociación entre las variables ni dependencia, caso que se expone mediante la prueba de chi cuadrado y reconfirmandolo con el coeficiente phi (anexo 4).

Tabla 67. Comparativo de la muestra participante en el estudio según la facultad y su percepción personal de cómo consideran su práctica físico deportiva

Facultad	Principiante	Avanzado	Experto	Chi ²	P valor	Phi	P valor
Facultad de Ingeniería	37	58	6	19,431	0,195	0,23	0,195
	31,9%	50%	5,2%				
Facultad de Salud	58	47	6				
	45,7%	37%	4,7%				
Facultad de estudios sociales y empresariales	32	40	3				
	36,8%	46%	11,5%				
Tecnologías	14	9	1				
	42,4%	27,3%	3%				
Total	141	154	16				

Fuente: Elaboración propia

Los estudiantes se auto califican según el nivel en donde se ubican cuando realizan la práctica físico-deportiva. Distinguiéndolo por facultad para el nivel de principiante se ubica al 31,9% de la facultad de ingeniería, 45,7% de la facultad de salud, 36,8% de la facultad de estudios sociales y empresariales y 42,4% de tecnologías. Para el nivel avanzado se autocalifican el 50 % de la facultad de ingeniería, 37% de la facultad de salud, 46% de la facultad de estudios sociales y empresariales y 27,3 % de tecnologías y en el nivel de expertos se encuentra el 5,2% de la facultad de ingeniería, 4,7% de la facultad de salud, 11,5% de la facultad de estudios sociales y empresariales y 3% tecnologías. Los anteriores datos confirman que no existe estadísticamente asociación entre las variables ni dependencia, caso que se expone mediante la prueba de chi cuadrado y reconfirmandolo con el coeficiente phi ($p < 0,195$).

Tabla 68. Comparativo de la muestra participante en el estudio según la facultad y con la pertenencia actual a alguna organización

Facultad	Actualmente pertenece a alguna organización deportiva		Chi ²	P valor	Phi	P valor
	Si	No				
Facultad de Ingeniería	24 20,7%	77 60,4%	13,968	0,123	0,192	0,123
Facultad de Salud	20 15,7%	92 72,4%				
Facultad de estudios sociales y empresariales	19 21,8%	57 65,5%				
Tecnologías	4 12,1%	20 60,6%				
Total	67 18,5%	246 67,8%				

Fuente: Elaboración propia

Los estudiantes de la universidad Autónoma de Manizales dicen pertenecer actualmente a una organización deportiva así: el 20,7% de la facultad de ingeniería, 15,7% de la facultad de salud, 21,8% de la facultad de estudios sociales y empresariales y 12,1% de tecnologías. El mayor porcentaje de la población manifiesta no estar actualmente en una organización deportiva, siendo estos porcentajes superiores al 60,4%. Al comparar estas variables con la prueba chi cuadrado se encuentra que no existe una asociación estadísticamente significativa, dato que se corrobora con el coeficiente de phi donde no hay dependencia ($p < 0,123$).

Tabla 69. Comparativo de la muestra participante en el estudio según la facultad y la actividad que más le gusta realizar en el tiempo libre

Actividad que más le gusta realizar en tiempo libre	x ²	p valor	phi	p valor
Facultad vs. Actividades culturales	6,051	0,418	0,13	0,418
Facultad vs. Actividades sociales	16,43	0,012	0,2	0,012
Facultad vs. Actividades deportivas	13,71	0,033	0,19	0,033
Facultad vs. Actividades personales	8,563	0,200	0,2	0,200

Fuente: Elaboración propia

Las actividades que más les gusta realizar en el tiempo libre a los universitarios son en su orden: Actividades deportivas para el 58,6% de la facultad de ingeniería, 44,9% de

la facultad de salud, 39,1% de la facultad de estudios sociales y empresariales y 51,5% de tecnologías, $p < 0,033$); las actividades personales las prefieren el 40,5 % de la facultad de ingeniería, 46,5% de la facultad de salud, 41,4% de la facultad de estudios sociales y empresariales y 54,5 % de tecnologías ($p < 0,200$); las actividades sociales las prefieren el 17,2% de la facultad de ingeniería, 33,9% de la facultad de salud, 31% de la facultad de estudios sociales y empresariales y 18,2% de tecnologías. ($p < 0,012$); y de última opción las actividades culturales (anexo 4).

Los anteriores datos confirman que no existe estadísticamente asociación entre las variables ni dependencia, caso que se expone mediante la prueba de chi cuadrado y reconfirmándolo con el coeficiente phi (anexo 4).

Tabla 70. Comparativo de la muestra participante en el estudio según la facultad y la motivación de la universidad

Motivación de la universidad para realizar Actividades físico deportivas	x ²	p valor	phi	p valor
Facultad vs. La u. motiva a realizar alguna practica	7,664	0,264	0,14	0,264
Facultad vs. Las instalaciones deportivas son suficientes	15,51	0,078	0,2	0,078
Facultad vs. Las instalaciones deportivas son de calidad	8,769	0,187	0,15	0,187
Facultad vs. La oferta deportiva satisface las necesidades	9,006	0,173	0,156	0,173

Fuente: Elaboración propia

En cuanto a la motivación que brinda la universidad, las instalaciones deportivas y la oferta deportiva los estudiantes se inclinan hacia la inconformidad representado en los siguientes porcentajes: al preguntarles a los estudiantes si la universidad los motiva a realizar actividades físico deportivas de la facultad de ingeniería respondieron el 67,8% que no hay motivación de parte de la universidad; de la facultad de salud el 28,3% piensan que si hay motivación frente al 70,9% que manifiestan no estar de acuerdo; de la facultad de estudios sociales y empresariales el 18,4% aseguran que si hay motivación por parte de la universidad frente al 81,6% que no lo aseguran, y el 33,3% de los estudiantes de tecnologías dicen que si existe motivación frente al 66,7% que piensan lo contrario ($p < 0,264$) (anexo 4).

Cuando se les pregunto a los estudiantes si consideraban las instalaciones deportivas suficientes respondieron: de la facultad de ingeniería, el 16,4% piensan que son suficientes, frente al 67,2% que piensan son insuficientes, sumándole el 16,4% de estudiantes de esta facultad que no las conocen; de la facultad de salud el 13,4% piensan que son suficientes frente al 73,2% que manifiestan no estar de acuerdo, además el 13,4% no las conocen; de la facultad de estudios sociales y empresariales el 11,5% aseguran que son suficientes frente al 67,8% que no lo aseguran y el 20,7% no las conocen; y el 15,2% de los estudiantes de tecnologías dicen que son suficientes las instalaciones deportivas de la universidad frente al 48,5% que piensan lo contrario, sumando los estudiantes que no conocen las instalaciones que son el 36,4% del total de la muestra de las tecnologías ($p < 0,078$) (anexo 4).

Al cuestionar a los universitarios si las instalaciones deportivas de la universidad son de calidad, respondieron: de la facultad de ingeniería, el 37,9 % piensan que son de calidad, frente al 57,8% piensan que no lo son; de la facultad de salud el 33,1% piensan que son de calidad frente al 56,7% que manifiestan no estar de acuerdo; de la facultad de estudios sociales y empresariales el 34,5% aseguran que son de calidad frente al 56,3% que no lo aseguran; y el 54,5% de los estudiantes de tecnologías dicen que son de calidad las instalaciones deportivas de la universidad frente al 36,4% que piensan lo contrario, ($p < 0,187$) (anexo 4).

En cuanto a la oferta deportiva de la universidad el 24,1% de los estudiantes de la facultad de ingeniería piensan que la oferta deportiva satisface sus necesidades, frente al 75% que piensan lo contrario; de la facultad de salud el 14,2% sienten que si satisface sus necesidades frente al 82,7% que manifiestan no estar de acuerdo; de la facultad de estudios sociales y empresariales el 12,6% aseguran que la oferta deportiva los satisface frente al 85,1% que no lo aseguran; y el 15,2% de los estudiantes de tecnologías dicen que la oferta deportiva los satisface frente al 78,8% que piensan lo contrario, ($p < 0,173$) (anexo 4).

De los anteriores motivos se confirma mediante la prueba de chi cuadrado y reconfirmandolo con el coeficiente phi, que no existe estadísticamente asociación entre las variables y ni dependencia (anexo 4)

Tabla 71. Comparativo de la muestra participante en el estudio según la facultad y la opinión frente a la práctica físico deportiva

Opinión frente a la practica físico deportiva	x2	p valor	phi	p valor
Facultad vs. Se me da bien la práctica físico deportiva	10,6	0,102	0,17	0,102
Facultad vs. Me siento competente para la practica	14,3	0,026	0,2	0,026
Facultad vs. Los demás piensan que soy coordinado	2,61	0,856	0,08	0,856
Facultad vs. Cuando practico domino con eficacia	8,85	0,182	0,15	0,182

Fuente: Elaboración propia

Al preguntarles a los universitarios acerca de su opinión cuando realizan la practica físico- deportiva ellos asumen dos opiniones principalmente: la primera es que se sienten competentes para la práctica asegurándolo el 68,1% de la facultad de ingeniería, 48% de la facultad de salud, 52,9% de la facultad de estudios sociales y empresariales y 48,5% de tecnologías, $p < 0,026$); la segunda opinión es que dominan con eficacia la práctica, lo cual lo manifiestan el 55,2% de la facultad de ingeniería, 48,8% de la facultad de salud, 63,2% de la facultad de estudios sociales y empresariales y 69,7% de tecnologías ($p < 0,182$), el resto de población se divide entre la opinión “ los demás piensan que soy coordinado” y “no se me da bien la práctica físico-deportiva” (anexo 4).

Los anteriores datos confirman que no existe estadísticamente asociación entre las variables ni dependencia, caso que se expone mediante la prueba de chi cuadrado y reconfirmandolo con el coeficiente phi (anexo 4).

Tabla 72. Comparativo de la muestra participante en el estudio según la facultad y el interés para que se les oferten créditos por la práctica de las actividades físico-deportivas

Fuente: Elaboración propia

Facultad	Es de interés del estudiante que se le oferten créditos		Chi ²	P valor	Phi	P valor
	Si	No				
Facultad de Ingeniería	103	13	12,931	0,044	0,185	0,044
	88,8%	11,2%				
Facultad de Salud	110	15				
	86,6%	11,8%				
Facultad de estudios sociales y empresariales	68	19				
	78,2%	21,8%				
Tecnologías	32	1				
	97%	3%				
Total	313	48				
	97%	3%				

Los estudiantes de la universidad Autónoma de Manizales están altamente interesados en que se les oferten créditos por realizar práctica físico-deportivas, esto está señalado en los siguientes porcentajes diferenciándolos por facultades: 88,8% de la facultad de ingeniería, 86,6% de la facultad de salud, 78,2% de la facultad de estudios sociales y empresariales y 97% de tecnologías. Al comparar estas variables con la prueba chi cuadrado se encuentra que no existe una asociación estadísticamente significativa, dato que se corrobora con el coeficiente de phi donde no hay dependencia ($p < 0,044$).

Tabla 73. Comparativo de la muestra participante en el estudio según la facultad y las clases de educación física en la etapa escolar

Las clases de Educación Física en la etapa escolar	x ²	p valor	phi	p valor
Facultad vs. Le resultaron fáciles	11,93	0,064	0,18	0,064
Facultad vs. Eran motivantes	9,476	0,149	0,2	0,149
Facultad vs. Las consideran útiles	10,08	0,121	0,16	0,121
Facultad vs. Eran suficientes	11,38	0,077	0,2	0,077
Facultad vs. El profesor animaba a practicar	11,54	0,073	0,18	0,073
Facultad vs. La EF era más importante	11,44	0,076	0,2	0,076

Fuente: Elaboración propia

En cuanto a las clases de educación física en la etapa escolar los estudiantes

responden de la facultad de ingeniería, para el 54,3 % les resultaron fáciles frente al 45,7% que manifiestan no haber sido fácil la clase, de la facultad de salud el 40,2% piensan que fueron fáciles frente al 56,7% que manifiestan no estar de acuerdo; de la facultad de estudios sociales y empresariales el 49,4% aseguran que si fueron fáciles frente al 50,6% que no lo aseguran, y el 42,4% de los estudiantes de tecnologías dicen que las clases de educación física les resultaron fáciles, frente al 57,6% que piensan lo contrario ($p < 0,064$).

Cuando se les pregunto a los estudiantes si consideraban las clases de educación física motivantes en su etapa escolar manifestaron, de la facultad de ingeniería, el 50,9% piensan que eran motivantes, frente al 49,1 % que piensan no eran; de la facultad de salud el 54,3% piensan que eran motivantes frente al 42,5% que manifiestan no estar de acuerdo; de la facultad de estudios sociales y empresariales el 52,9% aseguran que eran motivantes frente al 47,1% que no lo aseguran; y el 63,6% de los estudiantes de tecnologías dicen que eran motivantes las clases de educación física frente al 36,4% que piensan lo contrario, ($p < 0,149$) (anexo 4)

De la facultad de ingeniería, el 45,7% consideran útiles las clases de educación física, frente al 54,3% piensan que no lo son; de la facultad de salud el 36,2% piensan que eran útiles frente al 60,6% que manifiestan no estar de acuerdo con esta opinión; de la facultad de estudios sociales y empresariales el 39,1% aseguran que son eran útiles frente al 60,9% que no lo aseguran; y el 48,5% de los estudiantes de tecnologías consideran las clases de educación física en la etapa escolar útiles frente al 51,5% que piensan lo contrario, ($p < 0,121$) (anexo 4).

En cuanto al enunciado “eran suficientes” el 23,3% de los estudiantes de la facultad de ingeniería piensan que si lo eran frente al 76,7% que piensan lo contrario; de la facultad de salud el 25,2% sienten que eran suficientes frente al 71,7% que manifiestan no estar de acuerdo; de la facultad de estudios sociales y empresariales el 28,7% aseguran las clases de educación física eran suficientes, frente al 71,3% que

no lo aseguran; y el 12,1% de los estudiantes de tecnologías dicen que eran suficientes frente al 87,9% que piensan lo contrario, ($p < 0,077$) (anexo 4).

Al preguntarles si el profesor les animaba a practicar actividades físico- deportivas en su tiempo libre responden de la facultad de ingeniería, para el 30,2 % el profesor los motivaba frente al 69,8 % que manifiestan no haber recibido motivación por parte del profesor, de la facultad de salud el 27,6% recibieron motivación del profesor frente al 69,3 % que no la recibieron; de la facultad de estudios sociales y empresariales el 21,8% aseguran que el profesor los motivo a realizar actividades físico-deportivas en la etapa escolar frente al 78,2% que no lo aseguran, y el 39,4% de los estudiantes de tecnologías dicen que recibieron motivación por parte del profesor de educación física, frente al 60,6% que dicen lo contrario ($p < 0,073$) (anexo 4).

Cuando se les pregunto a los estudiantes, si la educación física era más importante que otras asignaturas manifestaron, de la facultad de ingeniería, el 12,1% que si era más importante, frente al 87,9% que piensan no lo era; de la facultad de salud el 7,1% piensa que era mas importante que otras asignaturas, frente al 89,8% que manifiestan no estar de acuerdo; de la facultad de estudios sociales y empresariales el 4,6% aseguran que era más importante frente al 95,4% que no lo aseguran; y el 9,1 % de los estudiantes de tecnologías dicen que era más importante la clase de educación física frente al 90,9% que piensan lo contrario, ($p < 0,076$) (anexo 4).

De los anteriores motivos se confirma mediante la prueba de chi cuadrado y reconfirmandolo con el coeficiente phi, que no existe estadísticamente asociación entre las variables y ni dependencia (anexo 4).

Tabla 74. Comparativo de la muestra participante en el estudio según la facultad y la opinión del concepto de deporte y ejercicio físico

Opinión del concepto de deporte y ejercicio físico	x2	p valor	phi	p valor
Facultad vs. El deporte es salud	8,739	0,462	0,2	0,462
Facultad vs. Es una válvula de escape	7,104	0,311	0,1	0,311
Facultad vs. Parte importante para nuestra educación	4,275	0,64	0,11	0,64
Facultad vs. No aporta nada positivo	16,46	0,011	0,2	0,011
Facultad vs. Permite ponerse en forma	4,08	0,666	0,11	0,666
Facultad vs. Permite poner a prueba las capacidades físicas	8,048	0,235	0,2	0,235

Fuente: Elaboración propia

Los universitarios asocian el concepto de deporte y ejercicio físico principalmente a: “el deporte es salud” lo afirman el 82,8% de la facultad de ingeniería, 89,8% de la facultad de salud, 83,9% de la facultad de estudios sociales y empresariales y 93,9% de tecnologías, ($p < 0,462$); “permite ponerse en forma” lo relacionan el 61,2% de la facultad de ingeniería, 53,5% de la facultad de salud, 54% de la facultad de estudios sociales y empresariales y 63,6 % de tecnologías ($p < 0,666$); “me permite poner a prueba mis capacidades físicas” lo dicen el 61,2% de la facultad de ingeniería, 47,2 % de la facultad de salud, 46% de la facultad de estudios sociales y empresariales y 51,5 % de tecnologías ($p < 0,235$). (anexo 4).

Los anteriores datos confirman que no existe estadísticamente asociación entre las variables ni dependencia, caso que se expone mediante la prueba de chi cuadrado y reconfirmándolo con el coeficiente phi (anexo 4).

Tabla 75. Comparativo de la muestra participante en el estudio según la facultad y el tipo de deporte que debe promocionar más la universidad

Facultad	Tipo de deporte que debe promocionar la universidad				Chi ²	P valor	phi	P valor
	Deporte de rendimiento (Competencia)	Deporte para todos (salud)	Ambos tipos de deporte	No responde				
Facultad de Ingeniería	16	17	83	0	13,472	0,142	0,189	0,142
	13,8%	14,7%	71,6%	0%				
Facultad de Salud	8	26	91	2				
	6,3%	20,5%	71,7%	1,6%				
Facultad de estudios sociales y empresariales	2	16	68	1				
	2,3%	18,4%	78,2%	1,1%				
Tecnologías	3	8	22	0				
	9,1%	24,2%	66,7%	0%				
Total	29	67	264	3				
	8%	18,5%	72,7%	0,8%				

Fuente: Elaboración propia

Los estudiantes consideran que el tipo de deporte que debe promocionar mas la universidad es tanto el deporte para todos como el de rendimiento, distinguiéndolo por facultad se ubica al 71,6% de la facultad de ingeniería, 71,7% de la facultad de salud, 78,2% de la facultad de estudios sociales y empresariales y 66,7% de tecnologías. Los estudiantes que piensan que solo se debe promocionar más el deporte para todos (salud) son el 14,7 % de la facultad de ingeniería, 20,5% de la facultad de salud, 18,4% de la facultad de estudios sociales y empresariales y 24,2% de tecnologías. Los anteriores datos confirman que no existe estadísticamente asociación entre las variables ni dependencia, caso que se expone mediante la prueba de chi cuadrado y reconfirmandolo con el coeficiente phi. ($p < 0,142$).

Tabla 76. Comparativo de la muestra participante en el estudio según la facultad y los motivos de realización de práctica físico-deportiva

Facultad	Realiza alguna práctica físico deportiva actualmente	No han realizado prácticas físico-deportivas en su tiempo libre a lo largo de su vida	han realizado prácticas físico-deportivas en su tiempo libre y ya no lo hacen	Chi ²	P valor	Phi	P valor
Facultad de Ingeniería	74 63,8%	12 10,3%	30 25,9%	18,695	0,005	0,221	0,005
Facultad de Salud	49 38,6%	13 10,2%	65 51,2%				
Facultad de estudios sociales y empresariales	42 48,3%	11 12,6%	34 39,1%				
Tecnologías	15 45,5%	5 15,2%	13 39,4%				
Total	180	41	142				

Fuente: Elaboración propia

Para aquellos que realizan actividad físico-deportiva se distribuye por facultades así: un 63,8% de la facultad de ingeniería, 38,6% de la facultad de salud, 48,3 % de la facultad de estudios sociales y empresariales y 45,5% de tecnologías.

Los estudiantes que no han realizado prácticas físico-deportivas en su tiempo libre a lo largo de su vida son el 10,3% de la facultad de ingeniería, 10,2% de la facultad de salud, 12,6% de la facultad de estudios sociales y empresariales y 15,2% de tecnologías y en cuanto a los estudiantes que han realizado prácticas físico-deportivas en su tiempo libre y ya no lo hacen son el 25,9% de la facultad de ingeniería, 51,2% de la facultad de salud, 39,1% de la facultad de estudios sociales y empresariales y 19,4 % de tecnologías.

Al comparar estas variables con la prueba chi cuadrado se encuentra que existe una asociación estadísticamente significativa, dato que se corrobora con el coeficiente de phi donde hay dependencia, ($p < 0,005$).

Tabla 77. Comparativo de la muestra participante en el estudio según la facultad y cuando realizan alguna práctica físico deportiva actualmente

Cuando realizan alguna practica físico deportiva actualmente	x2	p valor	phi	p valor
Facultad vs. Me considero capacitado para el deporte	24,536	0,004	0,25	0,004
Facultad vs. Porque lo hacen mis amigos	21,752	0,01	0,24	0,01
Facultad vs. Porque me gusta competir	25,975	0,002	0,26	0,002
Facultad vs. Porque en mi familia existe la tradición deportiva	23,021	0,006	0,24	0,006
Facultad vs. Por diversión y pasar el tiempo	27,314	0,001	0,27	0,001
Facultad vs. Porque me gusta estar en forma	31,064	0,002	0,28	0,002
Facultad vs. Porque me gusta superarme	24,047	0,004	0,25	0,004
Facultad vs. Porque es bueno para la salud	26,418	0,002	0,26	0,002
Facultad vs. Porque las instalaciones están cerca de casa	25,5	0,002	0,26	0,002
Facultad vs. Por influencia de mis profesores y entrenadores	27,81	0,001	0,27	0,001
Facultad vs. Por evasión (escapar de lo habitual)	23,925	0,004	0,25	0,004
Facultad vs. Para mejorar mi imagen y aspecto físico	24,878	0,003	0,25	0,003
Facultad vs. Porque está de moda	23,277	0,006	0,25	0,006
Facultad vs. Porque me gusta relacionarme y conocer gente.	21,553	0,01	0,24	0,01

Fuente: Elaboración propia

Los universitarios que realizan alguna practica físico deportiva actualmente en su tiempo libre señalan sus principales motivos a considerarse capacitados para el deporte el 48,3de la facultad de ingeniería, 26de la facultad de salud, 29,9% de la facultad de estudios sociales y empresariales y 30,3% de tecnologías, $p < 0,004$); también, porque les gusta competir, lo relacionan el 39,7% de la facultad de ingeniería, 16,5% de la facultad de salud, 23% de la facultad de estudios sociales y empresariales y 24,2 % de tecnologías, ($p < 0,002$); por diversión y pasar el tiempo lo dicen el 40,5% de la facultad de ingeniería, 27,6% de la facultad de salud, 28,7% de la facultad de estudios sociales y empresariales y 18,2 % de tecnologías, ($p < 0,001$).

Otro motivo es porque les gusta estar en forma al 45,7% de la facultad de ingeniería, 27,6% de la facultad de salud, 44,8% de la facultad de estudios sociales y empresariales y 36,4% de tecnologías, $p < 0,002$); porque es bueno para la salud, es un motivo del 49,1 % de la facultad de ingeniería, 31,5% de la facultad de salud, 43,7%

de la facultad de estudios sociales y empresariales y 42,4% de tecnologías, ($p < 0,002$); y para mejorar la imagen y aspecto físico, lo dicen el 32,8% de la facultad de ingeniería, 23,6 % de la facultad de salud, 32,2% de la facultad de estudios sociales y empresariales y 24,2 % de tecnologías, ($p < 0,003$).

Al comparar estas variables con la prueba chi cuadrado se encuentra que existe una asociación estadísticamente significativa, dato que se corrobora con el coeficiente de phi donde hay dependencia (anexo 4).

Tabla 78. Comparativo de la muestra participante en el estudio según la facultad y cuando no han realizado prácticas físico-deportivas en su tiempo libre a lo largo de su vida

Cuando no realizan alguna practica físico deportiva actualmente	x2	p valor	phi	p valor
Facultad vs. Por la edad	1,182	0,76	0,057	0,76
Facultad vs. Por motivos de salud	4,16	0,66	0,11	0,66
Facultad vs. Las instalaciones me quedan lejos	8,566	0,2	0,15	0,2
Facultad vs. Los horarios de los programas son incompatibles	2,694	0,85	0,09	0,85
Facultad vs. Por falta de instalaciones adecuadas	7,216	0,3	0,1	0,3

Fuente: Elaboración propia

Los universitarios que no han realizado alguna practica físico deportiva a lo largo de su vida en su tiempo libre, señalan sus principales motivos a tener pereza y desgan, lo cual lo afirman el 4,3% de la facultad de ingeniería, 4,7% de la facultad de salud, 2,3% de la facultad de estudios sociales y empresariales y 6,1% de tecnologías, ($p < 0,679$); también, por el cansancio, el 6 % de la facultad de ingeniería, 3,9% de la facultad de salud, 8% de la facultad de estudios sociales y empresariales y 9,1% de tecnologías, ($p < 0,877$); porque los horarios de los programas que ofertan son incompatibles con las ocupaciones de los universitarios el 3,4% de la facultad de ingeniería, 3,1% de la facultad de salud, 6,9% de la facultad de estudios sociales y empresariales y 6,1% de tecnologías, ($p < 0,846$); otro motivo es porque no disponen de tiempo libre lo confirman el 3,4% de la facultad de ingeniería, 5,5% de la facultad de

salud, 8% de la facultad de estudios sociales y empresariales y 9,1% de tecnologías, ($p < 0,708$) (anexo 4).

En cuanto a los motivos presentados anteriormente, al realizar la prueba de chi cuadrado se revela que no existe una asociación estadística entre las variables, ni dependencia, caso que se confirma con el coeficiente phi (anexo 4).

Tabla 79. Comparativo de la muestra participante en el estudio según la facultad y cuando han realizado prácticas físico-deportivas en su tiempo libre y ya no lo hacen

Cuando han realizado alguna practica físico y ya no hacen deportiva actualmente	x2	p valor	phi	p valor
Facultad vs. Por problemas de salud	18,149	0,01	0,22	0,01
Facultad vs. Por problemas económicos	20,96	0,000	0,2	0,000
Facultad vs. Por la edad	17,641	0,01	0,22	0,01
Facultad vs. Por falta de apoyo y estímulo	21,082	0,000	0,23	0,000
Facultad vs. Porque mis amigos dejaron de practicar	17,657	0,01	0,22	0,01
Facultad vs. Dejo de interesarme	16,754	0,01	0,2	0,01
Facultad vs. Por falta de tiempo libre	16,697	0,01	0,21	0,01
Facultad vs. Por falta de instalaciones	19,738	0,003	0,23	0,003
Facultad vs. Por malas experiencias en prácticas anteriores	18,917	0,004	0,22	0,004
Facultad vs. Los horarios son incompatibles	19,279	0,004	0,23	0,004
Facultad vs. Por falta de información	19,805	0,003	0,23	0,003
Facultad vs. Las instalaciones me quedan lejos	22,779	0,001	0,24	0,001

Fuente: Elaboración propia

Los universitarios que han realizado alguna practica físico deportiva en su tiempo libre y ya no lo hacen, aluden sus principales razones a la falta de tiempo libre, lo cual lo afirman el 19,8% de la facultad de ingeniería, 39,4% de la facultad de salud, 29,9% de la facultad de estudios sociales y empresariales y 27,3% de tecnologías.

En cuanto a este motivo, al realizar la prueba de chi cuadrado se revela que no existe una asociación estadística entre las variables ($p < 0,010$), caso que se confirma con el coeficiente phi. También, porque los horarios de los programas que ofertan son

incompatibles con las ocupaciones de los universitarios, lo relacionan el 11,2% de la facultad de ingeniería, 23,6% de la facultad de salud, 19,5% de la facultad de estudios sociales y empresariales y 9,1% de tecnologías, ($p < 0,004$) (anexo 4).

Al comparar estas variables con la prueba chi cuadrado se encuentra que existe una asociación estadísticamente significativa, dato que se corrobora con el coeficiente de phi donde hay dependencia. Son más los motivos expuestos en el cuestionario y que no fueron importantes para los universitarios, tales como “por la edad”, en donde solo el 0,8% de la facultad de salud lo expuso y en el resto de facultades no fue tenido en cuenta. En cuanto a este motivo, al realizar la prueba de chi cuadrado se revela que no existe una asociación estadística entre las variables ($p < 0,007$), caso que se confirma con el coeficiente phi (anexo 4).

Además, “por falta de apoyo y estímulo” lo consideran el 6,9% de la facultad de ingeniería, 7,9% de la facultad de salud, 2,3% de la facultad de estudios sociales y empresariales y 9,1% de tecnologías, ($p < 0,002$); otro motivo es por problemas económicos, 3,1% de la facultad de salud, 1,1% de la facultad de estudios sociales y empresariales y 6,1% de tecnologías, ($p < 0,002$), por la falta de instalaciones, es una razón que aplica para el 6% de la facultad de ingeniería, 15 % de la facultad de salud, 8% de la facultad de estudios sociales y empresariales y 3 % de tecnologías, ($p < 0,003$); y por “malas experiencias en prácticas anteriores” solo lo confirman el 1,7% de la facultad de ingeniería, 0,8% de la facultad de salud, 2,3% de la facultad de estudios sociales y empresariales y ningún estudiante de tecnologías, ($p < 0,004$) (anexo 4).

Al comparar estas variables con la prueba chi cuadrado se encuentra que existe una asociación estadísticamente significativa, dato que se corrobora con el coeficiente de phi donde hay dependencia (anexo 4).

6. ANALISIS Y DISCUSIÓN DE RESULTADOS

Los resultados muestran que hubo mayor participación del género femenino con un 54,3%, mientras el género masculino tuvo una participación de 45,7%. La edad de mayor porcentaje estaba entre los 17 a los 21 años de edad en un 67.2%, La media de la edad fue de 21, 53 años +/- 4,471 años. Lo anterior en concordancia con el estudio realizado por Varela, M.T., Duarte, C., Salazar, I.C., Lema, L.F., Tamayo, J.A., (2011), quienes muestran en su estudio como en mayor porcentaje de los estudiantes fueron mujeres 55.8% y el 44.2% hombres, con un promedio de edad de 19.6 ±2años.

El análisis de la muestra de estudiantes universitarios utilizada para esta investigación, revela que en el rango de edad de los 17 - 30 años, el 55,5% eran mujeres frente al 44,5% de hombres; para el rango de edad de los 31 - 44 años, el 64,7% eran hombres frente al 35,3% de mujeres.

Especificando las facultades a donde pertenece los programas que estudian los participantes en el estudio, del género femenino la mayor población está en la facultad de salud (75,6%), seguido por la facultad de estudios sociales y empresariales (65,5%), luego la facultad de ingeniería (25,9%) y finalmente en las tecnologías (42,4%). En el caso de los hombres, el mayor número de estudiantes se encuentra en la facultad de ingeniería (74,1%), seguido por la facultad de salud (24,4%); luego la facultad de estudios sociales y empresariales (34,5%) y finalmente las tecnologías (57,6%).

Es importante tener en cuenta los referentes teóricos que plantean como en la medida que aumenta la edad se produce una disminución en la práctica físico-deportiva; la cual se hace principalmente en la adolescencia generando así, adultos mas sedentarios lo que conlleva a la disminución de la calidad de vida. De igual manera, el inicio de la vida universitaria, con el consiguiente aumento en la exigencia y dedicación de este nivel educativo y el traslado de localidad que puede llevar acarreada

esta circunstancia, unidas a la falta de coordinación entre lo que podríamos denominar estructura deportiva y estructura académica va a favorecer una disminución de los niveles de actividad física. Madera y González, (2003); Salguero, Tuero, González y Márquez, (2003) en Pavón Flores, A.I., Moreno Murcia, J.A., (2006); Granda Vera, J., Montilla Medina, M., Barbero Álvarez, J. C., Mingorance Estrada, Á., Aleman y Arrebola, I., (2010); López Medrano, O., Chacón López, M. (2009) citando a Pinto, (2004).

La mayoría de los estudiantes de la universidad Autónoma de Manizales manifiestan en un 92.8% gustarles el deporte, sin embargo de este porcentaje solo el 52.3% práctica en este momento algún tipo de actividad físico-deportiva, prefiriendo en mayor medida los deportes de conjunto como el fútbol (11,6%), voleibol (1,7%) baloncesto (1,6%). Luego aparecen deportes individuales como el gimnasio (7,4%), natación (2,2%), ciclismo (1,9%), caminar (1,9%), y tenis de mesa (0,9%). Del 100% de la muestra el 45.7% no realiza ningún tipo de práctica físico-deportiva, y el 1.1% no responden; tales datos se pueden asociar con los estudios de Pavón Flores, A.I., Moreno Murcia, J.A., (2006) quienes encuestaron a 1.512 estudiantes españoles, utilizando el instrumento de la presente investigación M.I.A.F.D.

Algunos de los resultados de este estudio muestran similitudes con el trabajo desarrollado tales como gusto por el deporte, el 89,7% (1357) contestaron afirmativamente frente al 10,3% (155) que respondieron negativamente, el mayor porcentaje en estudiantes que si les gusta el ejercicio, y que solicitan ofertas deportivas más interesantes para satisfacer sus necesidades; pues existen estudiantes que les gusta el ejercicio y en el momento no lo practican por diversos factores.

Por otro lado de ese 45.7% que no realizan ningún tipo de práctica físico-deportiva, el 89.2 % la practicó en algún momento de su vida. Tales preferencias se corroboran en los estudios de Moreno, JA., Martínez, C., Alonso, N. (2006), quienes afirman citando a Garcia Fernando, (2005) que entre los deportes más practicados se

encuentran natación, fútbol, ciclismo, gimnasia de mantenimiento en un centro deportivo y senderismo, montañismo o excursionismo, entre otros. Es de resaltar como en los deportes al aire libre mencionados por los estudiantes del presente estudio no son relevantes aquellos que exponen los anteriores autores.

En ambos grupos de edad 17- 30, y 31- 44 años, los participantes en el estudio dicen gustarles el deporte; esto es representativo de una sociedad actual tecnológica donde los más jóvenes realizan actividades en su tiempo libre que implican menos movimiento corporal lo cual los lleva al sedentarismo como lo son la televisión, el internet y todo lo que se deriva de él; sin embargo dichos jóvenes son conscientes de la importancia que tiene el ejercicio físico y la salud, siendo este concepto una idea y percepción relevante para los encuestados.

Este concepto se apoya en Pavón Flores, Al., Moreno Murcia, J, A. (2006), quienes afirman que entre los menores de 21 años el 51,3% era no practicante, mientras que el 56,9% de los mayores de 22 años son practicantes de actividades físico-deportivas. En el estudio de Castillo Viera, E., Sáenz-López Buñuel P., (2007), se confirma que la edad media de abandono es a los 18,4 años, que coincide justamente con la entrada en la universidad.

En cuanto a los momentos de mayor satisfacción en la práctica físico-deportiva se centran en por motivos de salud, placer por el hecho de practicar, por el sentimiento de equipo y estar con los amigos, por la tensión de la competición, por el apoyo y estímulo de los padres y mostrar que son mejores que otros de la edad o del equipo; información que es muy similar a lo encontrado en estudios de Pavón Flores, Al., Moreno Murcia, J, A., (2006) en coherencia con los resultados, refieren que el momento de mayor satisfacción según los universitarios de su estudio estaban dados por el “placer de practicar en sí mismo” (61,2%), “por motivos de salud” (55,5%), y “por el sentimiento de equipo y de estar con mis amigos” (32,1%). Sin embargo, los niveles

más altos de disconformidad los encontraron en “por el apoyo y el estímulo de mis padres” (98,5%), por “mostrar que soy mejor que otros de mi edad o equipo” (93%), y “por trabajar duro en la práctica” (87,2%).

El momento de mayor satisfacción teniendo en cuenta la edades, es coherente con el género, ya que para los estudiantes de todas las edades presentes en este estudio, son los motivos de salud, el placer por el hecho de practicar, jugar mejor que en prácticas anteriores, el motivo de menos respuesta por los estudiantes fue por el apoyo y estímulo de los padres.

Difiriendo con Castillo, Balaguer, y Duda, (2000) en Pavón Flores, Al., Moreno Murcia, JA., (2008) en la presente investigación tanto para hombres como para mujeres los motivos de satisfacción cuando realizan la práctica físico deportiva son principalmente los motivos de Salud y el placer por el hecho de practicar; los hombres presentan una connotación competitiva por lo cual agregan a sus motivos jugar mejor que en prácticas anteriores, motivo que difiere en las mujeres.

Estos autores en sus estudios presentan las diferencias por géneros, así, los hombres van a mostrar satisfacción por motivaciones diferentes a las del sexo femenino, como el hecho de jugar mejor que en prácticas anteriores y trabajar duro en la práctica, mientras que las mujeres no sienten satisfacción por este motivo al practicar actividades físico-deportivas. La misma relación se establece con la satisfacción proporcionada por demostrar que son mejores que otros compañeros de su equipo durante la práctica deportiva, por la tensión de la competición, y por el sentimiento de equipo, con opiniones favorables por parte de los chicos. Mientras que, por el contrario, los motivos de salud reflejan el momento de mayor satisfacción para las alumnas.

Por facultades y sumándose a los resultados de las variables género y edad, el momento de mayor satisfacción viene dado por motivos de salud, afirmación dada por

los estudiantes de la facultad de salud como su principal motivación y el placer por el hecho de practicar, como principal motivo de la facultad de ingeniería.

Entre las actividades que más les gustaba realizar en el tiempo libre los estudiantes de la universidad Autónoma de Manizales, preferían las actividades deportivas en un 48.5%, el resto de porcentaje se dividía en actividades sociales, actividades personales y actividades culturales, caso similar ocurrió en la investigación de Pavón Flores, Al, (2004) siendo las mismas preferencias respectivamente, donde se evidencia que los universitarios prefieren realizar actividades deportivas (43.6%), en su tiempo libre, seguidas de las actividades sociales (26,5%) las aficiones personales (22.6%) y las actividades culturales (7,3%)

Teniendo en cuenta que el deporte es percibido como la actividad de ocio que aporta mayores beneficios, Weinberg y Gould, (1996), se preguntó a los universitarios sobre las actividades que preferían realizar en su tiempo libre, con el objeto de conformar un visión general y posicionar las actividades deportivas dentro de la estructura social, donde los resultados demuestran con una diferencia estadísticamente significativa (0,000), que las actividades deportivas son las de mayor preferencia tanto para los hombres (62%), como para las mujeres (37,1%), de igual manera se posiciona con un alto porcentaje las actividades personales. Dichas preferencias son análogas a los resultados teniendo en cuenta la edad. Por facultades, para los de la facultad de ingeniería son de preferencia principal las actividades deportivas; para las facultades de salud, estudios sociales y empresariales y las tecnologías, tienen mayor preferencia las actividades personales seguidas por las actividades deportivas.

Los datos evidencian diferente resultado en el estudio de Pavón Flores, Al., Moreno Murcia, JA., (2008) quienes afirman que la función que desarrolla el deporte como actividad de ocio es diferente para cada género, mientras los universitarios se decantan por las actividades deportivas, las universitarias se reparten entre las actividades

sociales y las aficiones personales, Sanz et al., (2003).

Al preguntarles sobre la clase de educación física en la etapa escolar, y teniendo en cuenta que según Moreno, JA., Martínez, C., Alonso, N. (2006), las vivencias específicas que suponen las clases de Educación Física dan lugar a una valoración de las mismas por parte del alumnado. Esta valoración, en conjunto, conformará actitudes positivas ó negativas que, a su vez, generarán hábitos de práctica de ejercicio físico, o por el contrario, desligarán a la persona de toda práctica físico-deportiva a lo largo de su vida adulta, Moreno y Cervelló, (2003).

De acuerdo a este aspecto y partiendo de lo mencionado por Moreno et, all., (2006) el 53.7% de los estudiantes piensan que eran motivantes, para el 47.1% les resultaron fáciles, el 41% las consideraba útiles, para el 28.1% el profesor le animaba a practicar en horario extraescolar, para el 24.2% eran suficientes, y finalmente para el 8.3% la educación física era más importante que el resto de las asignaturas.

Para las universitarias encuestadas las clases de educación física recibidas en la etapa escolar eran difíciles, inútiles y suficientes, además no tenían una motivación importante por parte del profesor; contrariamente, para los varones eran fáciles, útiles e insuficientes, y les resultaba motivantes, coincidiendo con los resultados encontrados por Hellín (2003) sobre los hábitos físico deportivos en la región de Murcia y en Pavón Flores, Al., Moreno Murcia, JA., (2008), en la universidad de Murcia.

También se pretende reflejar la opinión de los universitarios sobre la Educación Física recibida en las etapas educativas anteriores, de igual forma se apoyan estos resultados en la importancia de una percepción positiva de la educación física en la etapa escolar; Sánchez-Barrera y cols., (1995) ; Blasco y cols., (1996); Cale, (1996); Cale y Almond, (1997); Eastman y cols., (1998); Goudas y cols., (2001); Trudeau y cols., (1999) la historia previa de ejercicio es un factor importante en el inicio y/o mantenimiento de la práctica físico- deportiva, por lo que influirá de forma determinante

en el nivel actual de actividad física. Al respecto Pavón, A., y Moreno, JA. (2006), corroboraron que las universitarias de su estudio, en un 66,6% no realizan ninguna práctica físico-deportiva coincidiendo con una percepción negativa de las clases de educación física en la etapa escolar, sumado a lo anterior se plantea que la actividad física tiende a disminuir en la adolescencia, principalmente en las mujeres. Garita, E., (2006).

Teniendo en cuenta la edad, para los para los estudiantes de los 17 a los 30 años las clases de educación física en la etapa escolar les eran principalmente motivantes (52,9%) al igual que el 76,5% de los estudiantes de los 31 a los 44 años, en un alto porcentaje (50,9%) de los estudiantes de los 17 a los 30 años fueron difíciles las clases de educación física; pero este caso es más notorio entre los 31 a los 44 años de edad (70,6%), también en ambos rangos de edad las consideraban útiles. Distinguiéndolos por facultades, para los estudiantes pertenecientes a la facultad de ingeniería las clases de educación física les resultaron principalmente fáciles, para los de la facultad de salud, para la facultad de estudios sociales y empresariales y tecnologías eran principalmente motivantes.

El conocimiento que los estudiantes tienen acerca de la titulación de la persona que dirige su práctica físico-deportiva muestra como en mayor medida al entrenador deportivo con un 31.1%, no los dirige nadie con un 22.3%, y bajo la dirección de un licenciado en Educación Física el 15.2%. El resto de porcentajes se distribuye en las otras opciones de titulación destacándose la de menor porcentaje "no responde" Según Pavón Flores, A, I., Moreno Murcia, J, A., (2006), al interrogar a los estudiantes que realizan actividades físico-deportivas sobre la titulación de la persona que les dirige la práctica, destaca el hecho de que 419 alumnos realizan prácticas no dirigidas, seguidos de 150 dirigidos por monitores deportivos, y 103 por entrenadores deportivos. Cabe decir, que no se tiene claridad sobre el conocimiento que tienen los estudiantes acerca

del concepto de cada titulación deportiva que se expuso, y respondieron según su concepción.

Los estudiantes, asocian el concepto de deporte y ejercicio físico con la salud (86,8%), estar en forma (57.0%), y poner a prueba las capacidades (51.8%)y en menor porcentaje la idea de que no aporta nada positivo (0,8%),datos en acuerdo con Moreno, J. A., Martínez, C., Alonso, N. (2006). Para el 94.8% de los encuestados, el deporte y la educación Física deben ocupar un lugar importante en aspectos que definen la vida del país; el otro 4.4% manifiesta que tal idea no tiene relevancia; este resultado se apoya en Pavón Flores, A, I., Moreno Murcia, J, A., (2006) quienes afirman que de los alumnos encuestados, opinan que la Educación Física y el deporte tienen gran importancia en el conjunto de aspectos que definen la vida de un país, mientras que únicamente el 7,6% expresan una opinión contraria.

Para ambos géneros, en ambos rangos de edad, y en todas las facultades el concepto de deporte y ejercicio físico, lo relacionan en mayores porcentajes con el concepto de salud, estar en forma y poner a prueba las capacidades físicas, esto atendiendo a según Savage (1998), los universitarios son conscientes de las contribuciones positivas que la participación en actividades físicas de forma regular tiene sobre un estilo de vida saludable y activo. Señalando el ejercicio regular, mantenerse en forma, aprender nuevas destrezas y divertirse, como las razones más importantes para apuntarse a un programa básico de formación deportiva.

Al cuestionar a los estudiantes acerca de la opinión que tenían de sí mismos frente a la práctica físico-deportiva, el 56,2% manifiestan que dominan con eficacia las actividades físico-deportivas, al igual que el 55,6% que se sienten competentes para la práctica. Tan solo para el 15,4% no se les da bien la practica físico deportiva y el 8,5% tienen la percepción de que los demás piensan que son coordinados. Estos datos son similares a los establecidos por Pavón, A., y Moreno, J. A. (2008) en su estudio, quienes

encontraron que el 86.9% de los hombres creía que se le daba bien la práctica deportiva frente al 27.6% de las mujeres que consideraba que no se le daba bien ($p < .001$), cifras similares se encontraron en los universitarios de Manizales encuestados, en el cual el 90,4% de los hombres piensan que se les da bien la práctica físico-deportiva, frente al 20,8% de las mujeres que consideran que no se les da bien ($p < 0.007$), siendo para ambos casos estadísticamente significativo la relación de estas variables.

En esta línea, la mayoría de los hombres se sentían competentes para la práctica (56.6%), frente al 62% de mujeres que no se sentían competentes para dicha práctica ($p < .001$). No obstante, sólo el 31.6% de los varones afirmaba que dominaban con eficacia la práctica de actividades físicas o deportes, mientras que el 84.2% de las mujeres opinaba lo contrario ($p < .001$). Las cifras, son parecidas en la presente investigación ya que la mayoría de los hombres se sienten competentes para la práctica (73,3%) frente a un 57,4% de mujeres que no se sienten competentes para dicha práctica; ($p < 0,000$). Tanto para hombres como para mujeres los porcentajes fueron elevados mostrando que los demás pensaban que no eran coordinados: Mujeres (94,4%), hombres (86,1%) ($p < 0,012$). También, el 54,8% de las mujeres y el 57,8 de los hombres dicen dominar con eficacia la práctica; ($p < 0,790$).

Para Pavón, A., y Moreno, J. A, (2006), la menor experiencia de los alumnos menores de 21 años condiciona su valoración de la práctica físico-deportiva, ni se les da bien ni se sienten competentes para realizarla, siendo los mayores de 22 los que afirman que se les da bien y que se sienten competentes para la práctica de la actividad física y el deporte. En este estudio los resultados arrojan que los estudiantes de los 17 a los 30 años en un 55,8% y los de 31 a los 44 años en un 52,9% se sienten competentes para la práctica; y de los 17 a los 30 años en un 56,1% y los de 31 a los 44 años en un 64,7% dominan con eficacia la práctica físico-deportiva, es decir que por edades tiene una auto percepción positiva frente a la práctica físico-deportiva.

En el trabajo desarrollado en la universidad autónoma de Manizales, se evidencia que los hombres practican en mayor medida actividades físico-deportivas, es decir el 67,4% de los hombres son practicantes, frente al 66,6% de mujeres que no lo son. De hecho, Garita, E. (2006), afirma que al llegar la adolescencia disminuye la actividad física en ambos sexos pero principalmente en la mujeres. Lo anterior coincide con otras investigaciones de García Ferrando (2005) y Moreno et al. (2003), en Pavón Flores, A, I., Moreno Murcia, J, A., (2008) donde se encontró que la mayoría de los hombres son practicantes de alguna actividad física; en cambio, las mujeres son las que menos practican en la actualidad, sin embargo es del agrado tanto para los hombres (97%) como para las mujeres (89,3%), cifras que inquietan hacia los motivos reales de gustarles las actividades físico-deportivas y no realizarlas, principalmente en el caso del género femenino.

Los trabajos realizados en España citados por Pavón Flores, A, I., Moreno Murcia, J, A., (2006), muestran que la proporción de practicantes de actividades físico deportivas involuciona con la edad hasta llegar un momento en el que la disminución de practicantes es elevada, coincidiendo en edades entre 18 a 25 años. En otras palabras, el inicio de la vida universitaria, con el consiguiente aumento en la exigencia y dedicación de este nivel educativo hacen que los estudiantes abandonen sus prácticas o en definitiva no se sientan motivados a realizarlas.

En este estudio en la operacionalización de variables y en beneficio del análisis bivariado de los datos se recodificó la variable edad en dos categorías de edades: entre los 17 a los 30 años y de los 31 a los 44 años, mostrando que el 52,3% de los estudiantes de los 17 a los 30 años practican alguna actividad físico-deportiva, al igual que el 70,6% de los estudiantes que se ubican en el rango de edad de los 31 a los 44 años; esto coincide con un porcentaje alto de jóvenes que no realizan actividades físico-deportivas en el momento; pero difiere de adultos que en su mayor porcentaje realizan actividades físico deportivas.

Siguiendo los trabajos desarrollados sobre esta variable, se destacan aquellas investigaciones que afirman que a medida que aumenta la edad se realiza menos actividad física, García Ferrando, (1984-1990); Hellín, (2003); López y González, (2001); Piéron y cols., (1999); Progres-joven, (1999); Ruiz y García, (2002); Sánchez-Barrera y cols., (1995); Sanz y cols., (2003), de igual forma, estudios epidemiológicos en Estados Unidos y en Canadá indican que con el aumento en la edad, el comportamiento hacia el ejercicio tiende a disminuir, especialmente en los años de la adolescencia, Nigg, (2003) en Garita, E., (2006). Por el contrario, en este estudio se encontró como, mientras la mayoría de los menores de 30 años se declaran no practicantes, en mayor proporción son practicantes los mayores de 31 años, siendo similar los resultados encontrados en Pavón Flores, A, I., Moreno Murcia, J, A (2006).

Siguiendo los resultados del estudio de Pavón, A., y Moreno, J. A. (2006), tras el análisis e interpretación de los resultados se muestra que a medida que aumenta la edad aumenta la práctica de actividades físico-deportivas, principalmente las de carácter individual como lo son la natación, el gimnasio, deportes al aire libre y en un caso muy marcado para la población masculina el fútbol como deporte de conjunto; manifestando poco interés por las actividades e instalaciones proporcionadas por su Universidad. No se encuentran resultados significativos, atendiendo a la edad, en el estudio de los motivos de práctica físico-deportiva de los universitarios encuestados.

Concretamente, según los datos del Progres-joven (1999), los varones adolescentes realizan más actividad física que las mujeres, sobre todo en las frecuencias altas de práctica. Para Sánchez-Barrera y cols. (1995), los hombres en general, puntúan en edades tempranas más alto que las mujeres y, a medida que la edad va en aumento, las diferencias van desapareciendo, confirmando los datos obtenidos por Abadía (1995).

Al analizar si los estudiantes de la universidad Autónoma de Manizales tienen algún título deportivo se encontró como el 71.9% no han practicado el deporte con fines competitivos, teniendo como objetivo más claro la práctica físico- deportiva por la salud y la recreación. Los resultados de la presente investigación, muestran que no se está lejos de la realidad de las universidades de Colombia, ya que diferentes investigaciones muestran que el 75.3% de los jóvenes no han tenido un momento deportivo de competencia. Varela, M, T., Duarte, C., Salazar, IC., Lema, LF., Tamayo, J, A., (2011).

Sobre las características de la practica físico deportivo, se pudo evidenciar al preguntarle a los estudiantes sobre la forma en que realizaban la practica físico deportiva, que en mayor porcentaje practicaban por su cuenta solos, seguido de practicaban por su cuenta con amigos y como actividad dirigida en un gimnasio, y en menor porcentaje como actividad dirigida en la universidad. De igual manera el estudio realizado por Pavón Flores, Al., Moreno Murcia, J, A., (2006), muestra similitudes con el presente trabajo investigativo ya que un 58,7% prefieren practicar por su cuenta con los amigos, un 33,6% por su cuenta en solitario y un 27,6% como actividad dirigida en un gimnasio; mostrando así la tendencia que los jóvenes universitarios prefieren realizar prácticas físico-deportivas por su cuenta o con los amigos.

Así mismo, las instalaciones más utilizada por los estudiantes universitarios de este estudio son lugares públicos: parques, calles, canchas, seguido por un clubes o gimnasios privado, de una liga o club deportivo, en la propia casa y en menor frecuencia la universidad. Esto muestra una tendencia que los jóvenes universitarios utilizan en menor proporción las instalaciones de la universidad prefiriendo utilizar otros espacios para la realización de actividades físico-deportivas.

Los estudiantes universitarios utilizan en mayor medida las instalaciones al aire libre

y en menor medida las instalaciones cubiertas , teniendo en cuenta que al aire libre practican deportes tradicionales de conjunto como el futbol y el baloncesto y no nuevas tendencias de entrenamiento como el senderismo, montañismo y excursionismo como lo expresaron Moreno, JA., Martínez, C., Alonso, N. (2006).

Los estudiantes utilizan días alternos para su entrenamiento principalmente los lunes, miércoles y sábados, en acuerdo con lo revelado Pavón Flores, A, I , (2004) quien expresa que los universitarios elegían los lunes, miércoles y viernes.

El momento de mayor práctica es la mañana con un 33.3%, seguido por la tarde en un 22.6% y en la noche con un 15.7%. Cuando se les preguntó a los estudiantes universitarios sobre su auto denominación sobre el nivel de práctica, ellos consideraban en un 42.4% como avanzados, un 38.8% como principiantes y un 4.7% como expertos. Datos similares a lo referido por Pavón Flores, A, I., Moreno Murcia, J, A., (2006), Gutiérrez y cols. (1999) y Pavón y cols. (2003), donde la mayoría de los universitarios encuestados se consideran avanzados, seguidos de los principiantes y, por último, de los alumnos expertos.

Al preguntar a los estudiantes como realizan su práctica físico-deportiva se encontró que lo realizan principalmente por su cuenta solos y por su cuenta con amigos, y en lugares públicos; siendo las instalaciones de la universidad las menos utilizadas por los estudiantes, es de aclarar que uno de los motivos que refieren los estudiantes para no hacer uso de las instalaciones universitarias es que son obsoletas, no les hacen mantenimiento y esto puede ocasionar fácilmente una lesión en ellos.

López Medrano, O., Chacón López, M. (2009) citan a Moreno, Cervelló y González (2007), para definir la motivación como un elemento clave para lograr el compromiso, el disfrute y la adherencia al deporte y al ejercicio físico. Pavón Flores, A, I., Moreno Murcia, J, A., (2006) refieren a autores como París (1996), quienes declaran que el deporte practicado no está en función de las instalaciones deportivas, mientras que

otros autores como Añó (1995) y Cañellas y Rovira (1995), afirman que los factores infraestructurales influyen en la práctica, pero no provocan el abandono ni impiden su realización, ya que no se puede obviar que un porcentaje todavía elevado de alumnos hace deporte fuera del marco universitario; esta idea es contraria a otros estudios que citan con frecuencia que la falta, insuficiencia o inadecuación de las instalaciones como el motivo principal para dejar de hacer deporte. Weinberg y Gould, (1996); Llopis y Llopis, (1999).

Esta última idea se transfiere y está en total acuerdo sobre uno de los motivos por los que los estudiantes de la Universidad Autónoma de Manizales, no practican ejercicio físico dentro de las instalaciones de la universidad y bajo la dirección y orientación de la misma, pues los resultados reflejan estar desmotivados por la calidad de sus instalaciones y por la oferta deportiva, justificando que no llenan sus intereses y necesidades.

Tal situación se aclara en los resultados, debido a que el 27.8% de los estudiantes encuestados se sentían motivados por la universidad Autónoma de Manizales para la práctica de actividades físico-deportivas, mientras que los estudiantes desmotivados alcanzaban valores del 71.9%, dicha desmotivación se refleja en un 82.4% en el cual los estudiantes dicen que no han generado ningún cambio en su práctica, justificando que esto es debido a la falta de oferta deportiva de la universidad, falta de tiempo y porque están cómodos con el deporte que practican en el momento y no ven necesario un cambio de actividad; frente a un menor porcentaje de 13.8% que si han realizado algún cambio.

Al preguntar sobre las instalaciones deportivas de la universidad el 67.8% de los estudiantes las consideran insuficientes, frente a un 13.5% que las consideran suficientes; paralelamente el 55.1% de los encuestados piensan que las instalaciones no son de calidad justificando su respuesta en el mal estado de las instalaciones, poca calidad en los equipos, infraestructuras antiguas y la falta de mantenimiento;

destacándose principalmente el gimnasio; el 36.9% consideran que las instalaciones si son de calidad. De igual manera, al 54.8% les parece importante la mejora de todas las instalaciones deportivas de la universidad, el 40,8 % restante considera que se debe de mejorar las instalaciones cubiertas (22.0%), al aire libre (19.0%) y construir piscinas cubiertas (13.8%).

Entre los estudiantes encuestados no creen que la oferta deportiva de la universidad Autónoma de Manizales sea de interés para ellos y no satisface sus necesidades (80.4%), frente al 17.1 % que llenan sus necesidades con la oferta deportiva. Sin embargo, el 86.2% de los estudiantes centraron su motivación en conseguir créditos para su carrera, contra un 13.2% que no les interesa. Cabe decir que motivaciones intrínsecas y extrínsecas, ó los recursos individuales o del contexto pueden constituir un facilitador o un obstáculo para llevar a cabo una práctica, pero no son estrictamente un determinante. Varela, MT., Duarte, C., Salazar, IC., Lema, LF., Tamayo, JA., (2011).

Relacionando los resultados anteriores, cabe decir, que la facultad de salud a pesar de su enfoque hacia la promoción de salud y prevención de la enfermedad, es la facultad donde los estudiantes realizan menor práctica físico-deportiva actual; destacándose por sus niveles altos de práctica los estudiantes de la facultad de ingeniería, seguido por la facultad de estudios sociales y empresariales, y con menor porcentaje pero en la misma línea, las tecnologías.

Al interrogar a los estudiantes sobre su gusto por el deporte, la facultad de salud fue quien tuvo más estudiantes a quienes no les gusta el deporte; sin embargo la diferencia no es muy marcada a comparación de las otras facultades; al preguntarles sobre si tienen algún título deportivo sobresale el 33,6% de los estudiantes de la facultad de ingeniería, frente a las otras facultades que obtuvieron porcentajes más bajos.

Por otra parte, al especificar el tipo de práctica que realizan en relación a la edad, es necesario destacar que sólo un pequeño porcentaje de los estudiantes en ambos

rangos de edad realizan sus prácticas como actividades dirigidas en la universidad y se decanta por la utilización de las instalaciones deportivas de la misma para la práctica, siendo los de 31 a los 44 años quienes menos utilizan esta opción, prefiriendo realizar actividades físico-deportivas por su cuenta solos y con los amigos en otro tipo de instalación, optando principalmente por las instalaciones al aire libre. Quizás, como indica Miquel (1998), una posible interpretación de este resultado vendría dado por la gran importancia del respaldo social en la adopción y mantenimiento de hábitos de ejercicio, siendo la institución educativa una de las principales influencias para los hábitos de vida saludables en la edad adulta, tales resultados son similares a aquellos arrojados en el estudio de Pavón Flores, A. I., Moreno Murcia, J. A. (2006).

La percepción de los estudiantes de los 17 a los 30 años acerca de su nivel en la realización de la práctica físico-deportiva lo considera el 38,7% como principiante, el 43% como avanzado y el 10,5% como experto. Los universitarios de los 31 a los 44 años consideran el nivel de su práctica así: el 41,7% como principiante, el 35,3% como avanzado y ninguna persona se considera experta.

Los estudiantes encuestados justifican su motivación por conseguir créditos realizando prácticas físico-deportivas en el interés por hacer deporte (49,6%) y para la formación personal (26,4%). Otros motivos son aumentar la participación, la motivación, por ahorrar tiempo, por salud, para promover el ejercicio físico. El 13,2% de los encuestados que no les interesa conseguir créditos se justifican en que no vale para la carrera que estudian (7,4%) y no les gusta hacer deporte (2,2%), otros motivos son por la falta de tiempo y por que los créditos se deben aprobar por estudio y no por realizar ejercicio físico. Los estudiantes expresan que les gustaría en mayor porcentaje que la universidad promocionara más el deporte de rendimiento (competencia) y el deporte para todos (salud) en un 72,7%.

Los créditos de interés para los estudiantes se podrían obtener en diversas actividades, si se atendiera la calidad de las instalaciones y la oferta deportiva; justificando este resultado en un aspecto importante que hay que señalar es el bajo porcentaje de universitarios que desean practicar actividades físico-deportivas en ofertas de la propia universidad, quizás debido a la falta de instalaciones o la poca satisfacción de los usuarios con la calidad de las mismas; Pavón, (2004).

Tanto para hombres como para mujeres y en sus facultades pertenecientes, es de interés que la universidad les oferte créditos por la realización de actividades físico-deportivas; aclarando que a los estudiantes les gustaría que promocionaran tanto el deporte para la salud, como el de la competencia, pero reconociendo la importancia que le dan principalmente a la práctica físico-deportiva para mejorar la salud. Atendiendo a estos resultados, para proponer una solución a la inquietud de los estudiantes, se puede tener como guía el modelo para la promoción de la salud con énfasis en actividad física para los estudiantes universitarios, realizado por Prieto Rodríguez, A. (2003), quien plantea un modelo que actúe en la academia y la cultura universitaria, donde dicha comunidad construye y recrea permanentemente valores, actitudes y creencias que le otorgan un sentido particular al cuidado físico y la salud misma.

Siguiendo esta línea se establece unas categorías: la participación y construcción de capacidad comunitaria, a partir de la integración de la comunidad estudiantil como el actor fundamental en la generación de las acciones, por medio de la identificación de sus activos, de la configuración de sistemas epidemiológicos de naturaleza comunitaria y de la conformación de alianzas estudiantiles-institucionales dirigidas al desarrollo de prácticas y entornos saludables; la reorientación de servicios, dirigida a la movilización de recursos y acciones institucionales hacia la prevención de riesgos y la promoción en salud, en este caso desde una óptica de afianzamiento del cuidado corporal y la comunicación / educación, dirigida a afianzar y forjar actitudes hacia el cuidado corporal y la salud, al igual que elevar el nivel de conocimiento y motivación en el desarrollo y

participación en proyectos de actividad física; éstas, en busca de generar condiciones de certeza para el estudiante que ingresa, en términos de una oportunidad de vida saludable, mayor a la que las condiciones adversas del contexto le ofrecen.

Se trabaja en un eje por el fomento del uso del tiempo libre, el cuidado corporal y la autoestima, a través de la generación de espacios, condiciones y mecanismos que permitan el acceso a la práctica de actividad física, enfocada a la capacidad física, expresiva y de auto reconocimiento; igualmente, consideraron necesario incorporar sistemas de apoyo en la conformación de flujos de prácticas saludables de actividad física y deporte en todas las instancias del mismo, de tal forma que sean cubiertos los estudiantes sedentarios, que practican deporte recreativo, y de competencia; otro eje propuesto, consiste en el apoyo y la transformación político normativa, en éste se pretende el desarrollo de un sistema organizativo que haga posible el modelo en términos de viabilidad de articulación de instancias tanto estudiantiles como institucionales, dirigidas a desarrollar una política de promoción de la salud y actividad física; en este último eje es donde se podría tener en cuenta la práctica de actividades físico-deportivas en el tiempo libre, para obtener créditos educativos; esto en concordancia con el tercer eje que consiste en la reorientación académica hacia la formación integral, en la que se incluya dentro de los programas, espacios curriculares dirigidos a la actividad física, la lúdica y el reconocimiento corporal.

La anterior propuesta con el fin de atender las necesidades de los estudiantes en cuanto a la salud y la práctica físico-deportiva, además de seguirlos o empezarlos a incorporar a actividades que favorezcan su calidad de vida, y los aleje de factores de riesgo para otras enfermedades o problemas sociales como el sedentarismo y las enfermedades crónicas no transmisibles que se derivan de él; la drogadicción, el alcoholismo, entre otras.

Por lo tanto, Si se desea un incremento en el nivel de motivación de estudiantes

universitarios para la práctica, se debe dar prioridad a las habilidades y capacidades personales básicas, en la diversión y aventura, en las relaciones grupales y en la forma física e imagen personal; no tanto en la popularidad, la recompensa externa y la competición, Garita, E., (2006); aunque cabe decir que los créditos ofertados serían una recompensa externa; sin embargo el fin sería lograr una mayor participación de jóvenes en actividades físicas y deportivas y se disminuyan así el porcentaje de abandono de las mismas; López Medrano, O., Chacón López, M, (2009).

Se hace un llamado teniendo en cuenta el punto de vista de Puig y Heinemann (1991; 1992), donde indican que es necesario que se vayan incorporando nuevas prácticas y nuevas concepciones como complemento y alternativa al deporte colectivo tradicional, teniendo en cuenta el incremento de las ofertas de actividades físico-deportivas que se ha producido en los últimos años y que, según afirma García Ferrando (2001), probablemente continuará en el futuro, siendo muy importante adaptar esa oferta a las características y necesidades de los demandantes, aspectos que han de tener muy en cuenta los responsables de la oferta. La demanda universitaria es plural y diversificada, como afirman García Ferrando (1990) y Montiel y Sánchez (1995), y es fundamental aumentar y adaptar la oferta deportiva tradicional en la Universidad, lo anterior citados por Gómez López, M., Ruiz J, F., García Montes, M, E., Granero Gallegos, A., Piéron, M., (2009)

Los anteriores resultados, confirman el enunciado de Gómez, M, Ruiz, F. y García. M.E. (2010), La demanda universitaria es plural y diversificada, como afirman García Ferrando (1990) y Montiel y Sánchez (1995), y es fundamental aumentar y adaptar la oferta deportiva tradicional en la Universidad, además la oferta debe de ser plural y diversificada con fines de la salud, la competencia y la recreación. Esto hace necesario que la Universidad atienda las inquietudes, mediante una amplia y variada oferta físico-deportiva llegue a todo el estudiantado; Lizalde, (1993), Salvador, (1994).

Del total de la muestra participante en el estudio el 49,6% manifiestan estar actualmente practicando algún tipo de práctica físico-deportiva y plantean los motivos por los cuales la realizan, la han realizado y no la realizan actualmente, los datos encontrados en este estudio son muy similares a resultados expuestos por Varela, M, T., Duarte, C., Salazar, I, C., Lema, L, F., Tamayo, J, A., (2011), Moreno, J. A., Martínez, C., Alonso, N. (2006), García Ferrando (1998, 2001, 2005), Gómez López, M., Ruiz J, F., García Montes, M, E., Granero Gallegos, A., Piéron, M., (2009), López Medrano, O., Chacón López, M. (2009), Granda Vera, J., Montilla Medina, M., Barbero Álvarez, J, C., Mingorance Estrada, Á., Aleman y Arrebola, I., (2010), Sampol Pere, P., Ponseti Verdaguer, X., Gili Planas, M., Borrás Rotger, P, A., Vidal Conti, J,(2005), quienes aluden la principal motivación para realizar prácticas físico-deportivas asociadas a un mayor interés intrínseco; Deci y Ryan, (2000, 2002), ya que mediante ellas se pretende el desarrollo y enriquecimiento personal, así como las satisfacciones inherentes a la propia actividad como el deseo y la diversión, siendo esta última un concepto clave, tanto en la orientación a la tarea como en la percepción de un clima motivacional orientado a la misma; Cervelló, Escartí y Balagué, (1999), Cecchini *et al.*, (2004), fomentando así la adherencia e implicación de los sujetos en la práctica físico-deportiva.

La motivación intrínseca tiene un papel determinante y predominante en lo que se refiere a la adquisición y mantenimiento de un estilo de vida activo; Girela, (2004); Matsumoto y Takenaka, (2004); Torres, Carrasco Medina, (2000), por tales motivos los autores plantean motivos como: por salud, por evasión, por el hecho de estar en forma, y por diversión; siendo estos los motivos que debería de atender las propuestas deportivas de la Universidad. Una situación similar se plantea para el caso de quienes no realizan actividad física y aluden que la principal razón para no hacerlo es la falta de tiempo libre por los estudios o el trabajo, pereza, poca calidad en las instalaciones deportivas, aburrimiento y el miedo a lesionarse.

En el caso de nuestros universitarios se sumaría horarios incompatibles con las

ocupaciones y poco interés en la oferta deportiva. Siendo conscientes los universitarios, de la importancia que tiene el ejercicio en la salud, manifestando el gusto por la práctica físico-deportiva, y su necesidad de estar en forma, el análisis de esta situación parece ser importante porque según Hernán *et al.* la disminución de la práctica podría estar relacionado con una cultura juvenil Sedentaria, en la que los jóvenes poco se cuidan a pesar de privilegiar el cuerpo y centrarse en él.

Pavón, Moreno, Gutiérrez, y Sicilia (2003) citados por Pavón, A., y Moreno, J. A. (2008), reflejaron las diferencias motivacionales existentes entre los universitarios de Murcia, Valencia y Almería. Así, para los practicantes las motivaciones se centraban en la competición, la capacidad personal y la aventura, siendo los no practicantes los más interesados por la salud. Por género, encontramos que mientras los varones valoraban más los aspectos vinculados a la competición, el hedonismo y las relaciones sociales, la capacidad personal y la aventura, las mujeres practicaban por motivos relacionados con la forma física, la imagen personal y la salud.

Así, a partir de estos datos, esta investigación, intenta clarificar cuáles eran las diferencias motivacionales por género encontrando que para el 29,9% de mujeres, y el 72,9% de los hombres practicantes de alguna actividad físico-deportiva los principales motivos eran: Porque es bueno para la salud, se consideran capacitados para el deporte; les gusta estar en forma y lo realizan por diversión y pasar el tiempo, para el 16,8% de las mujeres y el 4,8% de los hombres que declararon no haber realizado alguna práctica físico-deportiva en su tiempo libre a lo largo de la vida, sus principales razones fueron el cansancio por otras actividades que realizan como el estudio o el trabajo, la pereza y desgana, no disponer de tiempo libre y manifiestan que los programas que ofertan en la universidad son incompatibles con las ocupaciones. Siguiendo esta línea, para el 53,3% de mujeres y el 22,3% de los hombres que aseguran haber realizado alguna práctica físico-deportiva en su tiempo libre y ya no realizarla, lo atribuyen a motivos como: a la falta de tiempo libre, los horarios de los programas que ofertan son incompatibles con sus ocupaciones; por la falta de instalaciones; las

instalaciones les quedan lejos; les dejo de interesar. Estos motivos son similares a los relacionados con la edad, sin embargo los estudiantes en el rango de los 31 a los 44 años le dan mayor relevancia a el motivo de salud, a estar en forma, por diversión y pasar el tiempo y porque se sienten capacitados para el deporte; y aunque estos motivos también son razones de los estudiantes de los 17 a los 30 años están marcados en menor proporción.

En cuanto a las facultades para aquellos que realizan actividad físico-deportiva en el momento se encuentra con una relevancia significativa la facultad de ingeniería, la facultad de estudios sociales y empresariales y las tecnologías siendo sus principales motivos sentirse capacitados para el deporte, el gusto por competir primordialmente para la facultad de ingeniería teniendo en cuenta que es la facultad que cuenta con mayor número de estudiantes masculinos, por diversión y pasar el tiempo, porque les gusta estar en forma, por la salud, y por mejorar la imagen y aspecto físico. El mayor número de estudiantes de la facultad de salud realizaron ejercicio en algún momento de su vida y ya no lo realizan esto generado por las siguientes razones: la falta de tiempo libre, los horarios de los programas que ofertan son incompatibles con las ocupaciones de los estudiantes, y por falta de apoyo y estímulo.

Estos motivos en esta investigación son similares y existe poca diferencia entre géneros acerca de los motivos que los llevan a la realización y no realización de las actividades físico-deportivas, sin embargo es claro que los hombres son los principales participantes actuales de estas actividades y las mujeres en su mayor porcentaje lo hicieron pero dejaron de practicar en el momento que ingresaron a la universidad. Estos resultados difieren de las investigaciones de Pavón Flores, Al, (2003, 2004, 2006, 2008), Sampol Pere, P., Ponseti Verdaguer, X., Gili Planas, M., Borrás Rotger, P, A., Vidal Conti, J, (2005), Garita, E. (2006), Gómez López, M., Ruiz J, F., García Montes, M, E., Granero Gallegos, A., Piéron, M., (2009), Prieto Rodriguez, A. (2003), López Medrano, O., Chacón López, M. (2009), Ramos Bermúdez, S. (2008) y Castillo Viera, E., Sáenz-López Buñuel P., (2007), quienes coinciden que el género marca diferencias

en la práctica y no practica de actividades físico- deportivas.

Es así, como los principales motivos para la práctica físico-deportiva en las mujeres son el hecho de estar en forma, y se inclinan por los aspectos de salud, también las mueve tener metas de control de peso y mejorar su apariencia; Rosich, (2005) y han demostrado estar orientadas a lo social, lo que sugiere que dan mayor importancia a la relación de pares y un fuerte énfasis social; Isogai y cols., (2003), a la amistad, la diversión, el trabajo en equipo y a la condición física; Gould y cols., (1985); Weinberg y cols., (2000), mientras que los hombres optan por la competición y los amigos, motivos lúdicos y de ocio, ellos le dan mayor importancia a la orientación al logro, al estatus; Gould y cols., (1985), a la competición; Rosich, (2005); Weinberg y cols., (2000), a la liberación de energía; Weinberg y cols., (2000) y tienen metas más orientadas al ego; Longhurst y Spink, (1987).

La no realización de actividades físico- deportivas a lo largo de la vida del estudiante o el abandono son similares en ambos géneros y coinciden con esta investigación; los universitarios están motivados a no realizar actividades de esta índole principalmente por los estudios y el aburrimiento, y como un factor principal la falta de tiempo libre, tener otras preferencias para la utilización del tiempo libre es otra razón, según Weinberg y Gould (1996) y Llopis y Llopis (1999), citan que la falta, insuficiencia o inadecuación de las instalaciones como el motivo principal para dejar de hacer deporte.

Cuando no realizan actividades físico-deportivas es de interés señalar que el mayor porcentaje en ambos rangos de edad están marcados por la edad, por el cansancio y solo para quienes están entre los 17 a los 30 años influye la pereza y desgana, al igual que la falta de tiempo libre, otro motivo que se suma cuando han dejado de realizar prácticas físico-deportivas es que los programas que ofertan son incompatibles con las ocupaciones, y finalmente la falta de instalaciones es un motivo de solo quienes tienen entre 17 y 30 años de edad.

7. CONCLUSIONES

- Hubo mayor participación el género femenino con un 54.3%, mientras el género masculino tuvo una participación de 45.7%. La edad de los participantes en el estudio mostró en mayor porcentaje oscilaba entre los 17 a los 21 años de edad en un 67.2%, seguido por estudiantes de los 22 a los 27 años de edad en un 23.7 %. El rango de edad de menor participación fue el los 40 a los 44 años en un 1.1%. La media de la edad fue de 21, 53 años +/- 4,471 años
- Los estudiantes de la universidad Autónoma de Manizales manifiestan gustarles el deporte y sus niveles de satisfacción cuando realiza actividades físico-deportivas vienen dados principalmente por motivos de salud, el placer por el hecho de practicar y por el sentimiento de equipo y estar con los amigos. sumándole a los hombres el motivo competitivo al optar por jugar mejor que en las prácticas anteriores.
- Aunque los estudiantes asocian el concepto de deporte y ejercicio físico a la salud, a ponerse en forma y poner a prueba las capacidades físicas; y teniendo la claridad de que son conscientes de los beneficios que tiene el realizar la práctica físico-deportiva sobre la salud; este concepto no es acorde a los hábitos físico-deportivos, debido a que es importante el numero de ellos, que en este momento no realizan ninguna práctica; sin embargo manifiestan que les gustaría que la universidad, tuviera más fuerza en la oferta deportiva tanto para la salud como para la competencia. Es decir, son relativamente pocos los universitarios responsables en el actuar con hábitos de vida saludables; convirtiéndose esta

falta de actividad en un problema de salud que será más notorio en edades más avanzadas.

- Los estudiantes consideran que el deporte y la educación física deben ocupar un lugar importante en el conjunto de aspectos que definen la vida de un país; este concepto se debe de entender y promover desde la promoción de la salud para mejorar los estilos de vida de una persona perteneciente a la nación desde lo material, social e ideológico.
- Teniendo en cuenta la percepción de los universitarios frente a la clase de educación física en su etapa escolar, se encontró que para los hombres hubo un sentimiento más positivo frente a esta clase, caracterizándola por ser fácil, motivantes y útiles.
- Los estudiantes de la universidad Autónoma de Manizales afirman que al ingresar a la universidad, se pasa por un periodo crítico en la realización de actividades físico- deportivas.
- En cuanto al aspecto comportamental, los estudiantes realizan sus prácticas físico-deportivas principalmente en lugares públicos y gimnasios privados, prefiriendo las instalaciones al aire libre, siendo los escenarios de la universidad los menos utilizados.
- En cuanto a la oferta deportiva de la universidad la mayoría de los estudiantes manifiestan no conocer las instalaciones deportivas, sugieren mayor promoción de la oferta deportiva de la universidad, consideran en su mayoría que las instalaciones de la universidad no son suficientes, ni de calidad, no son acordes a sus intereses, a sus tiempos libres y además piensan que falta mantenimiento de las instalaciones y materiales de trabajo.

- La principal motivación la aluden a la motivación intrínseca como el placer y la satisfacción que obtienen al realizar la práctica, por la diversión y pasar el tiempo y porque se consideran capacitados para el deporte. A nivel extrínseco existe el motivo por mejorar la imagen y aspecto físico, sumándole que a los universitarios les interesa obtener créditos por realizar prácticas físico-deportivas.
- Dentro de los motivos de participación en las practicas físico deportivas se encuentran la capacidad personal, las relaciones sociales, aventura, forma física e imagen personal, les gusta estar saludable y en forma, por superación, porque les gusta divertirse y ocupar su tiempo de ocio, entre otros.
- Los motivos de abandono y no participación de actividades físico deportivas relacionándolos con el género, edad y facultad son falta de tiempo libre, cansancio y desgana, instalaciones lejos, los horarios de los programas que ofertan son incompatibles con las ocupaciones, falta de oferta deportiva, falta de interés e instalaciones inadecuadas en la institución.
- Si se desea un incremento en el nivel de motivación de estudiantes universitarios para la práctica, se debe hacer hincapié en actividades deportivas de interés para los estudiantes, en la diversión y en las relaciones grupales, no tanto en la recompensa externa y la competición, incluyendo dentro de los créditos de estudio las actividades físico-deportivas practicadas con la regularidad que es pertinente para mejorar la salud, las relaciones sociales, ocupar adecuadamente el tiempo libre, disminuir el estrés y el riesgo a tener enfermedades físicas, mentales y problemas sociales asociados al sedentarismo; teniendo en cuenta que los estudiantes prefieren la realización de las actividades deportivas en su tiempo libre, por encima de las actividades sociales, culturales y personales.

- Finalmente, se concluye que cuanto mayor participación activa exista en edades más tempranas en las actividades físico- deportivas y teniendo en cuenta que los estudiantes ingresan a la universidad aun en la etapa de la adolescencia, hay una mayor posibilidad de continuar activos en edades avanzadas; en la sociedad actual, en específico, los adolescentes y adultos jóvenes no solo tienen menos condición física que los de pasadas generaciones, sino que también llevan estilos de vida más sedentarios e inactivos. Si este patrón de inactividad continúa hasta la edad adulta, se podrá estar en el futuro, en presencia de la generación con mayor riesgo de enfermedades crónicas y degenerativas.

8. RECOMENDACIONES

- Divulgar los resultados obtenidos en la investigación dentro de las comunidades estudiantiles universitarias, además de las instituciones de educación básica primaria y secundaria sería de suma importancia, ya que al diagnosticar las actitudes de los estudiantes desde lo comportamental, lo cognitivo y lo afectivo, además de tener en cuenta los intereses del estudiantado se les puede brindar ayuda oportuna para el óptimo desarrollo físico, emocional, intelectual y social, dándole la importancia adecuada a la clase de educación física dentro de la promoción de la salud desde edades más tempranas para ser un influenciador de hábitos de vida saludables.
- Desarrollar programas dentro de la universidad teniendo en cuenta los resultados obtenidos en esta investigación con el fin de promover estilos de vida saludables, por medio de la participación de los y las jóvenes en programas deportivos y recreativos con el fin de aumentar la práctica de actividades físicas y deportivas en su tiempo libre.
- Educar a nivel teórico- práctico a los estudiantes de la universidad acerca de la promoción de la salud, los beneficios de las actividades físico-deportivas con el fin de que comprendan la importancia de la práctica a lo largo de la vida y el impacto que tiene el sedentarismo en la salud.
- Presentar los resultados a las instancias directivas de la universidad y a los actores involucrados para dar a conocer la investigación a bienestar universitario, con el ánimo de mejorar la oferta deportiva y las instalaciones deportivas de la Universidad Autónoma de Manizales

- Gestionar actividades físico- deportivas regulares para disminuir factores de riesgo sociales y biológicos; además de mejorar el crecimiento intelectual del estudiante lo que llevaría a tener personas más receptivas al aprendizaje y por ende mejores profesionales para el futuro
- Maximizar la efectividad de los programas deportivos existentes dentro de la universidad, promover la participación en competiciones deportivas con programas nuevos de interés de los estudiantes y así promover el deporte para la competencia. Trabajar a nivel preventivo, teniendo en cuenta los motivos de abandono de la práctica físico-deportivo, con el fin de fortalecer la adherencia y permanencia en los programas que oferta la universidad.

BIBLIOGRAFIA

- Barrios, D. (2001). Motivación hacia la práctica del ejercicio en corredores cubanos. [http: www.efdeportes.com/Revista Digital](http://www.efdeportes.com/Revista%20Digital), Buenos Aires (6), 31. 6 nov 2004.
- Bibeau, G. D., Pedersen, D. y Fuentes, G. (1985). *Estilos de vida y sistemas de trabajo*. Santiago de Chile: Editorial Universitaria.
- Bagozzi, R., y Kimmel, S. (1995) A comparación of leading theories for the prediction of goal directed behaviours. *British Journal of social psychology*, 34 127-140
- Biddle, S. (1999). Motivation and Perceptions of Control: Tracing its development and plotting its future in exercise and sport psychology. *Journal of Sport and Exercise Psychology*, 21, 1- 23.
- Blasco, T., Capdevilla, Ll., Pintanel, M., Valiente, L. y Cruz, J. (1996). Evolución de los patrones de actividad física en estudiantes universitarios. *Revista de Psicología del deporte*, 9-10, 51-63.
- Calderón LA., Frideres, J.,Palao, J,M., (2009). Importancia y beneficios de la práctica de actividad física y deporte. Análisis del problema en los países occidentales. *Revista digital Efdeportes*. .Buenos Aires. Año 14. N° 139 [en línea]: [fecha de consulta: 23 Junio de 2012]. Disponible en: <http://www.efdeportes.com/efd139/beneficios-de-la-practica-de-actividad-fisica.htm>
- Cagigal, J.M. (1983), ((El cuerpo y el deporte en la sociedad moderna,) en *Papers. Revista de Sociologia*, n. 22, pág. 145- 1 56.

Camiña F, Cancela JM, Romo V. (2000) Pruebas para Evaluar la Condicion Fisica en Ancianos (Bateria de Condicion Fisica: Su Fiabilidad., Revista de Especialistas en Geriatria. Gerontol, págs. 31(1) 17-23.

Carretero, M, (2002). Psicología. Argentina: Aique Grupo Editor. Capítulo 6. Las actitudes y la motivación.

Castillo M. (2007). La Condición Física es un componente importante de la salud para los adultos de hoy y del mañana. Seleccin , 17:2-8.

Castillo Viera, E., Sáenz-López Buñuel P., (2007). Hábitos relacionados con la práctica de actividad física de las alumnas de la universidad de Huelva a través de historias de vida .Profesorado. Revista de currículum y formación del profesorado, 11, 2. [en línea] [fecha de consulta:24 Junio de 2012]. Disponible en: <http://www.ugr.es/local/recfpro/rev112ART7.pdf>

Casperson, CJ., Powell, KE y Christenson, GM. (1985). Physical Activity exercise and physical fitness: Defiition and distinction for health-related research. *Public Health Reports*. 100-2. 126-131

Deci, E. L. y Ryan, R. M. (1985). Intrinsic motivation and self-determination in human behavior. New York: Plenum.

Devis, J. y cols. (2000). Actividad física, deporte y salud. INDE: Barcelona.

Erdociaín, L., Solís D., Isa R, (2001). Hábitos Deportivos de la Población Argentina. Secretaría de Turismo y Deporte de la Nación

Fernández, D, A., y García Soidán, J, L., (2010) Motivación hacia la práctica físico deportiva de universitarios Gallegos. *Revista de Investigación en Educación*, nº 8, 2010, pp. 128-138. Disponible en <http://webs.uvigo.es/reined/>

Fernández Manzanal, R., Hueto Pérez de Heredia, A., Rodríguez Barreiro, L. y Marcén Albero, C.(2003). ¿Qué miden las escalas de actitudes? Análisis de un ejemplo para conocer la actitud hacia los residuos urbanos. *Ecosistemas* 2003/2 (URL: www.aeet.org/Ecosistemas/032/educativa1.htm).

Garita, E. (2006). Motivos de participación y satisfacción en la actividad física, el ejercicio físico y el deporte. *MHSalud: Movimiento Humano y Salud*, 1 (3).

García Ferrando, M. (1996). *Los hábitos deportivos de los estudiantes españoles*. Documento sin publicar. Madrid: MEC.

García Ferrando, M. (1991). *Los españoles y el deporte (1980-1990). Un análisis sociológico*. Madrid: C. S. D. y Ministerio de Educación y Ciencia.

Granda Vera, J., Montilla Medina, M., Barbero Álvarez, J, C., Mingorance Estrada, Á., Aleman y Arrebola, I., (2010). Frecuencia de práctica y motivos de participación/no participación en actividades físicas en función del género de escolares de 10-12 años de Melilla RICYDE. *Revista Internacional de Ciencias del Deporte* [en línea], VI (Octubre-Sin mes) : [fecha de consulta: 18 de marzo de 2012] Disponible en: <http://redalyc.uaemex.mx/src/inicio/ArtPdfRed.jsp?iCve=71015070004>> ISSN 1885-3137

Gómez López, M., Ruiz J, F., García Montes, M, E., Granero Gallegos, A., Piéron, M., (2009). Motivaciones aludidas por los universitarios que practican actividades físico-

deportivas Revista Latinoamericana de Psicología [en línea] 2009, 41 (Sin mes) :
[fecha de consulta: 18 de marzo de 2012] Disponible en:
<http://redalyc.uaemex.mx/src/inicio/ArtPdfRed.jsp?iCve=80511929009> ISSN 0120-0534

Gómez, M, Ruiz, F. & García. M.E. (2010). Actividades físico-deportivas que demandan los universitarios. Espiral. Cuadernos del Profesorado [en línea], 3(5), 3-10. Disponible en: <http://www.cepcuevasolula.es/espiral>.

Gonzalez, JJ, Gorostiaga, E .Fundamentos del Entrenamiento de la Fuerza: Aplicación al rendimiento deportivo. Barcelona. Inde. 1995.

Hellin 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. Salud [en línea] 2003, febrero fecha de consulta: 23 de Junio de 2012] Universidad de Murcia.pp15-20.Disponible en:
<http://www.tdx.cat/bitstream/handle/10803/10788/HellinGomez01de15.pdf?sequence=1>

Lewko, J. y Ewing, M. (1980): Sex differences and parental influentes in sport involvement of clllávtn, *Journal of Sport Psychology*, 2, 62-68.

López Medrano, O., Chacón López, M. (2009). Niveles de ejercicio físico, motivos para la práctica y no práctica de ejercicio físico y autopercepción de la salud en estudiantes de secundaria del cantón de la cruz, Guanacaste. [en línea] 2009,) : [fecha de consulta: 18 de marzo de 2012] Disponible en:http://www.una.ac.cr/maestria_salud/documents/NivelesdeEjercicioFisicoMotivosparalaPracticaynoPracticadeejerciciofisicoyAutopercepciondela.pdf

López Miñarro, P, Á. Salud y Actividad Física. Efectos Positivos y Contraindicaciones de la Actividad Física en la Salud y Calidad de Vida.

Maya S, L H (2001) Los Estilos de Vida Saludables: Componentes de la calidad de Vida. Servicio de la Fundación Colombiana de Tiempo Libre y Recreación. Fundación Latinoamericana de Tiempo Libre y Recreación - FUNLIBRE Costa Rica

Ministerio De Protección Social.(2005) Guía para el desarrollo de programas intersectoriales y comunitarios para la promoción de la Actividad Física.Programa Nacional de la Actividad Física. Colombia Activa y Saludable

Mendoza R, Blanco J, Martín de la Concha P, Morales E, Ruiz J, Reyes MR et al. (1988) Los escolares y la salud. Estudio de los hábitos de los escolares españoles en relación con la salud (1986). Madrid: Ministerio de Sanidad y Consumo.

Morales, P. 2000. Medición de actitudes en psicología y educación. Universidad Pontificia de Comillas/ICAI-ICADE, Madrid, España.

Moreno, J. A., Martínez, C., Alonso, N. (2006). Actitudes hacia la práctica físico-deportiva según el sexo del practicante. Revista Internacional de Ciencias del Deporte. 3 (2), 20-43. Disponible en: <http://www.cafyd.com/REVISTA/art2n3a06.pdf>

Morilla, M. (1994). El papel del entrenador en la motivación deportiva. El entrenador Español de Fútbol, 60, 26-31.

Navarro E, Barceló R, Tuesca R. (2004- 2005) Características del proceso salud enfermedad. En *Análisis de Situación de Salud. Departamento del Atlántico 2004-2005*. Gobernación del Atlántico. Barranquilla: Ediciones Uninorte, 2006, p. 83-242.

OMS : Organización Mundial de la Salud.(1995). Carta de Ottawa para la Promoción de la Salud.Primer Conferencia Internacional para la promoción de la Salud. Ottawa,

Canada

OMS: Organización Mundial de la Salud (2000). La salud de los Jóvenes: Un desafío para la Sociedad. Informe de Un grupo de estudio de la OMS acerca de los Jóvenes y la "Salud para todos en el año 2000" Serie: 731. ISBN: 92 4 320731 8

OMS : Organización Mundial de la Salud.(2006) Estrategia Mundial Sobre Alimentación Saludable, Actividad Física y Salud (DPAS), Plan de implementación en América Latina y Alto Caribe 2006- 2007.Organización Panamericana de la Salud. DPC/NUT/001-06 .Washington,D.C.

Ortega Sánchez-Pinilla R.(1992) Medicina del Ejercicio Físico y del Deporte para la Atención a la Salud. Madrid: Díaz de Santos,.

Palacios, N. y Serratosa, L. (2000). Beneficios de la Actividad Física. Aquichan 50-59. Universidad de Colombia. [fecha de consulta:25 Junio de 2012]. Disponible en: <http://www.educacion-fisica.org/beneficios-de-la-actividad-fisica/>

Paredes Arcila, C, A., Montoya Torres, A., Vélez Vásquez, A, F., Álvarez, J, F, (2009) Actitudes hacia la actividad física relacionada con la salud desde la perspectiva del proceso y del resultado en los usuarios de los gimnasios de Empresas Públicas de Medellín. Trabajo de Grado para optar por el título de Licenciados en Educación Física. Universidad de Antioquia.

Pavón Flores, A, I, (2004). Motivaciones e intereses de los universitarios murcianos hacia la práctica físico-deportiva. Tesis doctoral no publicada, Unidad de Investigación en Educación Física y Deportes. Boletín Informativo. N° 5. Universidad de Murcia. Disponible en: <http://www.um.es/univefd/Boletin5.pdf>

Pavón Flores, A, I., Moreno Murcia, J, A., (2006). Diferencias por edad en el análisis de la práctica físico-deportiva de los universitarios. Cuadernos de Psicología del Deporte, 6(1), 53-67.

Pavón Flores, A, I., Moreno Murcia, J, A., (2006). Opinión de los universitarios sobre la educación física y el deporte. Revista de Ciencias de la Actividad Física UCM, VIII(8), 25-34.

Pavón Flores, A, I., Moreno Murcia, J, A., (2008). Actitud de los universitarios ante la práctica físicodeportiva: Diferencias por géneros. Salud [en línea] 2008, (Mayo) : fecha de consulta: 18 de marzo de 2012] Revista de Psicología del Deporte. 2008. Vol. 17, núm. 1, pp. 7-23

Pavón Flores, A, I., Moreno Murcia, J, A., Gutiérrez, S, M., & Sicilia Camacho, Á., (2003). Interés y motivaciones de los universitarios: diferencias en función del nivel de práctica. Cuadernos de Psicología del Deporte, 3(1), 33-43.

Pérez, I. J., Delgado, M., Chillón, P., Martín, M. y Tercedor, P. (2005). El género como factor de variabilidad en las actitudes hacia la práctica de la actividad físico-deportiva. *Apunts de Educació Física y Deportes*, 82, 19-25.

Pérez Samaniego (2000). Actividad física, salud y actitudes. Valencia. Edetania

Pinto, N. (2004). Mujeres a caminar por nuestra Salud. Aquichan .Universidad de La Sabana. Chía, Colombia.

Polo Martínez, I., López Mercader, M, P. Estudio de las actitudes hacia la actividad física en los alumnos del Alto Jalón. I.E.S. ZAURÍN. ATECA.

Prieto Rodríguez, A. (2003). Modelo de promoción de la Salud, con énfasis en actividad física para una comunidad estudiantil Universitaria. *Rev. salud pública.* 5 (3):284-300.

Ramírez-Hoffmann H. (2002). Acondicionamiento físico y estilos de vida saludable. *Coloma Med*; 33(1): 3-5.

Ramos Bermúdez, S. (2008). Factores de estrés, causas del abandono y cualidades volitivas en deportistas infantiles. *Educación Física Y Deporte*, 26(1). Consultado el marzo 18, 2012, de <http://aprendeonline.udea.edu.co/revistas/index.php/educacionfisicaydeporte/article/view/236/166>

Relación profesor-alumno en la universidad: arista fundamental para el aprendizaje. (2010) *Calidad en la Educación* N° 32, (julio) 2010 p.p 78 a la 106. [en línea]: [fecha de consulta: 23 Junio de 2012] Disponible en: http://www.cned.cl/public/secciones/seccionpublicaciones/doc/67/cse_articulo901.pdf

Robles Rodríguez, J; Abad Robles, M. T. Giménez Fuentes-Guerra, F.J. (2009). Concepto, Características, Orientaciones y clasificaciones del Deporte actual. *Revista digital Efdeportes*. .Buenos Aires. Año 14. N° 138 [en línea] 2009,): [fecha de consulta: 07 Abril de 2012] Disponible en: <http://www.efdeportes.com/efd138/concepto-y-clasificaciones-del-deporte-actual.htm>

Sallis, JF (2000). Age-related decline in physical activity: a synthesis of human and animal studies. *Med Sci Sports Exerc* 2000,32 (9):1598-1600.

Sánchez, A.; García ,F.; Landabaso, V. y Nicolás, L. (1998). Participación en actividad física de una muestra universitaria a partir del modelo de las etapas de cambio en el ejercicio físico: un estudio piloto. *Revista de Psicología del Deporte*, 7,2,233-245.

Sampol Pere, P., Ponseti Verdaguer, X., Gili Planas, M., Borrás Rotger, P, A., Vidal Conti, J. (2005). Motivos para el inicio, mantenimiento y abandono de la práctica deportiva de los preadolescentes de la isla de Mallorca. *Ciencias Aplicadas a la Actividad física y Deportes*. Apunts Educación Física y Deportes. 3er Trimestre 2005. Pág.: 5-11.

Stahlberg, D. y Frey, D. 1993. Actitudes I. Estructura, medida y funciones. En *Introducción a la Psicología Social, una perspectiva europea*. (Hewstone, M., Stroebe, W., Codol, J. P. y Stephenson, G. M. Coords.). Ed. Ariel, Barcelona, España.

Tabernero, B. (1998). Motivos para practicar tenis en la iniciación deportiva. Ponencia presentada en memoria del II Congreso Internacional sobre la Enseñanza de la Educación física y el Deporte Escolar, Málaga, Instituto Andaluz del deporte, España.

UNESCO: Organización de las Naciones Unidas para la Educación, la Ciencia y la Cultura. (1998) *La Educación Superior en el Siglo XXI: Visión y Acción*. Informe Final Conferencia Mundial sobre la Educación Superior. Paris. UNESCO.

UNIVERSIA. (2007) ¿Cómo viven los universitarios hoy? Cifras reveladoras de estudio de la Santo Tomás. Noticia. Disponible en:

<http://noticias.universia.net.co/vida-Universitaria/noticia/2007/10/26/246366/viven-universitarios-hoy-cifras-reveladoras-estudio-santo-tomas.html> 26/10/2007.

Valdés, H. M. (1996). *La preparación psicológica del deportista. Mente y rendimiento humano*. (pp.54-57). España: INDE publicaciones.

Varela, M, T., Duarte, C., Salazar, I, C., Lema, L, F., Tamayo, J, A., (2011) Actividad física y sedentarismo en jóvenes universitarios de Colombia: prácticas, motivos y recursos para realizarla. . Revista digital Colombia Medica. .Colombia Vol. 42 N° 3, 2011 (Julio-Septiembre) [en línea]: [fecha de consulta: 23 Junio de 2012] Disponible en: <http://bibliotecadigital.univalle.edu.co:8000/bitstream/10893/2551/1/actividad.pdf>

Vidarte Claros, A., Quintero Patiño. C.A.(2006). Actitudes sobre la Actividad Física y el Deporte en la población Manizaleña Mayor de 10 años. Junio 2005 a Septiembre 2006.Bibliografía [en línea]: [fecha de consulta: 07 Abril de 2012] Disponible en: http://201.234.78.173:8081/cvlac/visualizador/generarCurriculoCv.do?cod_rh=0000176354

Weinberg, RS. y Gould, D. (1996). Fundamentos de psicología del deporte y el ejercicio físico. (pp 230-250). Barcelona, España: Editorial Ariel, S.A.

Williams, M. (2002). Nutrición para la Salud, la Condición Física y el Deporte. Editorial Paidotribo, Barcelona, España.

World Health Organization.(2002) World Health Report. Geneva: World Health Organization.

ANEXO 1
UNIVERSIDAD AUTÓNOMA DE MANIZALES
FACULTAD DE SALUD
GRUPO DE INVESTIGACION CUERPO MOVIMIENTO
FORMATO DE CONSENTIMIENTO INFORMADO PARA LA PARTICIPACIÓN EN
INVESTIGACIONES
ACTITUD DE LOS ESTUDIANTES DE LA UNIVERSIDAD AUTÓNOMA DE
MANIZALES FRENTE A LA PRÁCTICA FÍSICO-DEPORTIVA. 2012

Manizales, _____ Yo, _____

Una vez informado sobre los propósitos, objetivos, procedimientos de intervención y evaluación que se llevarán a cabo en esta investigación y los posibles riesgos que se puedan generar de ella, autorizo a _____, docente/estudiante de la Universidad Autónoma de Manizales, O auxiliar de la Investigación para la realizar el siguiente cuestionario::

- Cuestionario de motivaciones e intereses hacia las actividades físico- deportivas (MIAFD)

Mi participación en esta investigación es completamente libre y voluntaria, estoy en libertad de retirarme de ella en cualquier momento.No recibiré beneficio personal de ninguna clase por la participación en este proyecto de investigación. Sin embargo, se espera que los resultados obtenidos permitan mejorar los procesos de evaluación de procesos de promoción de la salud.

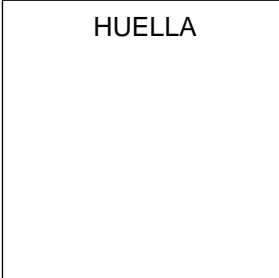
Toda la información obtenida y los resultados de la investigación serán tratados confidencialmente. Esta información será archivada en papel y medio electrónico. El archivo del estudio se guardará en la Universidad Autónoma de Manizales bajo la responsabilidad de los investigadores.

Puesto que toda la información en este proyecto de investigación es llevada al anonimato, los resultados personales no pueden estar disponibles para terceras personas como empleadores, organizaciones gubernamentales, compañías de seguros u otras instituciones educativas. Esto también se aplica a mi cónyuge, a otros miembros de mi familia y a mis médicos.

Hago constar que el presente documento ha sido leído y entendido por mí en su integridad de manera libre y espontánea.

Firma _____

HUELLA



ANEXO 2

GUIA PARA LA APLICACIÓN DEL CUESTIONARIO M.I.A.F.D

1. Presentarse oportunamente al estudiante seleccionado para la investigación.
2. Asegurar que la locación sea adecuada para la aplicación del cuestionario: Espacio silencioso, con mesa y silla para diligenciar cómodamente el formato.
3. Explicar los propósitos del cuestionario M.I.A.F.D, Y los requisitos que debe de tener el estudiante participante en la investigación para el diligenciamiento del cuestionario: no aceptar ayuda de terceras personas, si se está con más personas deben de estar separadas o en silencio para realizarlo; evitar distracciones como el uso del celular o internet
4. Distribuir el cuestionario
5. Explicar cómo se debe de responder las preguntas del cuestionario; aclarando que está conformado por 2 partes: la primera son preguntas cerradas y abiertas acerca de la practica físico-deportiva y la percepción que tienen sobre el manejo que le da la Universidad Autónoma de Manizales a este tipo de práctica; y la segunda parte conformada por 3 puntos principales de los cuales debe de elegir uno según la situación personal:
 - Para quienes realizan prácticas físico- Deportivas en el momento
 - Para quienes realizaban prácticas físico- Deportivas y ya no las realizan
 - Para quienes nunca han participado de prácticas Físico-Deportivas
6. Preguntar al estudiante participante si está claro cómo deben diligenciar el cuestionario M.I.A.F.D

7. Supervisar
8. Recoger el cuestionario y dar las gracias al estudiante participante

ANEXO 3

INTERESES HACIA LAS ACTIVIDADES FISICO- DEPORTIVAS

M.I.A.F.D

El grupo de Investigación: Comunidad :Cuerpo Movimiento con la clasificación Colciencias A1 de la Universidad Autónoma de Manizales, viene desarrollando el presente estudio que tiene como objetivo "El análisis de los motivos de practica fisico-deportiva", con la intención de describir cual es la situación actual de los Universitarios de Manizales en el año 2012 frente a dichas actividades.

A través de este cuestionario pretendemos obtener resultados que sea importante para un mayor conocimiento de las actividades Fisico-Deportivas, para ello le pedimos que colabore con nosotros facilitando los datos que le solicitamos.

MUCHAS GRACIAS POR SU COLABORACIÓN

CUESTIONARIO DE MOTIVACIONES E INTERESES HACIA LAS ACTIVIDADES FISICO-DEPORTIVAS
M.I.A.F.D

FECHA: _____

NOMBRE COMPLETO			
PROGRAMA QUE ESTUDIA		SEMESTRE	
EDAD		GENERO	F ____ M ____

1. Le gusta el Deporte?
SI ____ NO ____

2. Tiene algún título Deportivo?
SI ____ NO ____

3. *Practica alguna actividad física o Deporte?
SI ____ NO ____ CUAL? _____

Ha practicado, así ya no lo haga, alguna actividad físico-deportiva? (Si elige esta opción salte a la pregunta N° 14) ↓
SI ____ NO ____

Para contestar las siguientes preguntas tiene que tener como referencia la actividad físico-deportiva señalada anteriormente.

4. Mientras practica actividades Físico-Deportivas, el momento de mayor satisfacción viene dado por: (Multirespuesta)

- Jugar mejor que en prácticas anteriores
- Mostrar que soy mejor que otros de mi edad o mi equipo
- Por motivos de salud
- Placer por el hecho de practicar
- Por trabajar duro en la práctica
- Por la Tensión de la competición
- Por el Sentimiento de equipo y estar con mis amigos
- Por el apoyo y estímulo de mis padres

5. Cómo practica? (Multirespuesta)

- Por mi cuenta solo
- Por mi cuenta con amigos
- Como actividad dirigida en la Universidad
- Como actividad dirigida en un Club o Liga Deportiva
- Como actividad dirigida en un gimnasio

6. Que instalaciones utiliza? (Multirespuesta)

- De la Universidad
- De un club o gimnasio privado
- De una liga o Club deportivo
- Lugar público (Parque, calle, canchas deportivas...)
- En mi propia casa

7. Tipos de Instalación

- Instalación cubierta
- Instalación al aire libre

8. Que días a la semana practica? (Multirespuesta)

- Lunes ____ Martes ____ Miércoles ____
- Jueves ____ Viernes ____ Sábado ____
- Domingo ____

9. Hora del día _____

10. Su nivel de Práctica es

- Principiante ____ Avanzado ____ Experto ____

11.Cuál es la titulación de la persona que le dirige la práctica físico-Deportiva?

- No me dirige nadie
- Ninguna
- Monitor deportivo
- Entrenador deportivo
- Maestro especialista en Educación física
- Licenciado en Educación Física
- NS/NC

12. * Esta en alguna liga o club a través de alguna Organización deportiva?

SI ____ NO ____

* Ha estado en alguna liga o club en algún momento de su vida?

SI ____ NO ____

13. Ha comenzado a practicar alguna actividad físico-deportiva ahora que estudia su carrera Universitaria?

SI NO

14.Cuál es la actividad que más le gusta realizar cuando dispone de tiempo libre?

- Actividades Culturales
- Actividades Sociales
- Actividades Deportivas
- Actividades Personales

15. La Universidad lo ha motivado a practicar alguna actividad físico-deportiva?

SI NO

Esto ha provocado algún cambio de deporte o actividad física?

SI NO

¿Por qué motivos? _____

16. Considera suficiente las instalaciones deportivas de su Universidad?

No la conozco SI NO

Cuáles cree que habría que construir o mejorar?

- Instalaciones al aire libre
- Instalaciones Cubiertas
- Piscinas Cubiertas
- Todas

17. Las instalaciones de su universidad son de calidad?

SI NO

¿Por qué motivos? _____

18. Considera usted que la oferta deportiva de su universidad satisface sus intereses de practica?

SI NO

19.Cuál es la opinión que tiene usted de sí mismo frente a la práctica deportiva? (Multirespuesta)

- No se me da bien la práctica deportiva
- Me siento competente para la práctica de la actividad física y el deporte
- Los demás piensan que soy coordinado
- Cuando practico actividad física o deporte domino con eficacia la práctica de actividades físicas o deporte

20. Le parece interesante que se le oferten créditos relacionados con la Educación física y el deporte?

SI

Por qué motivos? _____

- Para conseguir créditos
- Para mi formación personal
- Porque se aprueban fácil
- Por hacer deporte

NO

Por qué motivos? _____

- No me gusta el Deporte
- Son difíciles de aprobar
- No valen para mi carrera
- Es perder el tiempo

21. Respecto a las clases de Educación Física que recibió en la Etapa Escolar: (Multirespuesta)

- Le resultaron fáciles
- Eran motivantes
- Las consideraba útiles
- El profesor le animaba a practicar en horario extraescolar
- La educación física era más importante que el resto de asignaturas
- Eran suficientes

22. Cuáles de las siguientes opiniones se acercan más a su propia idea de lo que es el deporte y ejercicio físico? (Multirespuesta)

- El deporte es salud
- El Deporte es una válvula de Escape
- Permite relacionarse con los demás
- Es una parte importante para nuestra educación
- Permite ponerse en forma
- El deporte y ejercicio físico me permite poner a prueba mis capacidades físicas
- El deporte y ejercicio físico no aporta nada positivo

23. Qué tipo de deporte debería promocionar más su Universidad?

- Deporte de Rendimiento (competencia)
- Deporte para todos (Salud)
- Ambos tipos de deporte

24. Considera que el Deporte y la educación física deben ocupar un lugar importante en el conjunto de aspectos que definen la vida del país?

SI NO

* SÓLO A QUIENES PRACTICAN ALGUNA ACTIVIDAD FÍSICO-DEPORTIVA DURANTE SU TIEMPO LIBRE	
¿Podría decirme cuáles son los motivos por los que Ud. practica algún tipo de actividad físico-deportiva?	
Me considero capacitado para el deporte.	
Porque lo hacen mis amigos	
Porque me gusta competir	
Por diversión y pasar el tiempo	
Porque me gusta estar en forma.	
Porque en mi familia existe tradición deportiva	
Porque me gusta superarme	
Porque es bueno para la salud	
Porque las instalaciones están cerca de casa.	
Por evasión (escapar de lo habitual)	
Para mejorar mi imagen y aspecto Físico	
Por influencia de mis profesores y entrenadores	
Porque está de moda	
Porque me gusta relacionarme y conocer gente	
Otros motivos.	
SÓLO A QUIENES NO PRACTICAN NINGUNA ACTIVIDAD FÍSICO-DEPORTIVA DURANTE SU TIEMPO LIBRE	
¿Podría decirme cuáles son los motivos por los que Ud. no practica ningún tipo de actividad físico-deportiva?	
El deporte nunca se me dio bien	
Mis amigos no practican	
Por falta de medios económicos.	
Por pereza y desgana	
Por cansancio (estudio, trabajo...)	
Por falta de apoyo y estímulo familiar	
Por la edad...	
Por motivos de salud.	
Las instalaciones me quedan lejos	
Por falta de instalaciones adecuadas.	
No dispongo de tiempo libre	
Los horarios de los programas que se ofertan son incompatibles con mis ocupaciones.	
Otros motivos	

SÓLO A QUIENES HAN PRACTICADO ALGUNA ACTIVIDAD FÍSICO-DEPORTIVA PERO AHORA NO LO HACEN

¿Podría decirme cuáles son los motivos que influyeron en su decisión de dejar la práctica de actividades deportivas?	
Por problemas de salud.	
Por problemas económicos.	
Por la edad.	
Porque mis amigos dejaron de practicar	
Porque dejó de interesarme.	
Por falta de apoyo y estímulo	
Por falta de tiempo libre.	
Por falta de instalaciones.	
Por malas experiencias en prácticas anteriores	
Por falta de información	
Las instalaciones me quedan lejos	
Los horarios de los programas que se ofertan son incompatibles con mis ocupaciones.	
Otros Motivos:	

ANEXO 4

TABLAS DE CONTINGENCIA

Comparativo de la muestra participante en el estudio según género y el gusto por la práctica físico deportiva

Género	Practica en el momento alguna actividad físico deportiva			Chi ²	P valor	Phi	P valor	Gusto por el deporte			Chi ²	P valor	Phi	P valor
	Si	No	NO resp.					Si	No	No resp.				
Femenino	63	131	3	77,696	0,000	0,463	0,000	176	20	1	8,079	0,018	0,149	0,018
	32%	66,6%	1,5%					89,3%	10,2%	0,5%				
Masculino	130	35	1					161	5	0				
	67,4%	21%	0,6%					97%	3%	0%				
Total	193	166	4					337	25	1				
	53,2%	45,7%	1,1%					92,8%	6,9%	0,3%				

Comparativo de la muestra participante en el estudio según género y los motivos de satisfacción de la práctica físico deportiva

Género	Jugar mejor en prácticas anteriores		Chi ²	P valor	Phi	P valor	Mostrar que soy mejor que otros de mi edad y equipo		Chi ²	P valor	Phi	P valor
	Si	No					Si	No				
Femenino	37	123	51,85	0,000	0,38	0,000	9	151	33,028	0,000	0,3	0,000
	18,8%	62,4%					4,6%	76,6%				
Masculino	84	68					31	121				
	50,6%	41%					18,7%	72,9%				
Total	121	191					40	272				
	33,3%	52,6%					11%	74,9%				
Género	Por motivos de salud		Chi ²	P valor	Phi	P valor	Por la tensión de la competición		Chi ²	P valor	Phi	P Valor
	Si	No					Si	No				
Femenino	107	53	21,238	0,000	0,24	0,000	10	150	44,475	0,000	0,35	0,000
	54,3%	26,9%					5,1%	76,1%				
Masculino	86	66					42	109				
	51,8%	39,8%					25,3%	65,7%				
Total	193	119					52	259				
	53,2%	32,8%					14,3%	71,4%				

Género	Placer por el hecho de practicar		Chi ²	P valor	Phi	P valor	Por trabajar duro en la practica		Chi ²	P valor	Phi	P valor
	Si	No					Si	No				
Femenino	90	70	17,994	0,000	0,22	0,000	20	140	29,009	0,000	0,28	0,000
	45,7%	35,5%					10,2%	71,1%				
Masculino	90	62					41	110				
	54,2%	37,3%	24,7%	66,3%								
Total	180	132	61	250								
	49,6%	36,4%	16,8%	68,9%								
Género	Por el sentimiento de equipo y estar con amigos		Chi ²	P valor	Phi	P valor	Por el apoyo y estímulo de mis padres		Chi ²	P valor	Phi	P Valor
	Si	No					Si	No				
Femenino	25	135	43,551	0,000	0,35	0,000	25	135	19,041	0,000	0,23	0,000
	12,7%	68,5%					12,7%	58,5%				
Masculino	63	89					17	135				
	38%	56,6%	10,2%	81,3%								
Total	88	224	42	270								
	24,2%	61,7%	11,6%	14,4%								

Comparativo de la muestra participante en el estudio según género y las actividades que le gusta realizar en el tiempo libre

Género	Actividades deportivas		Chi ²	P valor	Phi	P Valor	Actividades personales		Chi ²	P Valor	Phi	P Valor
	Si	No					Si	No				
Femenino	73	120	24,398	0,000	0,26	0,000	88	105	3,587	0,166	0,1	0,166
	37,1%	60,9%					44,7%	53,3%				
Masculino	103	63					72	94				
	62%	38%	43,4%	56,6%								
Total	176	183	160	199								
	48,5%	50,4%	44,1%	54,8%								
Género	Actividades culturales		Chi ²	P valor	Phi	P Valor	Actividades sociales		Chi ²	P Valor	Phi	P Valor
	Si	No					Si	No				
Femenino	28	165	4,145	0,126	0,11	0,13	65	128	13,68	0,000	0,19	0,000
	14,2%	83,8%					33%	65%				
Masculino	19	147					31	135				
	11,4%	88,6%	18,7%	81,3%								
Total	47	312	96	263								
	12,9%	86%	26,4%	76,5%								

Comparativo de la muestra participante en el estudio según género y la opinión frente a práctica físico deportiva

Género	No se me da bien la práctica físico deportiva		Chi ²	P valor	Phi	P valor	Me siento competente para la práctica		Chi ²	P valor	Phi	P valor
	Si	No					Si	No				
Femenino	41	154	9,882	0,007	0,17	0,007	82	113	34,351	0,00	0,31	0,000
	20,8%	78,2%					41,6%	57,4%				
Masculino	15	150					120	45				
	9%	90,4%					72,3%	27,1%				
Total	56	304					202	158				
	15,4%	83,7%					55,6%	43,5%				
Género	Los demás piensan que soy coordinado		Chi ²	P valor	Phi	P	Cuando practico domino con eficacia		Chi ²	P valor	Phi	P valor
	Si	No					Si	No				
Femenino	9	186	8,822	0,012	0,16	0,01	108	87	0,472	0,79	0,36	0,79
	4,6%	94,4%					54,8%	44,2%				
Masculino	22	143					96	69				
	13,3%	86,1%					57,8%	41,6%				
Total	31	329					204	156				
	8,5%	90,6%					56,2%	43%				

Comparativo de la muestra participante en el estudio según género y las clases de educación física en la etapa escolar

Género	Le resultaron fáciles		Chi ²	P valor	Phi	P valor	Eran motivantes		Chi ²	P valor	Phi	P valor
	Si	No					Si	No				
Femenino	86	108	2,547	0,28	0,8	0,28	91	103	10,04	0,007	0,2	0,007
	43,7%	54,8%					46,2%	52,3%				
Masculino	85	80					104	61				
	51,2%	48,2%					62,7%	36,7%				
Total	171	188					195	164				
	47,1%	51,8%					53,7%	45,2%				
Género	Las consideran útiles		Chi ²	P Valor	Phi	P valor	Eran suficientes		Chi ²	P valor	Phi	P valor
	Si	No					Si	No				
Femenino	65	129	11,83	0,003	0,2	0,003	50	144	1,063	0,59	0,1	0,59
	33%	65,5%					25,4%	73,1%				
Masculino	84	81					38	127				
	50,60%	48,8%					22,9%	76,5%				
Total	149	210					88	271				
	41%	57,90%					24,2%	74,2%				
Género	El profesor le animaba a practicar		Chi ²	P valor	Phi	P valor	La educación física era más importante que las otras asignaturas		Chi ²	P valor	Phi	P valor
	Si	No					Si	No				
Femenino	46	148	5,29	0,071	0,1	0,071	7	187	13,14	0,001	0,2	0,001
	23,4%	75,1%					3,6%	94,9%				
Masculino	56	109					23	142				
	33,7%	65,7%					13,9%	85,5%				
Total	102	257					30	329				
	28,1%	70,8%					8,3%	90,6%				

Comparativo de la muestra participante en el estudio según género y la opinión del concepto de deporte y ejercicio físico

Género	El deporte es salud		Chi ²	P Valor	Phi	P Valor	El deporte es una válvula de escape		Chi ²	P valor	Phi	P valor
	Si	No					Si	No				
Femenino	173	22	2,826	0,419	0,1	0,419	21	175	20,15	0,000	0,2	0,000
	87,8%	11,2%					10,7%	88,8%				
Masculino	141	25					48	118				
	84,9%	15,1%					28,9%	71,1%				
Total	314	47					69	293				
	86,5%	12,9%					19%	80,7%				
Género	Es una parte importante para nuestra educación		Chi ²	P valor	Phi	P valor	No aporta nada positivo		Chi ²	P valor	Phi	P valor
	SI	No					Si	No				
Femenino	37	159	14,51	0,001	0,2	0,001	1	195	0,55	0,76	0,4	0,76
	18,80%	80,7%					0,5%	99%				
Masculino	60	106					2	163				
	36,1%	63,9%					1,2%	98,2%				
Total	97	265					3	358				
	26,70%	73%					0,8%	98,6%				
Género	Permite ponerse en forma		Chi ²	P valor	Phi	P valor	Me permite poner a prueba mis capacidades físicas		Chi ²	P valor	Phi	P valor
	Si	No					Si	No				
Femenino	104	92	3,811	0,149	0,1	0,149	86	110	11,96	0,003	0,2	0,003
	52,80%	46,70%					43,70%	55,80%				
Masculino	103	63					102	64				
	62%	38%					61,40%	38,40%				
Total	207	155					188	174				
	57%	42,7%					51,80%	47,9%				

Comparativo de la muestra participante en el estudio según género y si realiza alguna práctica físico deportiva actualmente.

Género	Me considero capacitado para el deporte		Chi ²	P valor	Phi	P valor	Porque lo hacen mis amigos		Chi ²	P valor	Phi	P valor
	Si	No					Si	No				
Femenino	30	25	82,2	0,000	0,5	0,000	3	52	74,09	0,000	0,5	0,000
	15,2%	12,7%					1,5%	26,4%				
Masculino	95	26					13	108				
	57,2%	15,7%		7,8%	65,1%		16	160				
Total	125	51					4,4%	44,1%				
	34,40%	14%										
Género	Porque me gusta competir		Chi ²	P valor	Phi	P valor	Porque en mi familia existe la tradición deportiva		Chi ²	P valor	Phi	P Valor
	Si	No					Si	No				
Femenino	17	38	87,82	0,000	0,5	0,000	5	50	75,07	0,000	0,5	0,000
	8,6%	19,3%					2,5%	25,4%				
Masculino	78	43					22	99				
	47%	25,9%		13,3%	59,6%		27	149				
Total	95	81					7,4%	41%				
	26,2%	22,3%										
Género	Por diversión y pasar el tiempo		Chi ²	P valor	Phi	P Valor	Porque me gusta estar en forma		Chi ²	P valor	Phi	P Valor
	Si	No					Si	No				
Femenino	38	17	73,7	0,000	0,5	0,000	47	7	77,28	0,000	0,5	0,000
	19,3%	8,6%					23,90%	3,60%				
Masculino	75	46					92	29				
	45,2%	27,7%		55,40%	17,50%		139	36				
Total	113	63					38,30%	9,90%				
	31,1%	17,4%										
Género	Porque me gusta superarme		Chi ²	P valor	Phi	P Valor	Porque es bueno para la salud		Chi ²	P valor	Phi	P Valor
	Si	No					Si	No				
Femenino	14	41	78,91	0,000	0,5	0,000	51	4	76,46	0,000	0,5	0,000
	7,1%	20,8%					25,90%	2%				
Masculino	56	65					98	23				
	33,7%	39,2%		59%	13,9%		149	27				
Total	70	106					41%	7,4%				
	19,3%	29,2%										
Género	Porque las instalaciones están cerca de casa		Chi ²	P valor	Phi	P valor	Por influencia de mis profesores y entrenadores		Chi ²	P valor	Phi	P Valor
	Si	No					Si	No				
Femenino	14	41	73,8	0,000	0,5	0,000	1	54	75,31	0,000	0,5	0,000
	7,1%	20,8%					0,5%	27,4%				
Masculino	23	98					10	111				
	13,9%	38,3%		6%	66,9%		11	165				
Total	37	139					3,0%	45,5%				
	10,2%	38,3%										
Género	Por evasión (escapar de lo habitual)		Chi ²	P valor	Phi	P Valor	Para mejorar mi imagen y aspecto físico		Chi ²	P valor	Phi	P Valor
	Si	No					Si	No				
Femenino	17	38	74,27	0,000	0,5	0,000	43	12	83,43	0,000	0,5	0,000
	8,6%	19,3%					21,8%	6,1%				

Masculino	27	94					61	60					
	16,3%	56,6%					36,7%	36,1%					
Total	44	132					104	72					
	12,1%	36,4%					28,7%	19,8%					
Género	Porque está de moda		Chi ²	P valor	Phi	P valor	Porque me gusta relacionarme y conocer gente		Chi ²	P valor	Phi	P valor	
	Si	No					Si	No					
Femenino	0	55	74,6	0,000	0,5	0,000	13	42	73,94	0,000	0,5	0,000	
	0,0%	27,9%					6,6%	21,3%					
Masculino	4	117					38	83					
	2,4%	70,5%					22,9%	50%					
Total	4	172					51	125					
	1,1%	47,4%					14%	34,4%					

Comparativo de la muestra participante en el estudio según género cuando no han realizado prácticas físico-deportivas en su tiempo libre a lo largo de su vida

Género	El deporte nunca se me dio bien		Chi ²	P valor	Phi	P valor	Mis amigos no practican		Chi ²	P valor	Phi	P valor
	Si	No					Si	No				
Femenino	8	25	14,63	0,001	0,2	0,001	1	32	14,56	0,001	0,2	0,001
	4,1%	12,7%					0,5%	16,2%				
Masculino	1	6					0	7				
	0,6%	3,6%					0%	4,2%				
Total	9	31					1	39				
	2,5%	8,5%					0,3%	10,7%				
Género	Por falta de medios económicos		Chi ²	P valor	Phi	P valor	Por falta de apoyo y estímulo familiar		Chi ²	P valor	Phi	P valor
	Si	No					Si	No				
Femenino	2	31	14,76	0,001	0,2	0,001	3	30	14,54	0,000	0,2	0,000
	1%	15,7%					1,5%	15,2%				
Masculino	1	6					1	6				
	0,6%	3,6%					0,6%	3,6%				
Total	3	37					4	36				
	0,8%	10,2%					1,1%	9,9%				
Género	Por pereza y desgana		Chi ²	P valor	Phi	P valor	Por cansancio (estudio o trabajo)		Chi ²	P valor	Phi	P valor
	Si	No					Si	No				
Femenino	11	22	15,25	0,000	0,2	0,000	16	17	16,32	0,000	0,2	0,000
	5,6%	11,2%					8,1%	8,6%				
Masculino	4	3					6	1				
	2,4%	1,8%					3,6%	0,6%				
Total	15	25					22	18				
	4,1%	6,9%					6,1%	5%				
Género	Por la edad		Chi ²	P valor	Phi	P valor	Por motivos de salud		Chi ²	P valor	Phi	P valor
	Si	No					Si	No				

Femenino	0	33	14,44	0,000	0,2	0,000	1	32	14,56	0,001	0,2	0,001
	0%	16,8%					0,5%	16,2%				
Masculino	0	7	14,44	0,000	0,2	0,000	0	7	14,56	0,001	0,2	0,001
	0,00%	4,2%					0,00%	4,2%				
Total	0	40	14,44	0,000	0,2	0,000	1	39	14,56	0,001	0,2	0,001
	0%	11%					0,3%	10,7%				
Género	Las instalaciones me quedan lejos		Chi ²	P valor	Phi	P valor	Los horarios de los programas que se ofertan son incompatibles con mis ocupaciones		Chi ²	P valor	Phi	P valor
	Si	No					Si	No				
Femenino	10	23	14,44	0,001	0,2	0,001	13	20	14,45	0,001	0,2	0,001
	5,1%	11,7%					6,6%	10,2%				
Masculino	2	5	14,44	0,001	0,2	0,001	3	4	14,45	0,001	0,2	0,001
	1,2%	3%					1,8%	2,4%				
Total	12	28	14,44	0,001	0,2	0,001	16	24	14,45	0,001	0,2	0,001
	3,3%	7,7%					4,4%	6,6%				
Género	Por falta de instalaciones adecuadas		Chi ²	P valor	Phi	P valor	No dispongo de tiempo libre		Chi ²	P valor	Phi	P valor
	Si	No					Si	No				
Femenino	6	27	14,66	0,001	0,2	0,001	18	15	14,62	0,001	0,2	0,001
	3,0%	13,7%					9,1%	7,6%				
Masculino	2	5	14,66	0,001	0,2	0,001	3	4	14,62	0,001	0,2	0,001
	1,2%	3%					1,8%	2,4%				
Total	8	32	14,66	0,001	0,2	0,001	21	19	14,62	0,001	0,2	0,001
	2,2%	8,8%					5,8%	5,2%				

Comparativo de la muestra participante en el estudio según género cuando han realizado prácticas físico-deportivas en su tiempo libre y ya no lo hacen

Género	Por problemas de salud		Chi ²	P valor	Phi	P valor	Por problemas económicos		Chi ²	P valor	Phi	P valor
	Si	No					Si	No				
Femenino	11	94	37,04	0,000	0,32	0,000	4	101	37,213	0,000	0,32	0,000
	5,6%	47,7%					2%	51,3%				
Masculino	6	31					3	34				
	3,6%	18,7%					1,8%	20,5%				
Total	17	125					7	135				
	4,7%	34,4%					1,9%	37,2%				
Género	Por la edad		Chi ²	P valor	Phi	P valor	Por falta de apoyo y estímulo		Chi ²	P valor	Phi	P valor
	Si	No					Si	No				
Femenino	1	104	36,651	0,000	0,32	0,000	14	91	38,266	0,000	0,33	0,000
	0,50%	52,8%					7,1%	46,2%				
Masculino	0	37					9	28				
	0,00%	22,3%					5,4%	16,9%				
Total	1	141					23	119				
	0,30%	38,8%					6,3%	32,8%				
Género	Por malas experiencias en prácticas anteriores		Chi ²	P valor	Phi	P valor	Los horarios de los programas que se ofertan son incompatibles con mis ocupaciones		Chi ²	P valor	Phi	P valor
	Si	No					Si	No				
Femenino	4	101	36,452	0,000	0,32	0,000	45	60	36,664	0,000	0,32	0,000
	2%	51,3%					22,8%	30,5%				
Masculino	1	36					18	19				
	0,6%	21,7%					10,8%	11,4%				
Total	5	137					63	79				
	1,4%	37,7%					17,4%	21,8%				
Género	Porque mis amigos dejaron de practicar		Chi ²	P valor	Phi	P valor	Porque dejo de interesarme		Chi ²	P valor	Phi	P valor
	Si	No					Si	No				
Femenino	7	98	41,404	0,000	0,34	0,000	16	89	40,343	0,000	0,33	0,000
	3,6%	49,7%					8,1%	45,2%				
Masculino	8	29					12	25				
	4,8%	17,5%					7,2%	15,1%				
Total	15	127					28	114				
	4,1%	35%					7,7%	31,4%				
Género	Por falta de información		Chi ²	P valor	Phi	P valor	Las instalaciones me quedan lejos		Chi ²	P valor	Phi	P valor
	Si	No					Si	No				
Femenino	8	97	38,142	0,000	0,32	0,000	18	87	40,405	0,000	0,33	0,000
	4,1%	49,2%					9,1%	44,2%				
Masculino	6	31					13	24				
	3,6%	18,7%					7,8%	14,5%				
Total	14	128					31	111				

	3,9%	35,3%				8,5%	30,6%			
--	------	-------	--	--	--	------	-------	--	--	--

Comparativo de la muestra participante en el estudio según la edad y el gusto por la práctica físico deportiva

Edad (Años)	Practica en el momento alguna actividad físico deportiva			Chi ²	P Valor	Phi	P Valor	Gusto por el deporte			Chi ²	P Valor	Phi	P Valor
	Si	No	No resp.					Si	No	No resp.				
17-30	180	160	4	2,25	0,325	0,079	0,325	320	23	1	0,07	0,967	0,01	0,967
	52,3%	46,5%	1,2%					93%	6,7%	0,3%				
31-44	12	5	0					16	1	0				
	70,6%	29,4%	0,0%					94,1%	5,90%	0,0%				
Total	192	165	4					336	24	1				
	53,2%	45,7%	1,1%					93,1	6,6%	0,3%				
Edad (Años)	Tiene algún Título deportivo			Chi ²	P Valor	Phi	P Valor							
Si	No	No resp.												
17-30	92	244	8	4,341	0,114	0,109	0,114							
	26,7%	70,9%	2,30%											
31-44	1	16	0											
	5,9%	94,1%	0,0%											
Total	93	260	8											
	25,8%	72%	2,2%											

Comparativo de la muestra participante en el estudio según la edad y los motivos de satisfacción de la práctica físico deportiva

Edad	Jugar mejor en prácticas anteriores		Chi ²	P Valor	Phi	P Valor	Mostrar que soy mejor que otros de mi edad y equipo		Chi ²	P Valor	Phi	P Valor
	Si	No					Si	No				
17-30	116	181	0,467	0,93	0,04	0,93	38	259	0,432	0,933	0,04	0,933
	33,7%	52,6%					11%	75,30%				
31-44	5	9					2	12				
	29,4%	52,9%					11,80%	70,60%				
Total	121	190					40	271				
	33,5%	52,6%					11%	75,10%				
Edad	Por motivos de salud		Chi ²	P valor	Phi	P valor	Por la tensión de la competición		Chi ²	P Valor	Phi	P valor
	Si	No					Si	No				
17-30	182	115	0,966	0,81	0,05	0,81	48	248	0,563	0,91	0,04	0,91
	52,9%	33,4%					14%	72,1%				
31-44	10	4					3	11				
	58,8%	23,5%					17,6%	64,7%				
Total	192	119					51	259				
	53,2%	33%					14,1%	71,7%				
Edad	Placer por el hecho de practicar		Chi ²	P Valor	Phi	P valor	Por trabajar duro en la practica		Chi ²	P Valor	Phi	P valor
	Si	No					Si	No				
17-30	170	127	0,667	0,881	0,04	0,881	56	240	1,076	0,783	0,06	0,783
	49,4%	36,9%					16,3%	69,8%				
31-44	9	5					4	10				
	52,9%	29,4%					23,5%	58,8%				
Total	179	132					60	250				
	49,6%	36,6%					16,6%	69,3%				
Edad	Por el sentimiento de equipo y estar con amigos		Chi ²	P Valor	Phi	P valor	Por el apoyo y estímulo de mis padres		Chi ²	P Valor	Phi	P valor
	Si	No					Si	No				
17-30	83	214	0,788	0,85	0,05	0,85	42	255	2,6	0,458	0,09	0,458
	24,1%	62,2%					12,2%	74,1%				
31-44	5	9					0	14				
	29,4%	52,9%					0%	82,40%				
Total	88	223					42	269				
	24,4%	61,8%					11,6%	74,5%				

Comparativo de la muestra participante en el estudio según la edad y la forma en que realiza la práctica físico deportiva.

Edad	Por mi cuenta solo		Chi ²	P valor	Phi	P valor	Por mi cuenta con amigos		Chi ²	P valor	Phi	P valor				
	Si	No					Si	No								
17-30	141	158	1,198	0,75	0,06	0,75	125	174	1,915	0,59	0,07	0,59				
	41%	45,9%					36,3%	50,6%								
31-44	8	6					47,1%	35,3%					8	6	47,1%	35,3%
	41,3%	45,4%											133	180	36,8%	49,9%
Total	149	164					41,3%	45,4%					133	180	36,8%	49,9%
	41,3%	45,4%														
Edad	Como actividad dirigida en la universidad		Chi ²	P valor	Phi	P valor	Como actividad dirigida en un club o liga deportiva		Chi ²	P valor	Phi	P valor				
	Si	No					Si	No								
17-30	28	271	2,06	0,56	0,08	0,56	105	194	0,69	0,875	0	0,875				
	8,1%	78,8%					30,5%	56,4%								
31-44	0	14					0,00%	82,4%					5	9	29,4%	52,9%
	0,00%	82,4%											110	203	30,5%	56,2%
Total	28	285					7,8%	78,9%					110	203	30,5%	56,2%
	7,8%	78,9%														
Edad	Como actividad dirigida en un gimnasio		Chi ²	P valor	Phi	P valor										
	Si	No														
17-30	125	174	7,051	0,07	0,14	0,07										
	36,3%	50,6%														
31-44	1	13					5,9%	76,5%								
	5,9%	76,5%														
Total	126	187					34,9%	51,8%								
	34,9%	51,8%														

Comparativo de la muestra participante en el estudio según la edad y la actividad que más le gusta realizar en el tiempo libre

Edad	Actividades Culturales		Chi ²	P valor	Phi	P valor	Actividades Sociales		Chi ²	P valor	Phi	P valor
	Si	No					Si	No				
17-30	46	294	1,037	0,6	0,05	0,6	94	246	2,299	0,317	0,1	0,317
	13,4%	85,5%					27,3%	71,5%				
31-44	1	16					2	15				
	5,9%	94,1%			11,8%	88,2%						
Total	47	310					96	261				
	13%	85,9%					26,6%	72,3%				
Edad	Actividades deportivas		Chi ²	P valor	Phi	P valor	Actividades Personales		Chi ²	P valor	Phi	P valor
	Si	No					Si	No				
17-30	165	175	0,894	0,64	0,05	0,64	148	192	3,17	0,21	0,1	0,21
	48%	50,9%					43%	55,8%				
31-44	10	7					11	6				
	58,8%	41,2%			64,7%	35,3%						
Total	175	182					159	198				
	48,5%	50,4%					44%	54,8%				

Comparativo de la muestra participante en el estudio según la edad y la opinión frente a la práctica físico deportiva

Edad	No se me da bien la practica físico deportiva		Chi ²	P valor	Phi	P valor	Me siento competente para la práctica		Chi ²	P valor	Phi	P valor
	Si	No					Si	No				
17-30	53	288	0,329	0,848	0,03	0,848	192	149	0,225	0,894	0	0,894
	15,4%	83,7%					55,80%	43,3%				
31-44	2	15					9	8				
	11,8%	88,2%			52,9%	47,1%						
Total	55	303					201	157				
	15,2%	83,9%					55,7%	43,5%				
Edad	Los demás piensan que soy coordinado		Chi ²	P valor	Phi	P valor	Cuando practico domino con eficacia		Chi ²	P valor	Phi	P valor
	Si	No					Si	No				
17-30	28	313	1,987	0,37	0,07	0,37	193	148	0,587	0,75	0	0,75
	8,1%	91%					56,1%	43%				
31-	3	14					11	6				

44	17,60%	82,4%				64,7%	35,3%			
Total	31	327				204	154			
	8,6%	90,6%				56,5%	42,7%			

Comparativo de la muestra participante en el estudio según la edad y las clases de educación física en la etapa escolar

Edad	Le resultaron fáciles		Chi ²	P valor	Phi	P valor	Eran motivantes		Chi ²	P valor	Phi	P valor
	Si	No					Si	No				
17-30	165	175	2,6	0,273	0,09	0,273	182	158	3,674	0,16	0,1	0,16
	48%	50,9%					52,9%	45,9%				
31-44	5	12					13	4				
	29,4%	70,6%					76,5%	23,5%				
Total	170	187					195	162				
	47,1%	51,8%					54%	44,9%				
Edad	Las consideran útiles		Chi ²	P valor	Phi	P valor	El profesor le animaba a practicar		Chi ²	P valor	Phi	P valor
	Si	No					Si	No				
17-30	141	199	0,41	0,815	0,03	0,815	96	244	57,60%	0,741	0	0,741
	41%	57,8%					27,9%	70,9%				
31-44	8	9					6	11				
	47,10%	52,90%					35,3%	64,7%				
Total	149	208					102	255				
	41,3%						28,3%	70,6%				
Edad	La educación física era más importante que las otras asignaturas		Chi ²	P valor	Phi	P valor	Eran suficientes		Chi ²	P valor	Phi	P valor
	Si	No					Si	No				
17-30	30	310	1,86	0,396	0,07	0,396	84	256	0,212	0,899	0	0,899
	8,7%	90,1%					24,4%	74,4%				
31-44	0	17					4	13				
	0%	100%					23,5%	76,5%				
Total	30	327					88	269				
	8,3%	90,6%					24,4%	74,5%				

Comparativo de la muestra participante en el estudio según la edad y la opinión del concepto de deporte y ejercicio físico

Edad	El deporte es salud		Chi ²	P Valor	Phi	P Valor	El deporte es una válvula de escape		Chi ²	P Valor	Phi	P Valor
	Si	No					Si	No				
17-30	298	44	0,117	0,99	0,02	0,99	64	279	0,061	0,97	0,01	0,97
	86,6%	12,8%					18,6%	81,1%				
31-44	15	2					3	14				
	88,2%	11,8%	17,6%	82,4%								
Total	313	46					67	293				
	86,7%	12,7%					18,6%	81,2%				
Edad	Permite ponerse en forma		Chi ²	P Valor	Phi	P Valor	Me permite poner a prueba mis capacidades físicas		Chi ²	P Valor	Phi	P Valor
	Si	No					Si	No				
17-30	200	143	2	0,368	0,07	0,368	179	164	0,221	0,896	0,03	0,896
	58,1%	21,6%					52%	47,7%				
31-44	7	10					8	9				
	41,2%	58,8%	47,1%	52,9%								
Total	207	153					187	173				
	57,3%	42,4%					51,8%	47,9%				
Edad	Es una parte importante para nuestra educación		Chi ²	P valor	Phi	P valor	No aporta nada positivo		Chi ²	P valor	Phi	P valor
	SI	No					Si	No				
17-30	89	254	3,727	0,155	0,1	0,155	2	340	5,613	0,06	0,13	0,06
	25,9%	73,8%					0,6%	98,8%				
31-44	8	9					1	16				
	47,1%	52,9%	5,9%	94,1%								
Total	97	263					3	356				
	26,9%	72,9%					0,8%	98,6%				

Comparativo de la muestra participante en el estudio según la edad y si realiza alguna práctica físico deportiva actualmente

Edad	Me considero capacitado para el deporte		Chi ²	P Valor	Phi	P Valor	Porque lo hacen mis amigos		Chi ²	P Valor	Phi	P Valor
	Si	No					Si	No				
17-30	115	50	3,187	0,36	0,1	0,36	13	152	7,596	0,06	0,1	0,06
	33,4%	14,5%					3,8%	44,2%				
31-44	9	1					3	7				
	52,9%	5,9%					17,6%	41,2%				
Total	124	51					16	159				
	34,3%	14,1%					4,4%	44%				
Edad	Porque me gusta competir		Chi ²	P Valor	Phi	P Valor	Porque en mi familia existe la tradición deportiva		Chi ²	P Valor	Phi	P Valor
	Si	No					Si	No				
17-30	89	76	0,998	0,802	0,05	0,802	26	139	1,214	0,75	0,1	0,75
	25,9%	22,1%					7,6%	40,4%				
31-44	5	5					1	9				
	29,4%	29,4%					5,9%	52,9%				
Total	94	81					27	148				
	26%	22,4%					7,5%	41%				
Edad	Para mejorar mi imagen y aspecto físico		Chi ²	P Valor	Phi	P Valor	Por influencia de mis profesores Y entrenadores		Chi ²	P Valor	Phi	P Valor
	Si	No					Si	No				
17-30	97	68	1,517	0,68	0,1	0,68	9	156	4,993	0,172	0,12	0,172
	28,2%	19,8%					2,6%	45,3%				
31-44	7	3					2	8				
	41,2%	17,6%					11,8%	47,1%				
Total	104	71					11	164				
	28,8%	19,7%					3,0%	45,4%				
Edad	Porque me gusta relacionarme y conocer gente.		Chi ²	P Valor	Phi	P Valor	Por diversión y pasar el tiempo		Chi ²	P Valor	Phi	P Valor
	Si	No					Si	No				
17-30	44	121	11,221	0,01	0,2	0,01	105	60	1,126	0,77	0,1	0,77
	12,8%	35,2%					30,5%	17,4%				
31-44	7	3					7	3				
	41,2%	17,6%					41,2%	17,6%				
Total	51	124					112	63				
	14,1%	34,3%					31%	17,5%				
Edad	Porque me gusta estar en forma		Chi ²	P Valor	Phi	P Valor	Porque me gusta superarme		Chi ²	P Valor	Phi	P Valor
	Si	No					Si	No				
17-30	128	36	4,341	0,362	0,11	0,362	66	99	1,401	0,71	0,1	0,71

	37,2%	10,5%					19,2%	28,8%					
31-44	10	0					3	7					
	58,8%	0,00%					17,6%	41,2%					
Total	138	36					69	106					
	38,2%	10%					19,1%	29,4%					
Edad	Porque es bueno para la salud		Chi ²	P Valor	Phi	P Valor	Por evasión (escapar de lo habitual)		Chi ²	P Valor	Phi	P Valor	
	Si	No					Si	No					
17-30	139	26	3,149	0,37	0,1	0,37	42	123	1,106	0,776	0,06	0,776	
	40,4%	7,6%						12,2%					35,8%
31-44	10	0						2					8
	58,8%	0%						11,8%					47,1%
Total	149	26					44	131					
	41,3%	7,2%					12,2%	36,3%					
Edad	Porque las instalaciones están cerca de casa		Chi cuadrado	P valor	Phi	P valor							
	Si	No											
17-30	35	130	0,937	0,82	0,1	0,82							
	10,2%	37,8%											
31-44	2	8											
	11,8%	47,1%											
Total	37	138											
	10,2%	38,2%											

Comparativo de la muestra participante en el estudio según la edad y cuando no han realizado prácticas físico-deportivas en su tiempo libre a lo largo de su vida

Edad	El deporte nunca se me dio bien		Chi ²	P Valor	Phi	P Valor	Mis amigos no practican		Chi ²	P Valor	Phi	P Valor	
	Si	No					Si	No					
17-30	8	29	0,607	0,738	0,04	0,738	1	36	0,077	0,962	0,015	0,962	
	2,3%	8,4%						0,3%					10,5%
31-44	0	2						0					2
	0,0%	11,8%						0,00%					11,8%
Total	8	31					1	38					
	2,2%	8,6%					0,3%	10,5%					
Edad	Por falta de medios económicos		Chi ²	P Valor	Phi	P Valor	Por falta de apoyo y estímulo familiar		Chi ²	P Valor	Phi	P Valor	
	Si	No					Si	No					
17-30	3	34	0,208	0,901	0,02	0,901	4	33	0,278	0,87	0,028	0,87	
	0,9%	9,9%						1,2%					9,6%
31-44	0	2						0					2
	0,00%	11,8%						0,0%					11,8%
Total	3	36					4	35					

Edad	0,8% 10%		Chi ²	P Valor	Phi	P Valor	1,1% 9,7%		Chi ²	P Valor	Phi	P Valor
	Por pereza y desgana						Por cansancio (estudio o trabajo)					
	Si	No					Si	No				
17-30	14	23	1,297	0,523	0,06	0,523	21	16	0,055	0,973	0,012	0,973
	4,1%	6,7%					6,1%	4,7%				
31-44	0	2					1	1				
	0%	11,8%					5,9%	5,9%				
Total	14	25					22	17				
	3,9%	6,9%	6,1%	4,7%								
Edad	Por la edad		Chi ²	P Valor	Phi	P Valor	Por motivos de salud		Chi ²	P Valor	Phi	P Valor
	Si	No					Si	No				
17-30	37	307	0,017	0,896	0,01	0,896	1	36	0,077	0,962	0,015	0,962
	10,8%	89,2%					0,3%	10,5%				
31-44	2	15					0	2				
	11,8%	88,2%					0%	11,8%				
Total	39	322					1	38				
	10,8%	89,2%	0,3%	10,5%								
Edad	Las instalaciones me quedan lejos		Chi ²	P valor	Phi	P valor	Los horarios de los programas que se ofertan son incompatibles con mis ocupaciones		Chi ²	P valor	Phi	P valor
	Si	No					Si	No				
17-30	11	26	0,414	0,813	0,03	0,813	14	23	3,303	0,192	0,096	0,192
	3,2%	7,6%					4,10%	6,7%				
31-44	1	1					2	0				
	5,9%	5,9%					11,80%	0,00%				
Total	12	27					16	23				
	3,3%	7,5%	4,4%	6,4%								
Edad	Por falta de instalaciones adecuadas		Chi ²	P Valor	Phi	P Valor	No dispongo de tiempo libre		Chi ²	P Valor	Phi	P Valor
	Si	No					Si	No				
17-30	7	30	0,517	0,772	0,04	0,772	19	18	1,976	0,372	0,074	0,372
	2,0%	8,7%					5,5%	5,2%				
31-44	0	2					2	0				
	0,00%	11,80%					11,8%	0,0%				
Total	7	32					21	18				
	1,9%	8,9%	5,8%	5%								

Comparativo de la muestra participante en el estudio según la edad cuando han realizado prácticas físico-deportivas en su tiempo libre y ya no lo hacen

Edad	Por problemas de salud		Chi ²	P Valor	Phi	P Valor	Por problemas económicos		Chi ²	P Valor	Phi	P Valor
	Si	No					Si	No				
17-30	16	121	0,976	0,614	0,05	0,614	7	136	0,94	0,625	0,051	0,625
	4,7%	35,2%					2%	37,8%				
31-44	1	4					0	5				
	5,9%	23,5%					0,00%	29,4%				
Total	17	125					7	135				
	4,7%	34,6%					1,9%	37,4%				
Edad	Por la edad		Chi ²	P Valor	Phi	P Valor	Por falta de apoyo y estímulo		Chi ²	P Valor	Phi	P Valor
	Si	No					Si	No				
17-30	1	136	0,764	0,682	0,05	0,682	23	114	1,495	0,474	0,064	0,474
	0,3%	39,5%					6,7%	33,1%				
31-44	0	5					0	5				
	0,0%	29,4%					0,00%	29,4%				
Total	1	141					23	119				
	0,3%	39,1%					6,4%	33%				
Edad	Porque mis amigos dejaron de practicar		Chi ²	P Valor	Phi	P Valor	Porque dejo de interesarme		Chi ²	P Valor	Phi	P Valor
	Si	No					Si	No				
17-30	15	122	1,2	0,549	0,06	0,549	27	110	0,736	0,692	0,045	0,692
	4,4%	35,5%					7,80%	32%				
31-44	0	5					1	4				
	0,00%	29,40%					5,90%	23,50%				
Total	15	127					28	114				
	4,2%	35,2%					7,80%	31,60%				
Edad	Por falta de tiempo libre		Chi ²	P Valor	Phi	P Valor	Por falta de instalaciones		Chi ²	P Valor	Phi	P Valor
	Si	No					Si	No				
17-30	105	32	1,292	0,524	0,06	0,524	34	103	1,971	0,373	0,074	0,373
	30,5%	9,3%					9,9%	29,9%				
31-44	3	2					0	5				
	17,6%	11,8%					0,00%	29,4%				
Total	108	34					34	108				
	29,9%	9,4%					9,4%	29,9%				

Edad	Por malas experiencias en prácticas anteriores		Chi ²	P Valor	Phi	P Valor	Los horarios de los programas que se ofertan son incompatibles con mis ocupaciones		Chi ²	P Valor	Phi	P Valor
	Si	No					Si	No				
17-30	5	132	0,879	0,644	0,05	0,644	61	76	0,767	0,682	0,046	0,682
	1,50	38,40					17,70	22,10				
31-44	0	5					2	3				
	0,00	29,40					11,8%	17,6%				
Total	5	137					63	79				
	1,40	38%	17,5%	21,9%								
Edad	Por falta de información		Chi ²	P	Phi	p Valor	Las instalaciones me quedan lejos		Chi ²	P Valor	Phi	P Valor
	Si	No					Si	No				
17-30	14	123	1,165	0,558	0,06	0,558	31	106	1,832	0,4	0,071	0,4
	4,1%	35,8%					9%	30,8%				
31-44	0	5					0	5				
	0,00%	29,4%					0,00%	29,40%				
Total	14	128					31	111				
	3,9%	35,5%	8,6%	30,7%								

Comparativo de la muestra participante en el estudio según la facultad el gusto por la práctica físico deportiva

Facultad	Practica en el momento alguna actividad físico deportiva			Chi ²	P Valor	Phi	P valor	Gusto por el deporte			Chi ²	P Valor	Phi	P valor
	SI	No	No resp					Si	No	No resp				
Facultad de Ingeniería	74	42	0	17,249	0,01	0,2	0,01	110	6	0	4,005	0,68	0,1	0,68
	63,8%	36,20%	0%					94,8%	5,20%	0%				
Facultad de Salud	51	73	3					115	11	1				
	40,2%	57,50%	2,4%					90,6%	8,7%	0,8%				
Facultad de Estudios Sociales y Empresariales	51	35	1					80	7	0				
	58,6%	40,2%	1,1%					92%	8%	0%				
Tecnologías	17	16	0					32	1	0				
	51,5%	48,50%	0%					97%	0,30%	0%				
Total	193	166	4					337	25	1				
	53,2%	45,7%	1,1%					92,8%	6,90%	0,3%				
Facultad	Tiene algún título deportivo			Chi ²	P Valor	Phi	P valor							
	SI	No	No resp											
Facultad de Ingeniería	39	73	4	8,582	0,198	0,2	0,198							
	33,6%	62,9%	3,40%											
Facultad de Salud	25	100	2											
	19,7%	78,7%	1,60%											
Facultad de Estudios Sociales y Empresariales	22	63	2											
	25,3%	72,4%	2,3%											
Tecnologías	8	25	0											
	24,2%	75,80%	0%											
Total	94	261	8											
	25,9%	71,9%	2,2%											

Comparativo de la muestra participante en el estudio según la facultad y los motivos de satisfacción de la práctica físico deportiva.

Facultad	Jugar mejor en prácticas anteriores		Chi ²	P Valor	Phi	P valor	Mostrar que soy mejor que otros de mi edad y equipo		Chi ²	P Valor	Phi	P valor
	Si	No					Si	No				
Facultad de Ingeniería	49	52	17,023	0,048	0,21	0,048	15	86	11,45	0,246	0,18	0,246
	42,2%	44,8%					12,9%	74,1%				
Facultad de Salud	39	44					14	99				
	30,7%	58,3%					11%	78%				
Facultad de estudios sociales y empresariales	24	50					8	66				
	27,6%	57,5%					9,2%	75,9%				
Tecnologías	9	15					3	21				
	27,3%	45,5%					9,1%	63,6%				
Total	121	191	40	272								
	33,3%	52,6%	11%	74,9%								
Facultad	Por motivos de salud		Chi ²	P Valor	Phi	P valor	Por la tensión de la competición		Chi ²	P Valor	Phi	P valor
	Si	No					Si	No				
Facultad de Ingeniería	59	42	12,078	0,209	0,18	0,209	19	82	16,808	0,052	0,2	0,052
	50,9%	36,2%					16,40%	70,70%				
Facultad de Salud	70	43					19	94				
	55,1%	33,9%					15%	74%				
Facultad de estudios sociales y empresariales	47	27					11	63				
	54%	31%					12,6%	72,4%				
Tecnologías	17	7					3	20				
	51,5%	21,2%					9,1%	60,6%				
Total	193	119	52	259								
	53,20%	32,80%	14,3%	71,3%								
Facultad	Placer por el hecho de practicar		Chi ²	P Valor	Phi	P valor	Por trabajar duro en la practica		Chi ²	P Valor	Phi	P valor
	Si	No					Si	No				
Facultad de Ingeniería	62	39	12,03	0,212	0,18	0,212	22	79	17,53	0,041	0,22	0,041
	53,4%	33,6%					19%	68,1%				
Facultad de Salud	61	52					19	94				
	48%	40,9%					15%	74%				
Facultad de estudios sociales y empresariales	43	31					14	66				
	49,4%	35,6%					16,10%	69%				
Tecnologías	14	10					6	17				
	42,4%	30,3%					18,2%	51,5%				
Total	180	132	61	250								
	49,6%	36,4%	16,8%	68,9%								
Facultad	Por el sentimiento de equipo y estar con amigos		Chi ²	P valor	Phi	P valor	Por el apoyo y estímulo de mis padres		Chi ²	P valor	Phi	P valor
	Si	No					Si	No				
Facultad de	37	64	18,367	0,031	0,22	0,031	8	93	25,476	0,002	0,26	0,002

Ingeniería	31,9%	55,2%					6,9%	80,2%			
Facultad de Salud	25	88					26	87			
	19,7%	69,3%					20,5%	68,5%			
Facultad de estudios sociales y empresariales	17	57					5	69			
	19,5%	65,5%					5,7%	79,3%			
Tecnologías	9	15					3	21			
	27,3%	45,5%					9,1%	63,6%			
Total	88	224					42	270			
	24,2%	61,7%					11,6%	74,4%			

Comparativo de la muestra participante en el estudio según la facultad y la forma en que realiza la práctica físico- deportiva

Facultad	Por mi cuenta solo		Chi ²	P valor	Phi	P valor	Por mi cuenta con amigos		Chi ²	P valor	Phi	P valor
	Si	No					Si	No				
Facultad de Ingeniería	52	49	14,846	0,095	0,2	0,095	56	45	28,669	0,001	0,27	0,001
Facultad de Salud	44,8%	42,2%					35	78				
	39,4%	49,6%					27,6%	61,4%				
Facultad de estudios sociales y empresariales	36	40					29	47				
	41,4%	46%					33,3%	54%				
Tecnologías	12	12					13	11				
	36,4%	36,4%	39,4%	33,3%								
Total	150	164	133	181								
	41,3%	45,2	36,6%	49,9%								
Facultad	Como actividad dirigida en un club o liga deportiva		Chi ²	P valor	Phi	P valor	Como actividad dirigida en un gimnasio		Chi ²	P valor	Phi	P valor
Si	No	Si					No					
Facultad de Ingeniería	34	67	14,497	0,106	0,2	0,106	37	64	19,061	0,025	0,22	0,025
Facultad de Salud	29,3%	57,8%					31,9%	55,2%				
	43	70					54	59				
Facultad de estudios sociales y empresariales	33,9%	55,1%					42,5%	46,5%				
	27	49					29	47				
Tecnologías	31%	56,3%					33,3%	54%				
	7	17	6	18								
Total	21,2%	51,5%	18,2%	54,5%								
	111	203	126	188								
	30,6%	55,9%	34,7%	51,8%								
Facultad	Como actividad dirigida en la universidad		Chi ²	P valor	Phi	P valor						
Si	No											
Facultad de Ingeniería	10	91	15,457	0,079	0,2	0,079						
Facultad de Salud	8,6%	78,4%										
	11	102										
Facultad de estudios	8,7%	80,3%										
	4	72										

sociales y empresariales	4,6%	82,8%				
Tecnologías	3	21				
	9,1%	63,6%				
Total	28	286				
	7,7%	78,8%				

Comparativo de la muestra participante en el estudio según la facultad y el lugar donde realiza la práctica físico deportiva.

Facultad	Universidad		Chi ²	P valor	Phi	P valor	Club o Gimnasio privado		Chi ²	P valor	Phi	P valor
	SI	No					Si	No				
Facultad de Ingeniería	22	81	11,180	0,264	0,173	0,264	34	67	25,963	0,038	0,258	0,038
	19%	69,8%					29,3%	57,8%				
Facultad de Salud	26	87					48%	40,9%				
Facultad de estudios sociales y empresariales	17	65					36	40				
	12,6%	74,7%					41,4%	46%				
Tecnologías	4	21					6	19				
	12,1%	63,6%					18,2%	57,6%				
Total	63	254	137	178								
	17,4%	70%	37,7%	49%								
Facultad	Lugar público		Chi ²	P valor	Phi	P valor	Propia casa		Chi ²	P valor	Phi	P valor
	Si	No					Si	No				
Facultad de Ingeniería	70	31	29,749	0,000	0,28	0,000	16	85	13,611	0,137	0,19	0,137
	60,3%	26,7%					13,8%	73,3%				
Facultad de Salud	47	66					26	87				
Facultad de estudios sociales y empresariales	38	38					20,5%	68,5%				
	43,7%	43,7%					23	53				
Tecnologías	19	6					26,4%	60,9%				
	57,6%	18,2%					5	20				
Total	174	141	70	245								
	47,9%	38,8%	19,3%	67,5%								
Facultad	Liga o club deportiva		Chi ²	P valor	Phi	P valor						
	SI	No										
Facultad de Ingeniería	30	71	9,45	0,397	0,16	0,397						

	25,9%	61,2%				
Facultad de Salud	35	78				
	27,6%	61,4%				
Facultad de estudios sociales y empresariales	24	52				
	27,6%	59,8%				
Tecnologías	5	20				
	15,2%	60,6%				
Total	94	225				
	25,9%	60,9%				

Comparativo de la muestra participante en el estudio según la facultad y la actividad que más le gusta realizar en el tiempo libre

Facultad	Actividades Culturales		Chi ²	P valor	Phi	P valor	Actividades Sociales		Chi ²	P valor	Phi	P valor								
	Si	No					Si	No												
Facultad de Ingeniería	13	103	6,051	0,418	0,13	0,418	20	96	16,43	0,012	0,2	0,012								
	11,2%	88,8%					17,2%	82,8%												
Facultad de Salud	16	108					43	81												
	12,6%	85%					33,9%	63,8%												
Facultad de estudios sociales y empresariales	13	74					27	60												
	14,9%	85,1%					31%	69%												
Tecnologías	5	27					6	26												
	15,2%	81,8%					18,2%	78,8%												
Total	47	312					96	263												
	12,9%	86%					26,4%	72,5%												
Facultad	Actividades deportivas						Chi ²	P valor					Phi	P valor	Actividades Personales		Chi ²	P valor	Phi	P valor
	Si	No													Si	No				
Facultad de Ingeniería	68	48	13,71	0,033	0,19	0,033	47	69	8,563	0,200	0,2	0,200								
	58,6%	41,4%					40,5%	59,5%												
Facultad de Salud	57	67					59	65												
	44,9%	52,8%					46,5%	51,2%												
Facultad de estudios	34	53					36	51												

sociales y empresariales	39,1%	60,9%					41,4%	58,6%			
Tecnologías	17	15					18				
	51,5%	45,5%					54,5%	42,4%			
Total	176	183					160	199			
	48,5%	50,4%					44,1%	54,8%			

Comparativo de la muestra participante en el estudio según la facultad y la motivación de la universidad

Facultad	La Universidad lo motiva a realizar alguna práctica físico-deportiva			Chi ²	P valor	Phi	P valor	Las instalaciones deportivas de la universidad son suficientes				Chi ²	P valor	Phi	P valor
	Si	No	No responde					Si	No	No las conozco	No responde				
Facultad de Ingeniería	38	78	0	7,664	0,264	0,14	0,264	19	78	19	0	15,51	0,078	0,2	0,078
	32,8%	67,2%	0%					16,4%	67,2%	16,4%	0%				
Facultad de Salud	36	90	1					17	93	17	2				
	28,3%	70,9%	0,8%					13,4%	73,2%	13,4%	1,6%				
Facultad de estudios sociales y empresariales	16	71	0					10	59	18	0				
	18,4%	81,6%	0%					11,5%	67,8%	20,7%	0%				
Tecnologías	11	22	0					5	16	12	0				
	33,3%	66,7%	0%	15,2%	48,5%	36,4%	0%								
Total	101	261	1	49	246	66	2								
	27,8%	71,9%	0,3%	13,5%	67,8%	18,2%	0,6%								
Facultad	Las instalaciones deportivas son de calidad			Chi ²	P valor	Phi	P valor	La oferta deportiva satisface las necesidades del estudiante			Chi cuadrado	P valor	Phi	P valor	
	Si	No	No responde					Si	No	No responde					
Facultad de Ingeniería	44	67	5	8,769	0,187	0,15	0,187	28	87	1	9,006	0,173	0,156	0,173	
	37,9%	57,8%	4,3%					24,1%	75%	0,9%					
Facultad de Salud	42	72	13					18	105	4					
	33,1%	56,7%	10,2%					14,2%	82,7%	3,1%					
Facultad de estudios sociales y empresariales	30	49	8					11	74	2					
	34,5%	56,3%	9,2%					12,6%	85,1%	2,3%					
Tecnologías	18	12	3					5	26	2					
	54,5%	36,4%	9,1%	15,2%	78,8%	6,1%									

Total	134	200	29				62	292	9			
	36,9%	55,1%	8%				12,6%	85,1%	2,3%			

Comparativo de la muestra participante en el estudio según la facultad y la opinión frente a la práctica físico deportiva

Facultad	No se me da bien la practica físico deportiva		Chi ²	P Valor	Phi	P Valor	Me Siento Competente Para La Práctica		Chi ²	P Valor	Phi	P Valor
	Si	No					Si	No				
Facultad de Ingeniería	13	101	10,6	0,102	0,17	0,102	79	35	14,3	0,026	0,2	0,026
	11,2%	87,1%					68,1%	30,2%				
Facultad de Salud	29	97					61	65				
	22,8%	76,4%					48%	51,2%				
Facultad de estudios sociales y empresariales	11	76					46	41				
	12,6%	87,4%					52,9%	47,1%				
Tecnologías	3	30					16	17				
	9,1%	90,9%	48,5%	10,8%								
Total	56	304				202	158					
	15,4%	83,7%										
Facultad	Los Demás Piensan Que Soy Coordinado		Chi ²	P valor	Phi	P valor	Cuando practico domino con eficacia		Chi ²	P valor	Phi	P valor
	Si	No					Si	No				
Facultad de Ingeniería	11	103	2,61	0,856	0,08	0,856	64	50	8,85	0,182	0,15	0,182
	9,5%	88,8%					55,2%	43,1%				
Facultad de Salud	11	115					62	64				
	8,7%	90,6%					48,8%	50,4%				
Facultad de estudios sociales y empresariales	7	80					55	32				
	8%	92%					63,2%	36,8%				
Tecnologías	2	31					23	10				
	6,1%	93,9	69,7%	30,3%								
Total	31	329				204	156					
	8,5%	90,6%				69,7%	30,3%					

Comparativo de la muestra participante en el estudio según la facultad y las clases de educación física en la etapa escolar

Facultad	Le resultaron fáciles		Chi ²	P valor	Phi	P valor	Eran motivantes		Chi ²	P valor	Phi	P valor
	Si	No					Si	No				
Facultad de Ingeniería	63	53	11,93	0,064	0,18	0,064	59	57	9,476	0,149	0,2	0,149
	54,30%	45,70%					50,90%	49,10%				
Facultad de Salud	51	72					69	54				
	40,20%	56,70%					54,30%	42,50%				
Facultad de estudios sociales y empresariales	43	44					46	41				
	49,40%	50,60%					52,90%	47,10%				
Tecnologías	14	19	21	12								
	42,40%	57,60%	63,60%	36,40%								
Total	171	188					195	164				
	47,10%	51,80%					53,70%	45,20%				
Facultad	Las consideran útiles		Chi ²	P valor	Phi	P valor	Eran suficientes		Chi ²	P valor	Phi	P valor
	Si	No					Si	No				
Facultad de Ingeniería	53	63	10,08	0,121	0,16	0,121	27	89	11,38	0,077	0,2	0,077
	45,70%	54,30%					23,30%	76,70%				
Facultad de Salud	46	77					32	91				
	36,20%	60,60%					25,20%	71,70%				
Facultad de estudios sociales y empresariales	34	53					25	62				
	39,10%	60,90%					28,70%	71,30%				
Tecnologías	16	17	4	29								
	48,50%	51,50%	12,10%	87,90%								
Total	149	210					88	271				
	41%	57,90%					24,20%	74,70%				
Facultad	El profesor le animaba a practicar		Chi ²	P valor	Phi	P valor	La educación física era más importante que las otras asignaturas		Chi ²	P valor	Phi	P valor
	Si	No					Si	No				
Facultad de Ingeniería	35	81	11,54	0,073	0,18	0,073	14	102	11,44	0,076	0,2	0,076
	30,2%	69,8%					12,1%	87,9%				
Facultad de Salud	35	88					9	114				
	27,6%	69,3%					7,1%	89,8%				
Facultad de estudios sociales y empresariales	19	68					4	83				
	21,8%	78,2%					4,6%	95,4%				
Tecnologías	13	20	3	30								
	39,4%	60,6%	9,1%	90,9%								
Total	102	257					30	329				

	28,1%	70,8%					9,1%	90,9%			
--	-------	-------	--	--	--	--	------	-------	--	--	--

Comparativo de la muestra participante en el estudio según la facultad y la opinión del concepto de deporte y ejercicio físico

Facultad	El deporte es salud		Chi ²	P valor	Phi	P valor	El deporte es una válvula de escape		Chi ²	P valor	Phi	P valor
	Si	No					Si	No				
Facultad de Ingeniería	96	19	8,739	0,462	0,2	0,462	30	86	7,104	0,311	0,1	0,311
	82,8%	16,4%					25,9%	74,1%				
Facultad de Salud	114	12					21	105				
	89,8%	9,4%					16,5%	82,7%				
Facultad de estudios sociales y empresariales	73	14					13	74				
	83,9%	16,1%					14,9%	85,1%				
Tecnologías	31	2					5	28				
	93,9%	6,1%	15,2%	84,8%								
Total	314	47				69	293					
	86,5%	12,9%				19%	80,7%					
Facultad	Es una parte importante para nuestra educación		Chi ²	P valor	Phi	P valor	No aporta nada positivo		Chi ²	P valor	Phi	P valor
	Si	No					Si	No				
Facultad de Ingeniería	35	81	4,275	0,64	0,11	0,64	0	116	16,46	0,011	0,2	0,011
	30,2%	69,8%					0%	100%				
Facultad de Salud	29	97					1	124				
	22,8%	76,4%					0,80%	97,6%				
Facultad de estudios sociales y empresariales	22	65					0	87				
	25,3%	74,7%					0%	100%				
Tecnologías	11	22					2	31				
	33,3%	66,7%	6,1%	93,9%								
Total	97	265				3	358					
	26,7%	73%				0,8%	98,6%					
Facultad	Permite ponerse en forma		Chi ²	P valor	Phi	P valor	Me permite poner a prueba mis capacidades físicas		Chi ²	P valor	Phi	P valor
	Si	No					Si	No				
Facultad de Ingeniería	71	45	4,08	0,666	0,11	0,666	71	45	8,048	0,235	0,2	0,235
	61,2%	38,8%					61,2%	38,8%				
Facultad de Salud	68	58					60	66				
	53,5%	45,7%					47,20%	52%				
Facultad de estudios sociales y empresariales	47	40					40	47				
	54%	46%					46%	54%				
Tecnologías	21	12					17	16				

	63,6%	36,4%				51,5%	48,5%			
Total	207	155				188	174			
	57%	42,7%				51,5	48,5			

Comparativo de la muestra participante en el estudio según la facultad y cuando realizan alguna práctica físico deportiva actualmente

Facultad	Me considero capacitado para el deporte		Chi ²	P Valor	Phi	P Valor	Porque lo hacen mis amigos		Chi ²	P Valor	Phi	P Valor
	Si	No					Si	No				
Facultad de Ingeniería	56	17	24,536	0,004	0,25	0,004	7	66	21,752	0,01	0,24	0,01
	48,3%	14,7%					6%	56,9%				
Facultad de Salud	33	13					4	42				
	26%	10,20%					3,1%	33,1%				
Facultad de estudios sociales y empresariales	26	16					3	39				
	29,9%	18,4%					3,4%	44,8%				
Tecnologías	10	5					2	13				
	30,3%	15,2%	6,1%	39,4%								
Total	125	51				16	160					
	34,4%	14%				4,0%	44,0%					
Facultad	Porque me gusta competir		Chi ²	P Valor	Phi	P Valor	Porque en mi familia existe la tradición deportiva		Chi ²	P Valor	Phi	P Valor
	Si	No					Si	No				
Facultad de Ingeniería	46	27	25,975	0,002	0,26	0,002	11	62	23,021	0,006	0,24	0,006
	39,0%	23,0%					9,0%	53,3%				
Facultad de Salud	21	25					9	37				
	16,0%	19,0%					7,0%	29,1%				
Facultad de estudios sociales y empresariales	20	22					4	38				
	23%	25,3%					4,6%	43,7%				
Tecnologías	8	7					3	12				
	24,2%	21,2%	9,1%	36,4%								
Total	95	81				27	149					
	26,2%	22,3%				7,4%	41%					
Facultad	Por diversión y pasar el tiempo		Chi ²	P Valor	Phi	P Valor	Porque me gusta estar en forma		Chi ²	P Valor	Phi	P Valor
	Si	No					Si	No				
Facultad de Ingeniería	47	26	27,314	0,001	0,27	0,001	53	20	31,064	0,002	0,28	0,002
	40,5%	22,4%					45,7%	17,2%				
Facultad de Salud	35	11					35	10				
	27,6%	8,7%					27,6%	7,9%				
Facultad de	25	17				39	3					

estudios sociales y empresariales	28,7%	19,5%					44,8%	3,4%												
Tecnologías	6	9					12	3												
	18,2%	27,3%					36,4%	9,1%												
Total	113	63					139	36												
	31,1%	17,4%					38,3%	9,9%												
Facultad	Porque me gusta superarme		Chi ²	P Valor	Phi	P Valor	Porque es bueno para la salud		Chi ²	P Valor	Phi	P Valor								
	Si	No					Si	No												
Facultad de Ingeniería	31	42	24,047	0,004	0,25	0,004	57	16	26,418	0,002	0,26	0,002								
	26,7%	36,2%					49,1%	13,8%												
Facultad de Salud	20	26					40	6												
	15,7%	20,5%					31,5%	4,7%												
Facultad de estudios sociales y empresariales	16	26					38	4												
	18,4%	29,9%					43,7%	4,6%												
Tecnologías	3	12					14	1												
	9,1%	36,4%					42,4%	3%												
Total	70	106					149	27												
	19,3%	29,2%					41%	7,4%												
Facultad	Porque las instalaciones están cerca de casa						Chi ²	P Valor					Phi	P Valor	Por influencia de mis profesores y entrenadores		Chi ²	P Valor	Phi	P Valor
	Si	No													Si	No				
Facultad de Ingeniería	11	62	25,5	0,002	0,26	0,002	2	71	27,81	0,001	0,27	0,001								
	9,5%	53,4%					1,7%	61,2%												
Facultad de Salud	13	33					3	43												
	10,2%	26%					2,4%	33,9%												
Facultad de estudios sociales y empresariales	11	31					3	39												
	12,6%	35,6%					3,4%	44,8%												
Tecnologías	2	13					3	12												
	6,1%	39,4%					9,1%	36,4%												
Total	37	139					11	165												
	10,2%	38,3%					3%	45,5%												
Facultad	Por evasión (escapar de lo habitual)						Chi ²	P Valor					Phi	P Valor	Para mejorar mi imagen y aspecto físico		Chi ²	P Valor	Phi	P Valor
	Si	No													Si	No				
Facultad de Ingeniería	16	57	23,925	0,004	0,25	0,004	38	35	24,878	0,003	0,25	0,003								
	13,8%	49,1%					32,8%	30,2%												
Facultad de Salud	16	30					30	16												
	12,6%	23,6%					23,6%	12,6%												
Facultad de	9	33					28	14												

estudios sociales y empresariales	10,3%	37,9%					32,2%	16,1%				
Tecnologías	3	12					8	7				
	9,1%	36,4%					24,2%	21,2%				
Total	44	132					104	72				
	12,1%	36,4%					28,7%	19,8%				
Facultad	Porque está de moda		Chi ²	P Valor	Phi	P Valor	Porque me gusta relacionarme y conocer gente.		Chi ²	P Valor	Phi	P Valor
	Si	No					Si	No				
Facultad de Ingeniería	2	71	23,27 7	0,006	0,25	0,006	22	51	21,553	0,01	0,24	0,01
	1,7%	61,2%					19%	44%				
Facultad de Salud	2	44					12	34				
	1,6%	34,6%					9,4%	26,8%				
Facultad de estudios sociales y empresariales	0	42					12	30				
	0%	48,3%					13,8%	34,5%				
Tecnologías	0	15					5	10				
	0%	45,5%					15,2%	30,3%				
Total	4	172					51	125				
	1,1%	47,4%					14%	34,4%				

Comparativo de la muestra participante en el estudio según la facultad y cuando no han realizado prácticas físico-deportivas en su tiempo libre a lo largo de su vida

Facultad	Por la edad		Chi ²	P valor	Phi	P valor	Por motivos de salud		Chi ²	P valor	Phi	P valor
	Si	No					Si	No				
Facultad de Ingeniería	0	12	1,182	0,76	0,057	0,76	0	12	4,16	0,66	0,11	0,66
	0%	10,3%					0%	10,3%				
Facultad de Salud	0	12					0%	9,4%				
	0%	9,4%					1	10				
Facultad de estudios sociales y empresariales	0	11					1,1%	11,5%				
	0%	12,6%					0	5				
Tecnologías	0	5					0%	15,2%				
	0%	12,2%					1	39				
Total	0	40	0,3%	10,7%								
	0%	11%										
Facultad	Las instalaciones me quedan lejos		Chi ²	P valor	Phi	P valor	Los horarios de los programas que se ofertan son incompatibles con mis ocupaciones		Chi ²	P valor	Phi	P valor
	Si	No					Si	No				
Facultad de	7	5	8,566	0,2	0,15	0,2	4	8	2,694	0,85	0,09	0,85

Ingeniería	6%	4,3%					3,4%	6,9%				
Facultad de Salud	3	9					4	8				
	2,4%	7,1%					3,1%	6,3%				
Facultad de estudios sociales y empresariales	1	10					6	5				
	1,1%	11,5%					6,9%	5,7%				
Tecnologías	1	4					2	3				
	3,0%	12,1%					6,1%	9,1%				
Total	12	28					16	24				
	3,3%	7,7%										
Facultad	Por falta de instalaciones adecuadas		Chi ²	P valor	Phi	P valor	No dispongo de tiempo libre		Chi ²	P valor	Phi	P valor
	Si	No					Si	No				
Facultad de Ingeniería	5	7	7,216	0,3	0,1	0,3	4	8	3,765	0,71	0,101	0,71
	4,3%	6%					3,4%	6,9%				
Facultad de Salud	2	10					7	5				
	1,6%	7,9%					5,5%	3,9%				
Facultad de estudios sociales y empresariales	1	10					7	4				
	1,1%	11,5%					8%	4,6%				
Tecnologías	0	5					3	2				
	0%	15,2%					9,1%	6,1%				
Total	8	32	21	19								
	2,2%	8,8%	5,8%	5,2%								

Comparativo de la muestra participante en el estudio según la facultad y cuando han realizado prácticas físico-deportivas en su tiempo libre y ya no lo hacen

Facultad	Por problemas de salud		Chi ²	P valor	Phi	P valor	Por problemas económicos		Chi ²	P valor	Phi	P valor
	Si	No					Si	No				
Facultad de Ingeniería	2	28	18,149	0,01	0,22	0,01	0	30	20,96	0,000	0,2	0,000
	1,7%	24,1%					0%	25,9%				
Facultad de Salud	7	58					4	61				
	5,5%	40,5%					3,1%	48%				
Facultad de estudios sociales y empresariales	6	28					1	33				
	6,9%	32,2%					1,1%	37,9%				
Tecnologías	2	11					2	11				
	6,1%	33,3%					6,1%	33,3%				
Total	17	125	7	135								
	4,7%	34,4%	1,9%	37,2%								
Facultad	Por la edad		Chi ²	P valor	Phi	P valor	Por Falta De Apoyo Y Estimulo		Chi ²	P valor	Phi	P valor
	Si	No					Si	No				
Facultad de	0	30	17,641	0,01	0,22	0,01	8	22	21,082	0,000	0,23	0,000

Ingeniería	0%	25,9%					6,9%	19%				
Facultad de Salud	1	64					10	55				
	0,8%	50,4%					7,9%	43,3%				
Facultad de estudios sociales y empresariales	0	34					2	32				
	0%	39,1%					2,3%	36,8%				
Tecnologías	0	13					3	10				
	0%	39,4%					9,1%	30,3%				
Total	1	141					23	119				
	0,3%	38,8%					6,3%	32,8%				
Facultad	Porque Mis Amigos Dejaron De Practicar		Chi ²	P Valor	Phi	P Valor	Porque Dejo De Interesarme		Chi ²	P Valor	Phi	P Valor
	Si	No					Si	No				
Facultad de Ingeniería	4	26	17,657	0,01	0,22	0,01	7	23	16,754	0,01	0,2	0,01
	3,4%	22,4%					6%	19,80%				
Facultad de Salud	8	57					12	53				
	6,3%	44,9%					9,4%	41,7%				
Facultad de estudios sociales y empresariales	2	32					6	28				
	2,3%	36,8%					6,9%	32,2%				
Tecnologías	15	127					3	10				
	4,1%	35%	9,1%	30,3%								
Total	15	127	28	114								
	4,1%	35%	7,7%	31,4%								
Facultad	Por falta de tiempo libre		Chi ²	P valor	Phi	P valor	Por falta de instalaciones		Chi ²	P valor	Phi	P valor
	Si	No					Si	No				
Facultad de Ingeniería	23	7	16,697	0,01	0,21	0,01	7	23	19,738	0,003	0,23	0,003
	19,8%	6%					6%	19,8%				
Facultad de Salud	50	15					19	46				
	39,4%	11,8%					15%	36,2%				
Facultad de estudios sociales y empresariales	26	8					7	27				
	29,9%	9,2%					8%	31%				
Tecnologías	9	4					1	12				
	27,3%	12,1%	3%	36,4%								
Total	108	34	34	108								
	29,8%	9,4%	9,4%	29,8%								
Facultad	Por malas experiencias en prácticas anteriores		Chi ²	P valor	Phi	P valor	Los horarios de los programas que se ofertan son incompatibles con mis ocupaciones		Chi ²	P valor	Phi	P valor
	Si	No					Si	No				
Facultad de Ingeniería	2	28	18,917	0,004	0,22	0,004	13	17	19,279	0,004	0,23	0,004
	1,7%	24,10%					11,2%	14,7%				
Facultad de Salud	1	64					30	35				
	0,8%	50,40%					23,6%	27,6%				
Facultad de estudios sociales y empresariales	2	32					17	17				
	2,3%	36,80%					19,5%	19,5%				
Tecnologías	0	13					3	10				
	0%	39,40%	9,1%	30,3%								
Total	5	137	63	79								

Facultad	Por falta de información		Chi ²	P valor	Phi	P valor	Las instalaciones me quedan lejos		Chi ²	P valor	Phi	P valor
	Si	No					Si	No				
	1,4%	37,70%										
Facultad de Ingeniería	2	28	19,805	0,003	0,23	0,003	6	24	22,779	0,001	0,24	0,001
	1,7%	24,1%					5,2%	20,7%				
Facultad de Salud	7	58					17	48				
	5,5%	45,7%					13,4%	37,8%				
Facultad de estudios sociales y empresariales	2	32					3	31				
	2,3%	36,8%					3,4%	35,6%				
Tecnologías	3	10					5	8				
	9,1%	30,3%					15,2%	24,2%				
Total	14	128					31	111				
	3,9%	35,3%					8,5%	30,6%				