

Percepción de autoconcepto físico en estudiantes de enseñanza secundaria en clases de Educación Física

Perception of physical self-concept in secondary school students in Physical Education classes

*Juan Urrutia Medina, *Angelica Vera Sagredo, **Carol Flores Rivera, ***Katherine Hetz Rodríguez, ****Gustavo Pavez-Adasme, *Felipe Poblete-Valderrama

*Universidad Católica de la Santísima Concepción (Chile), **Universidad Andres Bello (Chile), ***Universidad Santo Tomás (Chile), ****Universidad Adventista de Chile (Chile)

Resumen. La presente investigación entrega los resultados sobre el autoconcepto físico de 279 estudiantes de secundaria de la región del Biobío, Chile. El propósito fue analizar las distintas variables del cuestionario, datos sociodemográficos y su relación existente. Para cumplir con el objetivo del estudio se realizaron análisis descriptivos y comparativos a través de T Student y ANOVA. Del mismo modo, se efectuaron correlaciones de Pearson para identificar el vínculo entre las dimensiones del instrumento respecto al sexo de los estudiantes. Los resultados evidencian que las variables que obtuvieron mayor puntuación correspondieron a salud, coordinación y obesidad, y de forma contraria, a aspectos relacionados a la vida activa y fuerza. Además, se observaron diferencias estadísticamente significativas en distintas variables, principalmente a favor de los varones. Se concluye que el autoconcepto físico tiene repercusiones positivas y negativas en función del sexo de los estudiantes.

Palabras clave: Percepción de estudiantes; Autoconcepto físico; Educación secundaria; Educación Física; Estudiantes.

Abstract. This research provides the results on the physical self-concept of 279 high school students from the Biobío region, Chile. The purpose was to analyze the different variables of the questionnaire, sociodemographic data and their existing relationship. To meet the objective of the study, descriptive and comparative analyzes were carried out using T Student and ANOVA. In the same way, Pearson correlations were made to identify the link between the dimensions of the instrument with respect to the sex of the students. The results show that the variables that obtained the highest score corresponded to health, coordination and obesity, and, conversely, to aspects related to active life and strength. In addition, statistically significant differences were observed in different variables, mainly in favor of men. It is concluded that the physical self-concept has positive and negative repercussions depending on the sex of the students.

Keywords: Student perception; Physical self-concept; Secondary education; Physical education; Students.

Fecha recepción: 01-03-23. Fecha de aceptación: 18-05-23

felipe.poblete-valderrama

felipepobletev@gmail.com

Introducción

La infancia y la adolescencia se caracterizan por el constante afianzamiento y manifestación de la personalidad, representando un periodo importante para el crecimiento y formación del aprendizaje, el desarrollo físico, cognitivo, social y emocional de cada individuo (Navarro et al., 2018; Palomino-Devia et al., 2018). En relación a lo anterior, en estas edades, los niños/as y adolescentes, suelen ser fácilmente influenciados por su entorno, abriendo la posibilidad de transmitirles hábitos positivos y saludables (Navarro et al., 2018). Por lo tanto, en esta etapa del desarrollo es donde se deben sentar las bases de cada persona en el ámbito cognitivo, físico y social para la adultez (Palomino-Devia et al., 2018).

En el ámbito educativo se ha evidenciado que algunas variables podría influir en el proceso de aprendizaje de los estudiantes, como por ejemplo, el desarrollo físico, cognitivo, social y emocional (Acuña et al., 2018). Investigaciones dan cuenta de la importancia de reconocer y manejar las emociones (Busso et al., 2017), ya que estas estarían asociadas con la calidad de las relaciones a corto y largo plazo (Goetz et al., 2021) y mejorarían la inclusión de los estudiantes, reduciendo la tasa de abandono y aumentando el logro en sus resultados académicos (Chen & Wu, 2021). En este sentido la asignatura de Educación Física y Salud en Chile permite una formación integral del estudiante, ya que promueve aspectos relevantes como la responsabilidad y

reflexión crítica en distintos ámbitos de la vida, centrándose en el aprendizaje y aceptación de su propio cuerpo, reconociendo su personalidad y corporalidad en la interacción con el otro (Ministerio de Educación [MINEDUC], 2015).

La actividad física cumple un rol relevante en la formación integral de los estudiantes, ya que aporta una serie de beneficios psicosociales y fisiológicos en el desarrollo del ser humano (Giner et al., 2019; Melguizo-Ibáñez et al., 2020; Zurita-Ortega et al., 2020). La variable socioemocional que se vincula a los hábitos de vida activa, la práctica deportiva y una motivación por ser una persona físicamente activa se denomina como autoconcepto físico (García & Musito, 2014).

El autoconcepto se define como la percepción que un individuo tiene por sí mismo y como este se vincula a través de las experiencias personales e interpersonales, atribuyendo e influenciando su conducta frente a una situación o acción (González, 2015). En la misma línea, el autoconcepto se refiere a la percepción que tienen las personas de sí mismas, siendo uno de los factores psicosociales implicados en el desarrollo de los niños y los adolescentes (Coelho et al., 2014; Delgado et al., 2013). El término de autoconcepto se puede llegar a comparar y ha estado asociado al concepto de autoestima. Sin embargo, la autoestima es la valoración y evaluación que realiza el sujeto en base al autoconcepto que tiene sobre sí, originadas a través de la experiencia (Gatto et al., 2017). Por lo cual no pueden ser consideradas como símil. Para García y Musito (2014) el

autoconcepto estaría determinado por cinco variables: académico, social, emocional, familiar y físico.

Respecto al autoconcepto físico se entendería como la percepción que tiene la persona acerca de sus habilidades, condición física, fuerza y aspecto físico (García, 2013; Jodra et al., 2019). Esta percepción subjetiva sobre la condición física se ha considerado como el predictor más relevante para la conducta en la actividad y ejercicio físico, ya que la propia visión sobre distintas capacidades, como la fuerza, flexibilidad, resistencia y velocidad, permiten la atribución de diferentes factores sobre la actitud hacia el propio cuerpo y el atractivo físico (Cadena & Cardozo, 2021; Zagalaz et al., 2017). Por su parte, el autoconcepto físico posibilita la construcción del desarrollo de la identidad, la cual se ve afectada por los distintos cambios y de capacidades físicas a medida que avanzan los años y se va transformado la composición corporal (Amesberger et al., 2019; Cadena & Cardozo, 2021).

El autoconcepto físico ha sido analizado y abordado por distintos profesionales (Barrios et al., 2017; Cadena & Cardozo, 2021; Giner et al., 2019; González, 2015; González & Fernández, 2017; Jodra et al., 2019; Palomino-Devia et al., 2018; Rangel et al., 2017; Zagalaz et al., 2017). Los primeros modelos del autoconcepto físico dividen este constructo en variables como la habilidad física, condición física, atractivo físico y fuerza (Burns, 1990; Fox, 1990). Por su parte, Marsh et al. (1994) agrega las variables de vida activa, apariencia, obesidad, coordinación, resistencia, flexibilidad, salud, físico global, estima global y fuerza, diversificando y especificando las distintas facetas que adquiere el autoconcepto físico en relación con las percepciones de cada individuo según sus propias habilidades, apariencia y condición física (Goñi & Infante, 2010).

Varios estudios confirman (Frutos de Miguel, 2018; Grao-Cruces et al., 2017; Navarro-Paton et al., 2018; Palomino-Devia et al., 2018), relaciones positivas entre el autoconcepto físico y la actividad física o la intención de ser físicamente activo. El autoconcepto físico es una variable que adquiere especial relevancia durante la adolescencia debido a los importantes cambios cognitivos, físicos y sociales que se producen en esta etapa (Cardenal & Fierro, 2003; Harter, 1999); además se correlaciona positivamente con la calidad de vida (Huebner et al., 2004; Reiter & Golman, 1999) y con otras variables tales como el rendimiento académico (Pons, 1998) o el efecto beneficioso de la actividad física sobre el autoconcepto en población adolescente (Fox, 1997; Moreno et al., 2008). No obstante, a pesar de la evidencia respecto a los beneficios cada vez hay mayor número de jóvenes sedentarios (García, 2005).

Por otro lado, se ha descrito que el sexo femenino tiende a obtener valores más bajos en el autoconcepto físico, principalmente a inicios de la adolescencia, en comparación con el sexo masculino (Gaete & Cavazos, 2017; Herrera Torres et al., 2017; Tapia, 2019). De igual forma, estudios han demostrado que las mujeres tienen mayor preocupación por su imagen, demostrándose que éstas son más críticas

con sus cuerpos y están más preocupadas por la imagen corporal que los hombres (Bane & McAuley, 1998; Loland, 1998). Las mujeres, a su vez, parecen vincular más el atractivo físico con el conjunto del autoconcepto, es decir con todos sus elementos, sin embargo, los hombres se basan más en aspectos relacionados con la fuerza y el ego personal (Asçi et al., 1999; Hayes et al., 1999).

La realización de Actividad Física (AF) desde edades tempranas puede determinar, en buena parte, la configuración de hábitos de AF saludable y el mantenimiento de una condición física (CF) adecuada a lo largo de la propia vida (Rosa-Guillamón et al., 2017; Gallego et al., 2016). La consolidación de un estilo de vida activo y saludable basado en la realización de AF es una de las principales estrategias frente a las posibles alteraciones del autoconcepto en los sujetos jóvenes (Gálvez et al., 2016; Reigal et al., 2012). En la misma línea, se ha demostrado que la realización de AF bajo unos determinados parámetros de frecuencia, intensidad y duración puede contribuir a la preservación del bienestar emocional de los niños (Gálvez et al., 2015).

Como ya fue expuesto, el autoconcepto físico influye directamente en la conducta y el rendimiento académico de cada estudiante (Herrera Torres et al., 2017; Luis-de Cos et al., 2019). Específicamente en la asignatura de Educación Física, investigaciones como las de Luis-de Cos et al. (2019); Palomino-Devia et al. (2018) y Sánchez-Alcaraz et al. (2018) se han situado en la relación de los resultados obtenidos con variables como la actividad física, competencia motriz y aspectos relacionados a mantener un estilo de vida saludable. Sin embargo, no se ha encontrado estudios que vinculen directamente este concepto con la participación y desarrollo de la clase en Educación Física.

Considerando todo lo anterior el estudio tuvo como objetivo analizar el autoconcepto físico en las clases de educación física de estudiantes de educación secundaria respecto a las variables del cuestionario, las variables sociodemográficas y su relación existente.

Materiales y métodos

Método

En función de los objetivos propuestos la investigación asumió un enfoque cuantitativo de alcance descriptivo correlacional y transversal, con un diseño no experimental.

Participantes

La muestra quedó constituida por 279 estudiantes (142 mujeres, 50,9% y 137 hombres, 49,1%) que cursan entre Séptimo básico hasta Cuarto Medio de dos establecimientos de la región del Biobío, Chile. Las edades fluctuaron entre los 11 y 18 años ($M= 14,34$; $DE= 1,647$). En cuanto a la distribución por curso el 17,6% correspondió a séptimo, 17,6% a octavo, 20,4% primero medio, 18,3% segundo medio, 13,9% tercero medio y 12,2% cuarto medio. Dentro de los encuestados, 127 estudiantes (45,5%) manifestaron practicar algún deporte o ejercicio físico de forma constante, como por ejemplo fútbol, básquetbol,

bicicleta, voleibol, danza, gimnasia artística y/o rítmica, entre otros. El muestreo fue de tipo no probabilístico por accesibilidad, pues dependía de la anuencia de los estudiantes a participar de la investigación.

Instrumento de recolección de datos

Cuestionario de autoconcepto físico para adolescentes, elaborado por Marsh et al. (1994) y adaptado a la realidad chilena por Espinoza et al. (2007) que evalúa el autoconcepto físico. Consta de 47 ítems con una valoración en una escala tipo Likert de 1 a 5 puntos (1 = "Totalmente en desacuerdo" hasta 5 = "Totalmente de acuerdo"). El cuestionario se categoriza según 11 variables: 1) Vida activa (4 ítems), del tipo, "A menudo hago ejercicios o actividades físicas exigentes"; 2) Apariencia (4 ítems), del tipo, "Tengo buen aspecto físico para mi edad"; 3) Obesidad (4 ítems), del tipo, "Siento que tengo mucha grasa abdominal"; 4) Coordinación (5 ítems), del tipo, "Soy bueno(a) en los movimientos que requieren coordinación"; 5) Resistencia (4 ítems), del tipo, "Puedo

correr un largo rato sin parar"; 6) Flexibilidad (4 ítems), del tipo, "Tengo facilidad para doblar, mover y flexibilizar mi cuerpo"; 7) Salud (5 ítems), del tipo, "Me siento enfermo con frecuencia"; 8) Deporte (4 ítems), del tipo, "Tengo buenas habilidades deportivas"; 9) Fuerza (4 ítems), del tipo, "Físicamente soy una persona que tiene fuerza"; 10) Físico global (4 ítems), del tipo, "Me siento feliz conmigo físicamente"; 11) Estima global (5 ítems), del tipo, "La mayoría de las cosas que hago me salen bien". Los ítems están organizados de manera aleatoria y con aseveraciones en positivo y negativo. Para esta versión los análisis factoriales confirmatorios del instrumento presentan índices adecuados para las once variables del estudio: $\chi^2_{SB} = 239.886$; $p = .001$; CFI = .816; IFI = .800, RMSEA = .013. Por otra parte, el índice de confiabilidad de esta versión resultó apropiado con un Alpha de Cronbach de .877 (Hu & Bentler, 1999). Las variables e ítems utilizados en la investigación se pueden revisar en la Tabla 1.

Tabla 1.
Variables e ítems de las distintas escalas utilizadas en el estudio.

Variables	Ítems
Vida activa	10. A menudo hago ejercicios o actividades físicas exigentes. 24. Hago mucha actividad física deportiva (Ej. Trote, baile, bicicleta, aeróbica, natación, gimnasia) al menos tres veces por semana. 32. Hago bastante deporte, baile, gimnasia y otras actividades físicas. 40. Practico deportes o actividad física casi todos los días.
Apariencia	3. Tengo buen aspecto físico para mi edad. 14. Tengo un rostro bien agradable. 20. Soy más buen mozo(a) que la mayoría de mis amigos(as). 35. Soy bastante agraciado(a).
Obesidad	11. Mi cintura abdominal es muy grande. 19. Siento que tengo mucha grasa corporal. 25. Estoy con sobrepeso. 33. Mi estómago es muy grande y abultado.
Coordinación	1. Me siento confiado cuando estoy haciendo movimientos coordinados. 9. Se me da fácil controlar los movimientos de mi cuerpo. 18. Soy bueno(a) en los movimientos que requieren coordinación. 23. Puedo hacer movimientos suaves y fluidos en la mayoría de las actividades físicas. 31. Creo que mi cuerpo se adapta bien a los movimientos coordinados.
Resistencia	6. Puedo correr un largo rato sin parar. 28. Creo que puedo correr un largo trecho sin cansarme. 37. Puedo estar activo(a) físicamente sin cansarme. 44. Soy bueno(a) en las pruebas de resistencia Ej: carrera, aeróbica, natación, cross, Sky, etc.
Flexibilidad	5. Tengo facilidad para doblar, mover y flexibilizar mi cuerpo. 16. Mi cuerpo es flexible. 22. Creo que lo haría bien en un test que mida flexibilidad. 43. Mi cuerpo es rígido y poco flexible.
Salud	8. Generalmente me agarro todas las enfermedades (influenza, resfríos, virus, etc.). 17. Me siento enfermo tan a menudo que no puedo hacer todas las cosas que quiero. 30. Me enfermo con frecuencia. 39. Cuando me enfermo, me demoro bastante en sentirme bien. 46. Tengo que ir más a menudo al médico por enfermedades que otra gente de mi edad.
Deporte	2. Las otras personas creen que soy bueno para los deportes. 12. Soy bueno(a) para la mayoría de los deportes. 26. Tengo buenas habilidades deportivas. 41. Juego bien a los deportes.
Fuerza	4. Físicamente soy una persona que tiene fuerza. 15. Tengo mucho poder en mi cuerpo. 21. Soy más fuerte que la mayoría de la gente de mi edad. 36. Lo haría bien en un test de fuerza.
Físico global	13. Me siento feliz conmigo físicamente. 27. Físicamente me siento bien conmigo mismo(a). 34. Me siento bien acerca de quién soy y lo que puedo hacer físicamente. 42. Me siento bien acerca de quién soy físicamente.
Estima global	7. Sobre todo la mayoría de las cosas que hago me salen bien. 29. La mayoría de las cosas que hago me salen bien. 38. Sobre todo tengo hartos por que sentirme orgulloso(a). 45. En general no soy muy bueno para nada. 47. Nada de lo que hago parece salirme bien.

Además, se consideraron variables sociodemográficas relacionadas al sexo, edad, nivel educativo y la práctica de deporte continuo.

Procedimiento

El procedimiento para la aplicación de los instrumentos se realizó de forma masiva, al conjunto de estudiantes de la muestra, considerando asentimiento de los participantes y

consentimiento por parte de sus padres y/o tutores en el caso de ser menores de edad. A los apoderados y/o tutores se les explicó la naturaleza del estudio y se respondieron dudas sobre los alcances, implicancias, costos, beneficios y confidencialidad en la investigación. Las escalas se aplicaron en versión *online*, respetando la estructura del instrumento y considerando las condiciones tecnológicas de los establecimientos. Los horarios en que se aplicó el instrumento fueron coordinados con los directores de los dos establecimientos que participaron del estudio y los profesores de Educación Física y Salud.

Análisis de datos

En primer lugar, se realizaron análisis descriptivos de las respuestas del estudiantado para conocer su percepción sobre autoconcepto físico. En segundo lugar, y con la finalidad de establecer posibles diferencias en los grupos de interés respecto de las variables sociodemográficas, se procedió a realizar un análisis comparativo de las medias alcanzadas (prueba t y ANOVA) en cada uno de esos dominios y evaluar si ellas diferían de forma significativa. Finalmente, se calcularon los coeficientes de correlación de Pearson, para determinar el grado de asociación entre las variables del instrumento respecto a los datos sociodemográficos de los participantes. Antes de realizar estos análisis se examinaron los supuestos de normalidad (Kolmogorov-Smirnov), homogeneidad (Levene) e independencia de residuos. Todos los análisis fueron realizados con el paquete estadístico SPSS v. 23.0. y el programa EQS® v. 6.2.

Resultados

Resultados de análisis descriptivos

Los análisis descriptivos de la escala, considerando el número de ítems por variable daría cuenta que la valoración mayor se presentó en “Salud” seguida de “Coordina-

ción” y “Obesidad”. Respecto a Salud, los estudiantes señalan que presentarían dificultades asociadas a enfermedades y que debido a esto se sentirían enfermos con frecuencia. En cuanto a la coordinación los estudiantes manifiestan que tendrían una buena coordinación en los movimientos realizados. Del mismo modo, se aprecia que tuvieron una valoración mayor en obesidad, es decir, percibe de forma negativa su estado físico al sentir que su cuerpo presenta un peso inadecuado.

Las variables que obtuvieron menor valoración por parte de los estudiantes fueron “Vida Activa” y “Fuerza”. En este sentido, los estudiantes percibieron que no realizarían con frecuencia ejercicios o actividades físicas y que una de las debilidades para ellos sería la fuerza (ver tabla 2).

Tabla 2.

Análisis descriptivo de cada variable examinada (Media, desviación estándar, Asimetría, Curtosis).

Dimensiones	Media	DE	Asimetría	Curtosis
Vida Activa	11.25	4.56	.207	-.903
Apariencia	12.28	3.66	-.268	-.272
Obesidad	14.34	3.71	-.414	-.487
Coordinación	18.13	3.89	-.393	-.060
Resistencia	12.45	4.09	-.151	-.747
Flexibilidad	12.86	4.01	-.081	-.812
Salud	21.07	3.61	-.897	-.187
Deporte	13.01	4.04	-.189	-.686
Fuerza	11.95	3.77	-.106	-.455
Físico_Global	12.89	4.49	-.332	-.681
Estima_Global	17.13	4.41	-.387	-.149

Fuente: Elaboración propia.

Diferencias entre las variables del instrumento y datos sociodemográficos

Con respecto a los análisis entre las variables del instrumento y los datos sociodemográficos se evidenciaron diferencias estadísticamente significativas en ocho de las dimensiones, todas a favor del grupo de hombres: apariencia; coordinación; resistencia; salud; deporte; fuerza; físico global y por último, estima global (ver tabla 3).

Tabla 3.

Medias y comparaciones entre los diversos ítems con respecto al género de los participantes (prueba t).

Variables	Prueba t para la igualdad de medias						95% de intervalo de confianza de las diferencias	
	t	gl	Sig. (Bilateral)	Diferencias de media	Diferencia de error estándar	Inferior	Superior	
Vida Activa	-1.594	277	.112	-.869	.546	-1.943	.204	
Apariencia	-2.958	277	.003	-1.279	.432	-2.130	-.428	
Obesidad	.456	277	.648	.203	.445	-.673	1.079	
Coordinación	-3.050	277	.003	-1.403	.460	-2.308	-.497	
Resistencia	-5.639	277	.000	-2.626	.466	-3.543	-1.709	
Flexibilidad	.443	277	.658	.213	.481	-.734	1.160	
Salud	-4.169	277	.000	-1.752	.420	-2.580	-.925	
Deporte	-4.678	277	.000	-2.187	.468	-3.108	-1.267	
Fuerza	-5.122	277	.000	-2.214	.432	-3.065	-1.363	
Físico_Global	-4.538	277	.000	-2.362	.521	-3.387	-1.338	
Estima_Global	-4.312	277	.000	-2.213	.513	-3.224	-1.203	

** La diferencia es significativa a nivel 0.01

* La diferencia es significativa a nivel 0.05

Fuente: Elaboración propia.

Al revisar las posibles diferencias en las variables del instrumento respecto a los estudiantes que realizan deporte y los que no, se evidenciaron diferencias estadísticamente significativas en: vida activa; apariencia; coordinación;

resistencia; flexibilidad; deporte; fuerza; físico global y estima global. Estos resultados darían cuenta que los estudiantes que realizan actividades deportivas se percibirían de forma más positiva en los aspectos mencionados a dife-

rencia de aquellos que no realizan actividades deportivas. De forma contraria, las variables donde no se observaron diferencias en estos grupos se encuentran en “obesidad” y “salud”.

Respecto al nivel educativo de los estudiantes se observó que existirían diferencias en una de las variables del instrumento, en este caso la diferencia se observó en la dimensión de apariencia ($F(5.273)=2.584$, $p<.05$). Las comparaciones múltiples en esta variable dan cuenta que existen diferencias estadísticamente significativas entre los estudiantes de Primer y Cuarto año de educación secundaria ($M_1=11.30$, $DE= 3.803$, respectivamente, $M_4=13.65$, $DE=4.170$, $t(89)=-2.749$, $p<.05$; $\eta^2=.28$), es decir, los estudiantes del nivel educativo más alto tendrían una ma-

yor valoración positiva sobre su aspecto físico a diferencia del alumnado de primer año.

Relación entre las variables del instrumento y el género de los estudiantes

Relación entre las variables del instrumento y el género femenino

Al revisar las posibles relaciones entre las variables del instrumento respecto a la opinión de las mujeres (ver tabla 4) se pudo evidenciar que en general existirían relaciones estadísticamente significativas. Las relaciones más importantes se apreciaron entre apariencia y estima global ($r=.723$; $p<.05$), entre apariencia y físico global ($r=.691$; $p<.05$), y entre coordinación y deporte ($r=.681$; $p<.05$).

Tabla 4.

Correlaciones de Pearson respecto a las variables examinadas y el género femenino.

	VA	AP	OB	CR	RES	FLE	SA	DE	FU	FG	EG
VA	1	.242**	.088	.431**	.484**	.475**	.014	.559**	.489**	.199*	.277**
AP		1	.384**	.408**	.290**	.240**	.115	.365**	.424**	.691**	.723**
OB			1	.202*	.237**	.151	.254**	.231**	.134	.471**	.293**
CR				1	.541**	.489**	.271**	.681**	.472**	.409**	.543**
RES					1	.425**	.122	.629**	.585**	.390**	.451**
FLE						1	.047	.484**	.357**	.293**	.359**
SA							1	.192*	.102	.189*	.256**
DE								1	.630**	.426**	.523**
FU									1	.409**	.557**
FG										1	.636**
EG											1

Nota: VA: Vida Activa; AP: Apariencia; OB: Obesidad; CR: Coordinación; RES: Resistencia; FLE: Flexibilidad; SA: Salud; DE: Deporte; FU: Fuerza; FG: Físico Global; EG: Estima Global.

** La correlación es significativa en el nivel 0,01 (bilateral).

* La correlación es significativa en el nivel 0,05 (bilateral).

Fuente: Elaboración propia.

Relación entre las variables del instrumento y el género masculino

Respecto a las posibles relaciones entre las variables del instrumento en cuanto a la opinión de los hombres (ver tabla 5) se pudo evidenciar que en general existirían relaciones estadísticamente significativas entre varias de

ellas. Las relaciones más importantes se apreciaron entre resistencia y deporte ($r=.711$; $p<.05$), entre físico global y estima global ($r=.682$; $p<.05$), entre apariencia y físico global ($r=.669$; $p<.05$), y entre deporte y fuerza ($r=.666$; $p<.05$).

Tabla 5.

Correlaciones de Pearson respecto a las variables examinadas y el género masculino

	VA	AP	OB	CR	RES	FLE	SA	DE	FU	FG	EG
VA	1	.347**	-.049	.449**	.645**	.234**	.010	.667**	.562**	.408**	.394**
AP		1	.267**	.457**	.508**	.226**	.039	.518**	.523**	.669**	.614**
OB			1	.093	.245**	.199*	.068	.061	-.105	.417**	.129
CR				1	.560**	.464**	.068	.630**	.481**	.573**	.523**
RES					1	.422**	.133	.711**	.591**	.658**	.598**
FLE						1	.111	.337**	.296**	.375**	.301**
SA							1	.143	.126	.155	.213*
DE								1	.666**	.597**	.652**
FU									1	.504**	.624**
FG										1	.682**
EG											1

Nota: VA: Vida Activa; AP: Apariencia; OB: Obesidad; CR: Coordinación; RES: Resistencia; FLE: Flexibilidad; SA: Salud; DE: Deporte; FU: Fuerza; FG: Físico Global; EG: Estima Global.

** La correlación es significativa en el nivel 0,01 (bilateral).

* La correlación es significativa en el nivel 0,05 (bilateral).

Fuente: Elaboración propia.

Discusión

Respecto a los análisis descriptivos de los resultados, se establece que los ítems más valorados se presentan en las variables de salud, coordinación y obesidad. Señalando que

los estudiantes, en su mayoría, se perciben con una sensación de buena salud, al no sentirse enfermos con frecuencia. Del mismo modo, un alto porcentaje considera que su cuerpo y peso corporal es inadecuado para su edad y estatura, sintiéndose insatisfechos. Estudios variados aportan a

lo mencionado, destacando que variables como la percepción de salud, estima y fuerza son mayormente valoradas en población deportista y jóvenes, a su vez, la variable de obesidad acompañada de bajos niveles de autoconcepto físico se asocian mayormente a una población sedentaria y/o adulta (Gaete & Cavazos, 2017; Frutos de Miguel, 2018; Jodra et al., 2019; Palomino-Devia et al., 2018).

Según el análisis de las diferencias del autoconcepto físico y el género los datos sociodemográficos, estos dan como resultados con diferencias estadísticamente significativas en ocho variables de las once existentes, todas a favor de los hombres. Específicamente en apariencia, coordinación, resistencia, salud, deporte, fuerza, físico global y estima global. Autores como Cadena y Cardozo (2021), Fernández et al. (2020a), Fernández et al. (2020b), Palomino-Devia et al. (2018), Tapia (2019) y recientemente los estudios de Cardozo et al. (2023) presentan en sus resultados informaciones similares, describiendo que existen peores puntuaciones en todas las variables del autoconcepto físico en las mujeres, exceptuando variables como el atractivo físico. De la misma forma, los resultados obtenidos por Vera Sagredo et al. (2023) darían cuenta que las mujeres serían las que presentarían valoraciones negativas y diferencias estadísticamente significativas en su apariencia física.

En este contexto, sería recomendable que la planificación de actividades escolares, en donde se involucren ambos sexos, se consideren las características, preferencias, motivaciones, corporalidades y percepciones propias de las mujeres, teniendo como enfoque la mejora del autoconcepto físico.

Al revisar las diferencias de la escala, esta vez respecto a los estudiantes que realizan deporte constantemente y los que no, se evidencian diferencias estadísticamente significativas en las variables de Vida Activa, Apariencia, Coordinación, Resistencia, Flexibilidad, Deporte, Fuerza, Físico Global y Estima Global. Por lo tanto, se establece que los estudiantes que practican algún deporte de forma continua se percibirían con un autoconcepto físico positivo en su generalidad. Lo anterior es congruente con estudios donde concluyen que ser una persona físicamente activa se relaciona positivamente con mejores niveles de autoestima, condición física, autoconcepto y competencia percibida (Fernández et al., 2020a; Fernández et al., 2020b; Giner et al., 2019; Jodra et al., 2019; Tapia, 2019). Al igual que con la diferenciación entre sexos, sería recomendable gestionar trabajos donde se consideren estas posibles diferencias entre los estudiantes físicamente activos versus estudiantes sedentarios.

Visualizando las relaciones existentes entre las variables del instrumento respecto a las opiniones de cada sexo. Se evidencia que, en el caso de las mujeres, las relaciones más importantes se aprecian entre las variables de Apariencia y Estima Global, Apariencia y Físico Global y Coordinación y Deporte. Esto quiere decir que, las mujeres que se auto perciben físicamente atractivas posiblemente tendrán una positiva percepción de su propia estima y estado físico

global, de igual modo, las mujeres que consideran tener una buena coordinación al realizar distintos movimientos también considerarían ser buenas y aptas para la práctica deportiva. Si bien, no se han encontrado estudios estableciendo estas relaciones, Tapia (2019) destaca en sus resultados que las mujeres puntúan y le dan mayor importancia a la apariencia y el atractivo físico. Siguiendo la misma línea, Cadena y Cardozo (2021) establecen que existen diferencias entre las mujeres respecto a su estrato económico en variables como la fuerza física, condición física y competencia percibida.

En el caso de la opinión de los estudiantes hombres, las relaciones más relevantes se encuentran en las variables de Resistencia y Deporte, Físico Global y Estima Global, Apariencia y Físico Global y, finalmente, Deporte y Fuerza. Es decir, que los hombres que se consideran fuertes y resistentes al realizar un ejercicio, probablemente también se perciben aptos para la práctica deportiva. Por otro lado, los estudiantes que advierten tener un físico idóneo para realizar distintos movimientos se sentirían más atractivos y tendrían una mejor estima sobre su persona. Cabe destacar que, en distintos estudios, los hombres les dan mayor relevancia a elementos como la condición física, habilidad deportiva y la fuerza (Cadena & Cardozo, 2021; Palomino-Devia et al., 2018; Tapia, 2019). Los resultados obtenidos permiten establecer las características del autoconcepto físico, para generar actividades acordes a cada género.

La identificación de estas diferencias se hace necesaria para reorientar los procesos de enseñanza-aprendizaje en la Educación Física. Estudiar dichos factores pueden influir en una adecuada formación contribuyendo al desarrollo positivo del autoconcepto en edades escolares, ya que representa uno de los indicadores más relevantes para un adecuado funcionamiento físico, cognitivo, afectivo y social (Madariaga & Goñi, 2009). Un bajo autoconcepto puede influir negativamente en la noción que el niño tiene sobre su potencial humano en un determinado rango de situaciones, provocando que no se sienta bien consigo mismo y con sus capacidades, mermando su rendimiento en todos los ámbitos de la vida (Gálvez et al., 2015; García, 2013).

Conclusiones

A partir de los hallazgos se puede señalar que los estudiantes evaluados respecto a su autoconcepto físico presentan diferencias significativas en algunas de las variables, teniendo repercusiones positivas y negativas principalmente en función del sexo. Poseer una mejor comprensión sobre el autoconcepto físico podría contribuir a desarrollar sentimientos más positivos, especialmente en etapas tempranas de la adolescencia.

Como proyección de la investigación se sugiere desarrollar un estudio longitudinal para realizar evaluaciones previas, de proceso y final (estudio de cohorte) para ver el comportamiento de las variables en relación al tiempo. De

la misma forma, es recomendable emplear metodologías de trabajo que busquen desarrollar de forma positiva el autoconcepto físico, con el fin de evaluar y establecer una forma objetiva de mejora. Del mismo modo, sería beneficioso para futuras investigaciones considerar un grupo experimental y otro de control para analizar el comportamiento de las variables evaluadas respecto al estilo o método de enseñanza-aprendizaje utilizado en la clase de Educación Física.

Por último, dentro de las limitaciones del estudio se puede señalar que la implementación masiva de los instrumentos de recolección de datos, no permite identificar las características particulares de los participantes. De la misma forma, un diseño transversal entrega un primer acercamiento al objeto de estudio, pero no supone las eventuales dinámicas de las variables consideradas, especialmente en el desarrollo de la adolescencia. Finalmente, la muestra si bien alcanza un número importante de participantes, ellos solo representan una parte del contexto educativo chileno, por lo que los resultados podrían mostrar otro perfil en realidades educativas diferentes a la del estudio.

Referencias

- Acuña, A., Sepúlveda, C., & Torres, V. (2018). *Variables socio-emocionales en el contexto de niñas y adolescentes que presentan discapacidad intelectual y que pertenecen al hogar residencial "Santa María de los Ángeles" ubicada en la comuna de Los Ángeles* [Tesis de grado, Universidad de Concepción]. <http://repositorio.udec.cl/bitstream/11594/2445/3/Acu%C3%B1a%20-%20Sep%C3%BAlveda%20-%20Torres.pdf>
- Amesberger, G., Finkenzeller, T., Müller, E., & Würth, S. (2019). Aging-related changes in the relationship between the physical self-concept and the physical fitness in elderly individuals. *Scand J Med Sci Sports*, 29 (1), 26-34.
- Asçi, F.H. Asçi, A., & Zorba, E. (1999). Cross-cultural validity and reliability of Physical self- Perception Profile. *Journal of sport an exercise*, 2, 1-11.
- Bane, S., & McAuley, E. (1998). Body image and exercise. En J.L. Duda (Ed.). *Advances in Sport an Exerxice Pysical Measurement* (pp. 311-322). WV: Fitness Information Technology.
- Barrios, D., Gómez, M.A., & Barriopedro, M.I. (2017). Análisis del autoconcepto físico en estudiantes de enseñanza física que participan en el proyecto de especialización deportiva de la Comunidad de Madrid. *Revista de Psicología del Deporte*, 26(2), 45-53.
- Burns, R. B. (1990). *El autoconcepto. Teoría, medición, desarrollo y comportamiento*. Ediciones EGA.
- Busso, M., Cristia, J., Hincapié, D., Messinam J., y Ripani, L. (2017). *Aprender mejor: Políticas públicas para el desarrollo de habilidades*. Banco interamericano de desarrollo.
- Cadena-Duarte, L. L., & Cardozo, L. A. (2021). Percepción del autoconcepto físico en estudiantes universitarios en tiempos de confinamiento por COVID-19. *Cuadernos de Psicología del Deporte*, 21(3), 48-61
- Cardenal, V., & Fierro, A. (2003). Componentes y correlatos del autoconcepto en la escala de Piers-Harris. *Estudios de psicología*, 24 (1), 101-111.
- Cardozo, L. A., Peña-Ibagón, J. C., Florez-Escobar, W., Castillo-Daza, C. A., Bonilla-Ocampo, D. A., & Reina-Monroy, J. L. (2023). Autoconcepto físico en estudiantes universitarios: Generación de perfiles por clasificación jerárquica sobre componentes principales. *Retos*, 48, 167-177. <https://doi.org/10.47197/retos.v48.95076>
- Chen, M., & Wu, X. (2021). Attributing academic success to giftedness and its impact on academic achievement: The mediating role of self-regulated learning and negative learning emotions. *School Psychology International*, 1-17. <https://doi.org/10.1177/0143034320985889>.
- Coelho, V., Sousa, V., & Figueira, A.P. (2014). O impacto de um programa escolar de aprendizagem socioemocional sobre o autoconceito de alunos de 3o ciclo. *Revista de Psicodidáctica*, 19(2), 347-365. <https://doi.org/10.1387/RevPsicodidact.10714>.
- Delgado, B., Inglés, C.J., & García-Fernández, J.M. (2013). Social anxiety and self- concept in adolescence. *Revista de Psicodidáctica*, 18(1), 179-194. <https://doi.org/10.1387/RevPsicodidact.6411>.
- Espinoza, L., Galvez, J., Mac Millan, N., Luhrs, O., & Rodriguez, F. (2007). Efecto de una estrategia de intervención educativa en la formación de hábitos de vida activa y saludable de los estudiantes de la PUCV. *Revista Motricidad Humana*, 6, 4-9.
- Fernández-Álvarez, L. E., Carriedo, A., & González, C. (2020a). Relaciones entre el autoconcepto físico, la condición física, la coordinación motriz y la actividad física en estudiantes de secundaria. *Journal of Sport and Health Research*. 12(3).259-270
- Fernández, M., Feu, S., & Suárez, M. (2020b). Autoconcepto físico en función de variables sociodemográficas y su relación con la actividad física. *Cultura, Ciencia y Deporte*, 15(44), 189-199.
- Fox, K. R. (1990). *The physical self- perception profile manual*. Dekalb, IL: Northem Illionois University Office for health promotion.
- Fox, K.R. (1997). The Physical self and processes in self-esteem development. En K.R. Fox (Ed.), *The physical self: From motivation to well-being* (pp. 111-139). Champaign, El: Human Kinetics.
- Frutos de Miguel, J. (2018). El Autoconcepto Físico como herramienta de Inclusión Social en el área de Educación Física. *Journal of Sport and Health Research*, 10, 25-42. https://www.researchgate.net/profile/Jonatan-Frutos-De-Mi-guel/publication/331453303_El_Autoconcepto_Fisic

- o_como_herramienta_de_Inclusion_Social_en_el_area_de_Educacion_Fisica/links/607ca5422fb9097c0cf36bf9/El-Autoconcepto-Fisico-como-herramienta-de-Inclusion-Social-en-el-area-de-Educacion-Fisica.pdf
- Gaete, M. L., & Cavazos, J. (2017). Autoconcepto físico y académico en niños de contextos marginados en México. *Revista Electrónica de Investigación Educativa*, 19(2), 114-124.
<https://doi.org/10.24320/redie.2017.19.2.604>.
- Gallego, F. L., Sánchez, A. J. L., Vacas, N. E., & Zagalaz, J. C. (2016). Influencia del género, la edad y el nivel de actividad física en la condición física de alumnos de educación primaria. *Revisión Bibliográfica. Retos: nuevas tendencias en educación física, deporte y recreación*, (29), 129-133.
- Gálvez, A., Rodríguez-García, P. L., Rosa, A., García-Cantó, E., Pérez-Soto, J. J., Tarraga, M.L., & Tarraga, P.J. (2015). Relación entre el estatus de peso corporal y el autoconcepto en escolares. *Nutrición Hospitalaria*, 31(2), 723-729.
- Gálvez, A., Rodríguez-García, P.L., Rosa, A., García-Cantó, E., Pérez-Soto, J.J., Tarraga, P.J., & Tarraga, M.L. (2016). Capacidad aeróbica, estado de peso y autoconcepto en escolares de primaria. *Clinica e Investigación en Arteriosclerosis*, 28(1), 1-8.
- García, A. R. (2013). La educación emocional, el autoconcepto, la autoestima y su importancia en la infancia. *Edetania*, 44, 241-257.
<https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=4596298>
- García, F., & Musito, G. (2014). *Autoconcepto Forma 5*. TEA Ediciones.
- García, M. (2005). *Encuesta sobre hábitos deportivos de los españoles*. CIS.
- Gatto, R., Garbin, A., Corrente, J., & Garbin, C. (2017). Self-esteem level of Brazilian teenagers victims of bullying and its relation with the need of orthodontic treatment. *RGO - Revista Gaúcha de Odontologia*, 65(1), 30-36.
<http://doi.org/10.1590/1981-863720170001000053304>
- Giner, I., Navas, L., Holgado, F., & Soriano, J.A. (2019). Actividad física extraescolar, autoconcepto físico, orientaciones de meta y rendimiento académico. *Revista de Psicología del Deporte*. 28 (2), 107-116.
- Giner, I., Navas, L., Holgado, F., Soriano, J.A., & Ramírez, S. (2019). Barreras para practicar actividad física extraescolar, el autoconcepto físico, las orientaciones de meta y el rendimiento académico en Educación Física. *Revista Iberoamericana de Psicología del ejercicio y el deporte*. 15 (1), 50-55.
- Goetz, T., Bieleke, M., Gogol, K., van Tartwijk, J., Mainhard, T., Lipnevich, A. A., & Pekrun, R. (2021). Getting along and feeling good: Reciprocal associations between student-teacher relationship quality and students' emotions. *Learning and Instruction*, 71, 101349.
<https://doi.org/10.1016/j.learninstruc.2020.101349>
- González, G., & Fernández, F.J. (2017). Perspectiva cualitativa y cuantitativa del autoconcepto físico y la imagen corporal de los diferentes profesionales de la actividad física y del deporte. *Revista de Psicología del Deporte*, 26(2), 105-111.
- Gonzalez, J. I. (2015). *Análisis del autoconcepto en relación con factores educativos, familiares, físicos y psicosociales en adolescentes de la provincia de granada* [Universidad de Granada].
<https://dialnet.unirioja.es/servlet/tesis?codigo=57827>
- Goñi, A., & Infante, G. (2010). Actividad físico-deportiva, autoconcepto físico y satisfacción con la vida. *European Journal of Education and Psychology*, 3(2), 199-208. <https://doi.org/10.30552/ejep.v3i2.52>
- Grao-Cruces, A., Fernández-Martínez, A., & Nuviola, A. (2017). Asociación entre condición física y autoconcepto físico en estudiantes españoles de 12-16 años. *Revista Latinoamericana de Psicología*, 49(2), 128-136.
<https://doi.org/10.1016/j.rlp.2016.09.002>
- Harter, S. (1999). *The construction of the self. A developmental perspective*. Guilford Press.
- Hayes, S.D., Crocker P.R.E., & Kowalski K.C. (1999). Gender differences in physical self perceptions, global self-esteem, and physical activity: Evaluation of the Physical Self-Perception Profile model. *Journal Sport*, 22, 1-14.
- Herrera Torres, L., Al-Lal Mohand, M., & Mohamed Mohand, L. (2017). Rendimiento escolar y autoconcepto en educación primaria. Relación y análisis por género. *International Journal of Developmental and Educational Psychology. Revista INFAD de Psicología.*, 3(1), 315.
<https://doi.org/10.17060/ijodaep.2017.n1.v3.1000>
- Hu, L., & Bentler, P. (1999). Cutoff criteria for fit indexes in covariance structure analysis: Conventional criteria versus new alternatives Structural Equation Modeling. *A Multidisciplinary Journal*, 6(1), 1-55.
<https://doi.org/10.1080/10705519909540118>.
- Huebner, E.S., Valois, R., Suldo, S., Smith, I., McNight, C., Seligson, J., & Zullig, K. (2004). Perceived quality of life: A neglected component of adolescent health assessment and intervention. *Journal of Adolescent Health*, 34, 270-278.
- Jodra, P., Maté-Muñoz, J. L., & Domínguez, R. (2019). Percepción de salud, autoestima y autoconcepto físico en personas mayores en función de su actividad física. *Revista de Psicología del Deporte*, 28(2), 127-134.
- Luis-de Cos, G., Arribas-Galarraga, S., Luis-de Cos, I., & Arruza, J. A. (2019). Competencia motriz, compromiso y ansiedad de las chicas en Educación Física. *Retos: nuevas tendencias en educación física, deporte y recreación*, 36, 231-238.
<https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=7260908>
- Loland, N.W. (1998). Body image and physical activity. A survey among Norwegian men and women. *Internationa-*

- tional Journal of Sport and Exercise Psychology*, 29, 339-365.
- Madariaga, J., & Goñi, A. (2009). El desarrollo psicosocial. *Revista de Psicodidáctica*, 14(1), 93-118.
- Marsh, H. W., Richards, G. E., Johnson, S., Roche, L., & Tremayne, P. (1994). Physical Self-Description Questionnaire: Psychometric Properties and a Multitrait-Multimethod Analysis of Relations to Existing Instruments. *Journal of Sport and Exercise Psychology*, 16(3), 270-305. <https://doi.org/10.1123/jsep.16.3.270>
- Melguizo-Ibáñez, E., Zurita-Ortega, F., Ubago-Jiménez, J., & González-Valero, G. (2020). Niveles de adherencia a la dieta mediterránea e inteligencia emocional en estudiantes del tercer ciclo de educación primaria de la provincia de Granada. *Retos, Nuevas tendencias en Educación Física, Deportes y Recreación*, (40), 264-271. <https://doi.org/10.47197/retos.v1i40.82997>.
- Ministerio de Educación. (2015). *Bases Curriculares 7º básico a 2º medio*. https://www.curriculumnacional.cl/614/articulos-37136_bases.pdf
- Moreno, J. A., Cervello, E., & Moreno, R. (2008). Importancia de la práctica físico-deportiva y del género en el autoconcepto físico de los 9 a los 23 años. *International Journal of Clinical and Health Psychology*, 8 (1), 171-183.
- Navarro-Paton, R., Rego, B., & García, M. (2018). Incidencia de los juegos cooperativos en el autoconcepto físico de escolares de educación primaria. *Retos: nuevas tendencias en educación física, deporte y recreación*, 34, 14-18. <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=6736342>
- Palomino-Devia, C., Reyes-Oyola, F. A., & Sánchez-Oliver, A. J. (2018). Niveles de actividad física, calidad de vida relacionada con la salud, autoconcepto físico e índice de masa corporal: Un estudio en escolares colombianos. *Biomédica*, 38(2), 224-231. <https://doi.org/10.7705/biomedica.v38i0.3964>
- Pons, J. (1998). El autoconcepto en la infancia y adolescencia, y los agentes primarios de socialización. *Información Psicológica*, 66, 40-50.
- Rangel, Y.S., Mayorga, D., Peinado, J.E., & Barrón, J.C. (2017). Actividad física, autoconcepto físico y bienestar psicológico en estudiantes universitarias mexicanas. *Revista de Psicología del Deporte*, 26(Suppl 2), 61-69
- Reigal, R., Videra, A., Parra, J. L., & Juárez, R. (2012). Actividad físico deportiva, autoconcepto físico y bienestar psicológico en la adolescencia. *Retos. Nuevas tendencias en Educación Física, Deporte y Recreación*, 22, 19-23.
- Reiter, S., & Goldman, T. (1999). A programme for the enhancement of autonomy in young adults with physical disabilities: the development of a realistic self concept, individual perception of quality of life and the development of independent living skills. *International Journal of Rehabilitation Research*, 22, 71-74.
- Rosa-Guillamón, A., García-Cantó, E., Rodríguez-García, P. L., Pérez-Soto, J.J., Tarraga-Marcos, M.L., & Tarraga-López, P.J. (2017). Actividad física, condición física y calidad de la dieta en escolares de 8 a 12 años. *Nutr Hosp*, 34(6), 1292-1298.
- Sánchez-Alcaraz, B. J., Bejerano-Urrea, A., Valero-Valenzuela, A., Gómez-Mármol, A., & Courel-Ibáñez, J. (2018). Deportividad, disfrute y actitudes hacia la Educación Física de los estudiantes de Educación Secundaria. *Ágora para la Educación Física y el Deporte*, 20(2-3), 319-340. <https://doi.org/10.24197/aefd.2-3.2018.319-340>.
- Tapia, A. (2019). Diferencias en los niveles de actividad física, grado de adherencia a la dieta mediterránea y autoconcepto físico en adolescentes en función del sexo. *Retos: nuevas tendencias en educación física, deporte y recreación*, 36, 185-192.
- Vera Sagredo, A., Urrutia Medina, J. & Poblete-Valderrama, F. (2023). Rol del autoconcepto físico, motivación de logro y actitudes hacia la Educación Física en función del sexo. *Retos*, 48, 461-469. <https://doi.org/10.47197/retos.v48.96398>
- Zagalaz Sánchez, M. L., Castro López, R., Valdivia Moral, P., & Cachón Zagalaz, J. (2017). Relación entre autoconcepto físico, ansiedad y personalidad manifestada en usuarios de gimnasios. *Retos. Nuevas Tendencias en Educación Física, Deporte y Recreación*, 32(32), 53-57. <https://doi.org/10.47197/retos.v0i32.41991>.
- Zurita-Ortega, F., Ubago-Jiménez, J.L., Puertas-Molero, P., Ramírez-Granizo, I.A., Muros, J.J. & González-Valero, G. (2020). Effects of an Alternative Sports Program Using Kin-Ball in Individuals with Intellectual Disabilities. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 17(15), 1-11. <https://doi.org/10.3390/ijerph17155296>.