

05 - AUTOCONCEPTO FÍSICO Y EL NIVEL DE ACTIVIDADES FÍSICAS PERCIBIDAS POR UN GRUPO DE ESTUDIANTES UNIVERSITARIAS.

Elzebir Tejedor De León¹,
Nidia Guerra²,
Milka Ibeth González Díaz³

1. Universidad de Panamá. Centro Regional Universitario de Coclé. Escuela de Educación Física. elzebir.tejedor@up.ac.pa <https://orcid/0000-0001-7836-9287>

2. Ministerio de Educación. República de Panamá. Educación Física.

nidia.guerra@meduca.go.pa <https://orcid/0000-0002-7467-4345>

3. Universidad de Panamá. Centro Regional Universitario de Coclé. Escuela de Educación Física. milka.gonzalez@up.ac.pa <https://orcid.org/0000-0001-5008-2532>

doi:10.16887/92.a1.05

RESUMEN

El presente estudio tuvo como objetivo identificar el autoconcepto físico y el nivel de actividades físicas percibidas por un grupo de mujeres universitarias, estudiantes de la Universidad de Panamá, Centro Regional Universitario de Veraguas, ubicada en la ciudad de Santiago de Veraguas. La muestra estuvo compuesta por 244 participantes, pertenecientes a cuatro escuelas de las facultades de Ciencias de la Educación, Humanidades, Informática y Enfermería. Se seleccionaron como instrumentos de medición una adaptación del Cuestionario de Autoconcepto Físico de Marsh y Southerland y el cuestionario de AF PAQ-A, que mide el nivel de actividad física percibida. La muestra estuvo conformada por 244 estudiantes, de las cuales 206, entregaron los instrumentos rellenos, por lo cual, los análisis se hacen en base a este número de datos. Los resultados indicaron que en los indicadores de la variable Auto Concepto Físico (ACF), las estudiantes de la escuela de Enfermería se perciben que poseen mejor habilidad física (0,86), al contrario que las de Humanidades que salieron con la puntuación más baja (0,74). Las alumnas que se perciben con una mejor condición física son las Humanidades (0,71) y las de Ciencias de la Educación, consideran que tienen poca condición física (0,58). Las estudiantes de Enfermería se perciben como un mejor atractivo físico (0,69) y las de Ciencias de la Educación, consideran que no son físicamente atractivas (0,54). Y finalmente, quienes, se perciben con mayor fuerza física son las estudiantes de Informática (0,56) y las de Ciencias de la Educación, obtuvieron los menores puntajes (0,50).

Palabras clave: Autoconcepto, cuestionarios, estudiantes universitarias, nivel de actividad física.

ABSTRACT:

The present study aimed to identify the physical self-concept and the level of physical activities perceived by a group of university women, students of the University of Panama, Veraguas Regional University Center, located in the city of Santiago de Veraguas. The sample consisted of 244 participants, belonging to four schools of the Faculties of Education Sciences, Humanities, Informatics and Nursing. An adaptation of the Marsh and Southerland Physical Self-Concept Questionnaire and the AF PAQ-A questionnaire, which measures the level of perceived physical activity, were selected as measurement instruments. The sample consisted of 244 students, of which 206 delivered the filled out instruments, therefore, the analyzes are made based on this number of data. The results indicated that in the indicators of the Physical Self Concept (ACF) variable, the students of the Nursing school are perceived to have better physical ability (0.86), in contrast to the Humanities students who came out with the lowest score (0.74). The students who are perceived as having a better physical condition are the Humanities (0.71) and those from Education Sciences, who consider that they have little physical condition (0.58). Nursing students are perceived as having a better physical attractiveness (0.69) and Education Sciences students consider that they are not physically attractive (0.54). And finally, those who are perceived as having the greatest physical strength are Computer Science students (0.56) and Education Sciences students, obtained the lowest scores (0.50).

Keywords: Self-concept, questionnaires, university students, level of physical activity

INTRODUCCIÓN

En el ámbito de la Educación Física, el autoconcepto, tiene una gran importancia. Cómo se percibe una persona y el valor que se concede, condiciona su equilibrio emocional, psicológico, social, además de motivarla y estimularla para que sea menos sedentaria y realice más actividades físicas de forma continua y sistemática (Sebastián, 2012).

El autoconcepto, según Massenzana (2017), se encuentra tan estrechamente relacionado con la aceptación de sí mismo, con el bienestar y donde la conciencia juega un papel importante, para que una persona pueda entender no solo su propia forma de actuar, sino también su propia valía, lo que forma parte de su ser, sus virtudes y limitaciones.

Acebes-Sánchez y Rodríguez-Romo (2019), sostienen que el nivel de actividad física, puede estar establecido por las relaciones existentes entre la práctica deportiva, el nivel de rendimiento o las horas invertidas del tiempo que dispone una persona para practicar un deporte o actividad física.

Vinculando el autoconcepto y el nivel de práctica de actividades físicas, López-Bonilla, López-Bonilla, Serra y Ribeiro (2016), señalan que existe una asociación positiva entre la motivación (relacionada con la actitud y el autoconcepto) y los niveles de actividad física que realiza una persona.

Otro aspecto fundamental, según a Chacón, Arufe, Cachón, Zagalaz y Castro (2016), en relación entre el autoconcepto y los niveles de actividad física, está referido al género, es aquí donde se marca una cierta evolución social en la representación de los estereotipos más tradicionales, relacionados con la actividad física y el deporte, aunque todavía se mantiene y persiste la idea de que ciertas actividades físico-deportivas son más apropiadas para varones o para mujeres.

Alvariñas y Novoa (2016), sostienen, que generalmente, los deportes de hombres están asociados a la agresividad y al contacto físico, algo contrario a los deportes de mujeres, más relacionados con características la flexibilidad, el ritmo, la belleza o la expresión corporal. En este sentido, Balaguer (citado por Castañeda, Zagalaz, Arufe, y Campos-Mesa, 2018), señala que precisamente, existe una interacción de diferentes variables: sociales, ambientales e individuales, que determinan la elección de una actividad concreta, la intensidad en la práctica, así como la persistencia en la tarea y el rendimiento físico que tiene una persona.

Al respecto, Zurita, et al (2016), manifiesta que, en la etapa universitaria, los motivos por los que estudiantes hacen actividad física se convierten en factores motivacionales que hacen que esta práctica se convierta en hábito duradero en su vida. Las razones, por las cuáles la practican están relacionadas con dos factores (unos congruentes con la salud, la diversión, el gusto por la actividad y la forma física y los otros, relacionados con la salud, el placer y el bienestar).

Por ende, se requiere un abordaje específico de cada uno de los aspectos señalados por los autores citados, con la finalidad de sacar provecho a todas las ganancias que trae consigo la práctica de ejercicio físico durante y después de la vida universitaria y tomando en cuenta la poca información acerca de este tema, se hace necesario investigar sobre relación existente el autoconcepto y el nivel de actividad física para que se propongan nuevas estrategias que permitan aumentar los niveles de actividad física en la población femenina, en general y en las universitarias en particular.

Razones por las cuales se plantea esta investigación que tiene como objetivo determinar la relación que existe entre el autoconcepto y el nivel de actividad física de un grupo de mujeres universitarias.

MATERIALES Y MÉTODOS

El estudio realizado fue descriptivo exploratorio. Se seleccionaron mujeres mayores de 18 años, estudiantes de la Universidad de Panamá, Centro Regional Universitario de Veraguas. El tamaño de la muestra para una población de 679 estudiantes del sexo femenino fue de 244, seleccionadas a partir de un muestreo aleatorio, con un nivel de confianza de 95% y un margen de error del 5%, quedando una muestra de 61 sujetos elegibles de ciertas escuelas por facultad. Los criterios para escoger las escuelas por facultad fueron: mayor matrícula, la posibilidad de acceder a la muestra y asistir en el horario diurno a clases. Atendiendo a estos criterios fueron elegidas estudiantes pertenecientes a escuelas de cuatro (4) facultades: Ciencias de la Educación, Enfermería, Informática y Humanidades.

Dentro de las variables evaluadas se tomaron las características generales de la población (edad, escuela donde estudia, año que cursa, talla, peso e Índice de Masa Corporal (IMC)).

Los instrumentos utilizados estuvieron referidos a las dos de las variables fundamentales de este trabajo. La variable de autoconcepto se midió con el Cuestionario de Autoconcepto Físico de Marsh y Southerland (CAF-MyS), estructurado en función de las dimensiones de apariencia, habilidad física, fuerza, equilibrio, flexibilidad y resistencia (Palomares, González, Ortega, Padial y Torres, 2016), medidas a través de una escala de Likert y el nivel de actividad física fue medido con el Cuestionario de Actividad Física PAQ-A (Martínez-Gómez et al, 2009).

Para el análisis de los datos de este proyecto investigativo se utilizó la estadística descriptiva

RESULTADOS Y DISCUSIÓN

De las 244 estudiantes de la muestra, 206 estudiantes del sexo femenino entregaron los instrumentos rellenos, por lo cual, los análisis se hacen en base a esta muestra. Las características generales de las estudiantes se presentan en la Tabla 1.

En las muestras por escuelas pertenecientes a las facultades no se encontraron diferencias significativas en cuanto al peso y a la talla. Pero, en cuanto a la edad, las estudiantes de las escuelas pertenecientes a la Facultad de Ciencias de la Educación son en promedio 2.9 años mayores que el resto de la muestra. Con respecto, al Índice de Masa Corporal (IMC), las estudiantes de las escuelas de las facultades de Ciencias de la Educación, Informática y Humanidades, se encuentran entre los rangos considerados como normales (18.5 a 24.9), pero las de la Escuela de Enfermería, tienen un rango considerado inferior a lo normal (Menos de 18.5).

Tabla 1.**Características generales de las estudiantes universitarias.**

Variables	Ciencias de la Educación	Enfermería	Informática	Humanidades
Edad	23.5	20.3	20.2	21.4
Peso (kg)	61.36	57.72	61.81	65
Talla (m)	1.60	1.57	1.59	1.60
IMC	19.18	16.73	19.44	20.31

En los indicadores de la variable Auto Concepto Físico (ACF), las estudiantes de la escuela de Enfermería se perciben que poseen mejor habilidad física (0,86), al contrario que las de Humanidades que salieron con la puntuación más baja (0,74). Las alumnas que se perciben con una mejor condición física son las Humanidades (0,71) y las de Ciencias de la Educación, consideran que tienen poca condición física (0,58).

También, las estudiantes de Enfermería se perciben como un mejor atractivo físico (0,69) y las de Ciencias de la Educación, consideran que no son físicamente atractivas (0,54). Y finalmente, quienes, se perciben con mayor fuerza física son las estudiantes de Informática (0,56) y las de Ciencias de la Educación, obtuvieron los menores puntajes (0,50), tal y como se detalla en la Tabla 2.

Tabla 2.**Indicadores de la variable ACF.**

Variable observable	Ciencias de la Educación	Enfermería	Informática	Humanidades	Total
Habilidad física	0,83	0,86	0,84	0,74	0,82
Condición física	0,58	0,70	0,68	0,71	0,67
Atractivo físico	0,54	0,69	0,62	0,66	0,63
Fuerza física	0,50	0,55	0,56	0,55	0,54

Con respecto, a la variable nivel Actividad Física (AF), las estudiantes de la Escuela de Enfermería, manifestaron realizar con más frecuencia la práctica de actividades físicas (0,66), en contraposición las de Informática, que fueron las que señalaron que hacían actividades físicas con menor frecuencia (0,56). Al referirse a la duración de las sesiones, las estudiantes de Ciencias de la Educación señalaron que se cansaban muy rápido cuando hacían ejercicio físico (0,41), por lo que sus sesiones eran cortas, por lo contrario las de Enfermería, señalaron que sus sesiones de actividad física duraban más (0,51) (Tabla 3).

Tabla 3.

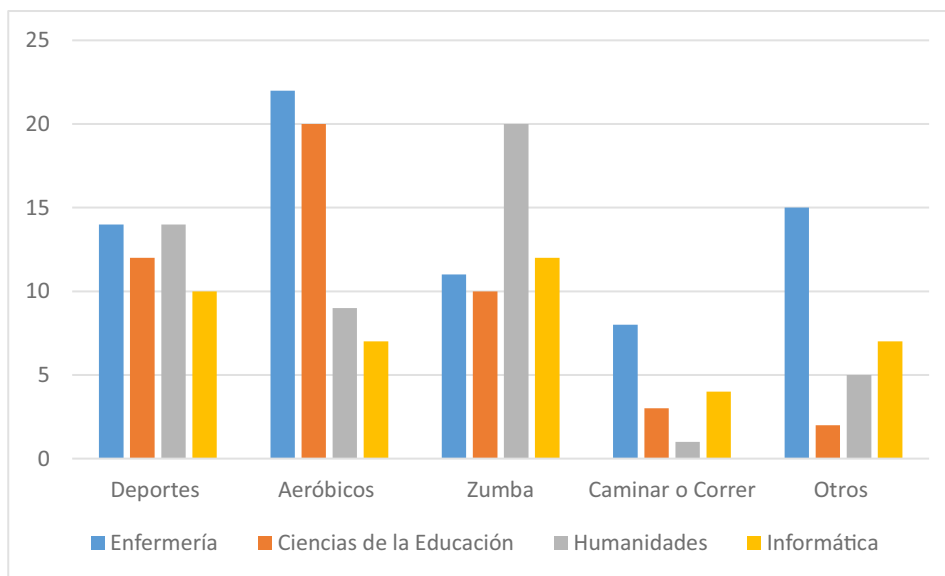
Indicadores de la variable latente AF.

Variable observable	Ciencias de la Educación	Enfermería	Informática	Humanidades
Frecuencia de la practica	0,60	0,66	0,56	0,56
Duración de las sesiones	0,41	0,51	0,48	0,44

Otra de los aspectos que se consideró importante preguntar fue el tipo de actividad física que más le gustaba realizar y la mayoría de ellas comentó que les gustaba realizar actividades físicas relacionadas con el baile y las danzas, sin importar a la facultad a la que pertenecía (Figura 1).

Figura 1.

Tipo de actividad física que las estudiantes prefieren realizar.



Como se puede observar se hace necesario recalcar que entre las actividades físicas que menos les gusta realizar a las estudiantes encuestadas, están relacionadas con los deportes (individuales y colectivos), y los relacionados con caminar o correr.

DISCUSIÓN

Las variables sociodemográficas evaluadas, las estudiantes, donde el promedio de edad es más alto estudian en las escuelas de la facultad de Ciencias de la Educación (23.5 años), lo que puede ser atribuido a que ya algunos de estos estudiantes son docentes en ejercicio y que continúan sus estudios universitarios por diferentes motivos, entre los que se cuentan los económicos (más estudios=mejores salarios). En sintonía con los resultados hallados, por estudios como los de García y Méndez-Ulrich (2017), que concluyen que muchos de los estudiantes de universidades públicas trabajan para costarse sus estudios, por lo que alternan estudio y trabajo. En cuanto al talla, la menor es de 1.57 mts y peso, el mayor fue de 65 kg, lo que indica que existe un indicador de sobrepeso en las estudiantes universitarias, quizás debido a un estilo de vida sedentario en consonancia con los hallazgos de Caro-Freile y Rebolledo-Cobos (2017), quienes señalan que la condición de ser físicamente activos disminuye con la edad, por lo que el porcentaje de universitarios que realizan actividades físicas es relativamente bajo.

Aunque en este estudio no se consideró una propuesta para realizar este tipo de actividades en el centro universitario donde se realizó el estudio, estamos de acuerdo con González-Zapata, Careño-Aguirre, Estrada, Monsalve-Álvarez y Álvarez (2017), sobre lo importante que es que en los espacios universitarios se promuevan acciones que incentiven el empoderamiento de los estudiantes hacia estilos de vida saludable, “esto incluye medidas que desincentiven factores que favorezcan el desarrollo temprano de enfermedades crónicas no transmisibles” (p. 259).

Otro de los resultados está relacionado con el bajo IMC de las estudiantes de Enfermería, dichos hallazgos están en consonancia con el trabajo de Silva, Ayala, Valério y Parlezani (2015), que señala que los estudiantes de enfermería, como futuros educadores y promotores de salud, están encargados de la promoción de la salud del individuo, familia y comunidad, por ende, deben ser los primeros en tener comportamientos saludables.

Aunque en esta investigación no se estudió la relación del IMC con el autoconcepto, en la bibliografía consultada, no se han encontrado estudios que señalen conclusiones con respecto a los índices menores a los normales, pero sí en cuanto al sobrepeso, como los de Linares-Manríquez, Linares-Girela, Schimdt-Río-Valle, Mato-Medina, Fernández-García y Cruz-Quintana (2016), que señalan que a mayor IMC, más bajo el autoconcepto.

En este trabajo se estudió la relación que existe entre el ACF y el nivel de AF que realiza un grupo de mujeres universitarias. Los resultados de esta investigación demuestran que el nivel de actividad física se relaciona positivamente con las percepciones físicas de estas estudiantes, así como también el atractivo y la habilidad física tienen correlaciones significativamente positivas con el nivel de AF, lo que está directamente relacionado con los hallazgos de Contreras, Fernández, García, Palou y Ponsetti (2010), quienes sostienen que la autoaceptación ejerce efecto directo positivo sobre las competencias físicas.

Las derivaciones del presente trabajo también están relacionadas con los hallazgos de Moreno- Murcia, Marcos-Pardo y Huéscar (2016), cuando sostiene que las estudiantes de enfermería consideran que tienen mayor habilidad física, porque las consideran necesarias para resolver correctamente problemas relacionados con el manejo del paciente encamado y porque la necesitan para desenvolverse en el ámbito hospitalario.

Los hallazgos de esta investigación están relacionados con las conclusiones de Valdés-Badilla, Godoy-Cumillaf, Herrera-Valenzuela y Durán-Agüero (2015), al determinar que las estudiantes de Humanidades se perciben con las que la mayor condición física poseen, ya que la muestra estuvo conformada por alumnas de la Escuela de Educación Física que reciben “un mayor estímulo producto de su formación académica”, (p. 835).

Las estudiantes de enfermería se perciben con mayor atractivo físico con relación al resto de las participantes de este estudio, lo que puede ser atribuido de acuerdo a Rodríguez-Camero, Rodríguez-Camero y Azañón-Hernández (2008), a una visión estereotipada de su identidad profesional, alentada por los medios de comunicación

(series televisivas que recrean la vida de los profesionales en el campo de la salud) y que determinan la percepción que tiene la sociedad en torno al rol de la enfermera, concibiéndola cómo físicamente atractiva.

En forma inversa las estudiantes de Ciencias de la Educación se perciben con menos atractivo físico, concordando estos resultados con el trabajo de Jiménez, Jara y Miranda (2012), que atribuyen esto a la poca participación que tienen estos profesionales en la toma de decisiones y porque la actividad de enseñar no solo involucra funciones dentro de la institución, sino también fuera de ella, lo que implica un horario de clases y de preparación para las clases, que dificulta que el docente se sienta motivado en utilizar tiempo en él y menos en el aspecto físico, que se considera proveedor del bienestar de otros.

Otro de los hallazgos que resulta interesante en compartir son los relacionados con la fuerza física y las estudiantes de la Facultad de Informática, que consideran que poseen una gran fuerza física. Resultados éstos que apoyan las conclusiones de Axpe, Infante y Goñi (2016), que sostienen que al comparar la percepción que tienen hombres y mujeres de la misma edad sobre su fuerza física, éstos se sienten más altos y fuertes que las mujeres, pero que en realidad no existen diferencias significativas entre las percepciones que tienen los géneros sobre su fuerza.

Los resultados de este estudio están en la línea de trabajos como los de López-Barajas, Ortega, Valiente y Zagalaz (2010), que concluyen que el ACF (en las dimensiones de atractivo físico y habilidad física) está estadísticamente relacionado con el nivel de AF, lo que confirma que los jóvenes, de manera global están preocupados por los aspectos relacionados con el atractivo y la apariencia física, por igual, sean universitarios o no, sedentarios o deportistas. Estas evidencias reafirman la tesis de que la mejora del autoconcepto físico es uno de los beneficios psicológicos más relevantes de la práctica continua y sistemática de actividades físicas.

Los hallazgos sobre el nivel de AF y su relación con el ACF, esto concuerda con lo planteado por Zurita, Castro, Álvaro, Rodríguez y Pérez (2016), cuando señala que la actividad física realizada de forma continua y sistemática genera un incremento en el autoconcepto, sobre todo, a nivel social.

CONCLUSIONES

- Existe una relación positiva entre el autoconcepto y los niveles de práctica de actividad física en mujeres universitarias que se encuentran entre los 20 y 23 años, debido, quizás, a dos factores principales; el primero está relacionado con la percepción y preocupación que tiene sobre su apariencia física y el otro, al tiempo de cuidado que le brinda a su cuerpo, porque a esa edad, la mayoría no ha asumido otros roles culturales (madre, esposa, profesional).

- Por otro lado, al comparar, los resultados por facultad donde estudian, las estudiantes de la Facultad de Humanidades, tienen mejores niveles de actividad física que las de otras 3 facultades, lo que puede ser atribuido a que la Licenciatura de Educación Física, pertenece a esa facultad.
- Los principales factores para que los esfuerzos por proponer una cultura física más activa dentro de la Universidad y que la mujer universitaria sea más activa, y que programas físicos-deportivos, tengan éxito, se debe tener en cuenta, por tanto, como mínimo tres factores: el tipo de práctica de actividad físico-deportiva, el tipo de actividad y el sexo.

REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

- Acebes-Sánchez, J. y Rodríguez-Romo, G. (2019). Relaciones entre el nivel de actividad física. Experiencia deportiva e inteligencia emocional en alumnos de grado de la Comunidad Madrid: Estudio de protocolo. *Revista Retos*, (36), 297-301.
- Alvariñas Villaverde, M. y Novoa Pérez, A. (2016). Pensamientos relacionados con la actividad física y el género en adolescentes de Galicia. *Revista Sportis Scientific Technical Journal*, 2(1), 23-35. Recuperado de: <http://revistas.udc.es>
- Axpe, I.; Infante, G. y Goñi, E. (2016). Mejora del autoconcepto físico. Eficacia de una intervención cognitiva breve con alumnado universitaria de Educación Primaria. *Educación XX1*, 19(1), 227-245
- Caro-Freile, A. I. y Rebolledo-Cobos, R. C. (2017). Determinantes para la práctica de actividad física en estudiantes universitarios: una revisión de la literatura. *Revista Duazary*, 13(2), 204-211.
- Castañeda, C., Zagalaz, M^a L., Arufe, V. y Campos-Mesa, M^a C. (2018). Motivos hacia la práctica de actividad física de los estudiantes universitarios sevillanos. *Revista Iberoamericana de Psicología del Ejercicio y el Deporte*, 13(1), 79-89.
- Castro-Sánchez, M.; Zurita-Ortega, F.; Martínez -Martínez, A.; Chacón-Cuberos, R. y Espejo-Garcés, T. (2016). Clima motivacional de los adolescentes y su relación con el género, la práctica de actividad física, la modalidad deportiva, la práctica deportiva federada y la actividad física familiar. *Revista RICYDE*, 45(12), 262-77. Recuperado de: <http://dx.doi.org/10.5232/ricyde2016.04504>
- Chacón Cuberos, R., Arufe Giráldez, V., Cachón Zagalaz, J., Zagalaz Sánchez, M. y Castro García, D. (2016). Estudio relacional de la práctica deportiva en escolares según género. *Revista EuroAmericana de Ciencias del Deporte*, 5(1), 85-92.
- Contreras, R., Fernández, G., García, L. M., Palou, P. y Ponseti, J. (2010). El autoconcepto y su relación con la práctica deportiva de estudiantes adolescentes. *Revista Psicología del Deporte*, 19(1), 23-29.

- García Barrios, D, y Méndez-Ulrich, J. L. (2017). Estudiantes universitarios en riesgo de exclusión social: una aproximación a una realidad social oculta. *Revista de la Asociación de Sociología*, 10(1), 37-49.
- González-Zapata, L., Careño-Aguirre, C., Estrada, A., Monsalve-Álvarez, J. y Álvarez, L. S. (2017). Exceso de peso corporal en estudiantes universitarios según variables sociodemográficas y estilos de vida. *Revista Chilena de Nutrición*, 44(3), 251-261.
- Gutiérrez, J. M. y Cofiño, A. S. (2009). Metodología de Ajuste de los indicadores del CMBD del SNS. Una técnica genérica basada en Redes Bayesianas. Documento Técnico del Gobierno de España. Recuperado de: <http://icmbd.es/docs/metodologiaAjuste.pdf>
- Jiménez-Figueroa, A. E., Jara Gutiérrez, M. J. y Miranda Celis, E. R. (2012). Burnot, apoyo social y satisfacción laboral en docentes. *Revista Semestral de la Asociación Brasileña de Psicología Escolar y Educativa*, 16(1), 125-134.
- Linares-Manrique, M., Linares-Girela, D., Schmidt-Río-Valle, J., Mateo-Medina, O., Fernández-García, R. y Cruz-Quintana, F. (2016). Relación entre el autoconcepto físico, ansiedad e IMC en estudiantes universitarios mexicanos. *Revista Internacional de Medicina y Ciencias de la Actividad Física y del Deporte*, 16(63), 497-519.
- López-Bonilla, J. M., López-Bonilla, L. M., Serra, F. y Ribeiro, C. (2016). Relación entre actitudes hacia la actividad física y el deporte y el rendimiento académico de los estudiantes universitarios españoles y portugueses. *Revista Iberoamericana de Psicología del Ejercicio y el Deporte*, 10(2), 275-84.
- Martínez-Gómez, D., Martínez-de-Haro, V., Pozo, T., Welk, G, J., Villagra, A., Calle, M. E., Marcos, A, y Veiga, O. L. (2009). Fiabilidad y validez del Cuestionario de Actividad Física PAQ.A en adolescentes españoles. *Revista de Salud Pública*, 83, 427-439.
- Massenzana, F. (2017). Autoconcepto y autoestima; ¿sinónimos o constructos complementarios? *Revista PSOCIAL*, 3(1), 39-52.
- Moreno- Murcia, J. A., Marcos-Pardo, P. J. y Huéscar, E. (2016). Motivos de la práctica físico-deportiva en mujeres. Diferencias entre practicantes y no practicantes. *Revista de Psicología del Deporte*, 25(1), 35-41.
- Palomares Cuadros, J., González Naveros, S. L., Ortega Becerra, A., Padial Tuz, R. y Torres Campos, B. (2016). Análisis de las dimensiones del autoconcepto físico en función del género de los adolescentes, de una población media de la

- cuenca mediterránea española. *Revista Pensar en Movimiento*, 1-19.
Recuperado de: <http://dx.doi.org/10.15517/pensarmov.v%vi%i.20751>
- Rodríguez-Camero M. L., Rodríguez-Camero, N. y Azañón-Hernández, R. (2008). La construcción mediática de la enfermería. *Revista de Enfermería*, 17(2), recuperado de: http://scielo.isciii.es/scielo.php?pid=S1132-12962008000200009&script=sci_arttex.
- Sánchez Delgado, J. C., Ginneth Escobar Pinzón, S., Vega Camacho, J. D., Porras Solano, A. J., Fonseca, A. A. (2015). Actitudes hacia el ejercicio físico y práctica de actividad física en profesionales de la salud: estudio de corte transversal. *Archivos de Medicina*, 16(2), 237-45.
- Sánchez Ortega, L., Sánchez Juan, C. y Alfonso García, A. (2014). Valoración de un programa de ejercicio físico estructurado en pacientes con obesidad mórbida pendientes de cirugía bariátrica. *Revista Nutrición Hospitalaria*, 29(1), 64-72.
- Sebastián, V. H. (2012). Autoestima y autoconcepto docente. *Revista PHAINOMENON*, 11(1), 23-34.
- Silva Fhon, J. R., Ayala Caire, M., Valério Mendonca, J. A. y Parlezani Rodríguez, R. A. (2015). Estilo de vida asociado a autoestima y variables demográficas en estudiantes de enfermería. *Revista Científica de Ciencias de la Salud*, (92), 72-78. Recuperado de: <file:///C:/Users/Usuario/Downloads/233-302-1-PB.pdf>
- Valdés-Badilla, P., Godoy-Cumillaf, A., Herrera-Valenzuela, T. y Durán-Agüero, S. (2015). Comparación en hábitos alimentarios y condición física entre estudiantes de Educación Física y otras carreras universitarias. *Revista Nutrición Hospitalaria*, 32(2), 829-836.
- Zurita Ortega, F., Castro Sánchez, M., Álvaro González, J. I., Rodríguez Fernández, S. y Pérez Cortés, A. J. (2016). Autoconcepto, actividad física y familia: análisis de un modelo de ecuaciones estructurales. *Revista de Psicología del Deporte*, 25(1), 97-104.
- Zurita Ortega, F., Padial Ruz, R., Viciano Garofano, V., Martínez Martínez, A., Hinojo Lucena, M^a. A. y Cepero González, M. (2016). Perfil del estudiante de Educación Física en primaria. *Revista REDIE*, 18(2), 156-169. Recuperado de: <http://www.redalyc.org/pdf/155/15545663012.pdf>