

**ANÁLISIS DEL AUTOCONCEPTO FÍSICO Y SU RELACIÓN CON LA EDAD,  
EL SEXO Y LA PRÁCTICA DEPORTIVA EN UNA MUESTRA DE  
ADOLESCENTES**

**ANALYSIS OF PHYSICAL SELF-CONCEPT AND ITS RELATIONSHIP WITH  
AGE, SEX AND SPORTS IN A SAMPLE OF ADOLESCENCE**

**Autor:**

Mohamed-Mohamed, K.<sup>(1)</sup>; Villaverde-Gutiérrez, C.<sup>(2)</sup>; Ramírez-Rodrigo, J.<sup>(3)</sup>

**Institución:**

<sup>(1)</sup>Departamento de Educación Física. Ministerio de Educación, Cultura y Deporte (España)  
[lamak@correo.ugr.es](mailto:lamak@correo.ugr.es)

<sup>(2)</sup>Departamento de Fisiología. Universidad de Granada (España)

<sup>(3)</sup>Departamento de Enfermería. Universidad de Granada (España)

**Resumen:**

El propósito de este trabajo es analizar el autoconcepto físico y su relación con las variables edad, sexo y práctica deportiva. En el estudio han participado 230 adolescentes de las barriadas periféricas de Granada capital (España), con edades comprendidas entre los 12 y 18 años ( $M = 15.47$ ;  $DT = 1.87$ ), de los cuales 117 son chicos y 113 chicas, 143 realizan alguna práctica deportiva y 87 no. Se ha utilizado el Cuestionario de Autoconcepto Físico (CAF) para evaluar dicho constructo. Los análisis descriptivo e inferencial efectuados ponen de manifiesto que: los adolescentes procedentes de las barriadas periféricas de Granada capital tienen un autoconcepto físico positivo, el autoconcepto físico aumenta progresivamente desde la primera etapa de la adolescencia (preadolescencia) hasta la última (adolescencia tardía), los chicos presentan un autoconcepto físico más positivo que las chicas, los adolescentes que realizan alguna práctica deportiva tienen mejor autoconcepto físico frente a los que no la practican. En definitiva, las variables edad, sexo y práctica deportiva ejercen una influencia sobre el nivel de autoconcepto físico en la etapa de la adolescencia.

**Palabras Clave:** Autoconcepto físico, edad, sexo, práctica deportiva, adolescencia.

**Abstract:**

The purpose of this paper is to analyze the physical self-concept and its relationship with the variables age, sex and sports. In the study participated 230 adolescents of the outlying neighborhoods of Granada (Spain), aged between 12 and 18 years old ( $M = 15.47$ ;  $SD = 1.87$ ), of which 117 are boys and girls 113, 143 made some sports and 87 not. The Physical Self-Concept (Self-Description) Questionnaire (PSDQ) has been used to assess this construct. The descriptive and inferential analyses carried out show that: from the peripheral neighborhoods of Granada city teenagers have a positive physical self-concept, physical self-concept increases progressively from the first stage of adolescence (preadolescence) to the last (late adolescence), boys presented a more positive than the girls physical self-concept, teens who carried out some sports have better physical self-concept versus those that do not practice it. In short, the variables age, sex and sports have an influence on the level of physical self-concept in the adolescence stage.

**Key Words:** Physical self-concept, age, sex, sports practice, adolescence.

## 1. INTRODUCCIÓN

Actualmente, se considera que el autoconcepto tiene una naturaleza multidimensional (Molero, Zagalaz y Chacón, 2013), que engloba el autoconcepto académico y el no académico y este último, a su vez, incluiría el autoconcepto social, el emocional y el físico (Esnaola, 2008); siendo el modelo jerárquico de Shavelson, Hubner y Stanton (1976) uno de los más utilizados para explicar su estructura (Marsh, Martin y Jackson, 2010).

Sin duda, el autoconcepto ha sido considerado uno de los aspectos más relevantes para el bienestar personal (Molero et al., 2013). De manera general, muchos componentes conductuales se relacionan con este constructo, y han sido fruto de bastantes trabajos de investigación, quedando de manifiesto la importancia del autoconcepto físico en los mismos (Aróstegi, Goñi, Zubillaga e Infante, 2012; Fernández, Contreras, Martí y Hernández, 2011; Méndez-Giménez, Fernández-Río y Estrada, 2012; Videra y Reigal, 2013). A esta dimensión del autoconcepto (físico), se la puede definir como la opinión global que posee una persona de su propio físico, y refleja el propio juicio de la competencia, condición física y apariencia (Hagger, Hein y Chatzisarantis, 2011); definición similar a la propuesta por Esnaola, Rodríguez y Goñi (2011), que la describen como el conjunto de percepciones que tienen los individuos de sus habilidades y apariencia física. Sin embargo, Aranda y Sancho (2013) van más allá y la definen como una representación mental multidimensional, que las personas tienen de su realidad corporal, incluyendo elementos perceptivos, cognitivos, afectivos, emocionales, evaluativos y sociales.

Está demostrado que el autoconcepto físico está configurado por las ideas, creencias o percepciones que se tienen en el ámbito físico sobre la propia habilidad, la fuerza, el atractivo, la condición física y la competencia deportiva, entre otros (Revuelta y Esnaola, 2011). A este respecto, dos modelos sobre la naturaleza multidimensional del autoconcepto físico pueden ser destacados. Por un lado, el modelo de cuatro subdominios de Fox y Corbin (1989) que establece que la autovaloración física se subdivide en la competencia

deportiva, el atractivo del cuerpo, la condición física y la fuerza física (Goñi e Infante, 2010). Por otro lado, el modelo de Marsh, Richards, Johnson, Roche y Tremayne (1994) quienes señalan que la autopercepción física presenta once integrantes: fuerza, grasa corporal, actividad física, resistencia, competencia deportiva, coordinación, salud, apariencia física y flexibilidad, además del autoconcepto físico global y el autoestima (Marsh et al., 2010). Ambas estructuras son las más aceptadas en el ámbito de la psicología del deporte (Martínez, Soriano-Llorca y Hodalgo-Tello; 2013); basándose nuestro estudio en el modelo de Marhs et al. (1994).

Según Martínez et al. (2013), el autoconcepto físico se relaciona con el riesgo de sufrir trastornos alimentarios (Rodríguez y Esnaola, 2009); con el bienestar psicológico, la actividad física y los estilos de vida saludable (Reigal, Videra, Parra y Juárez, 2012); con las expectativas de éxito, el valor percibido y la dificultad percibida de la actividad física (Espinoza, Rodríguez, Gálvez, Vargas y Yáñez, 2011); con la práctica deportiva (Reigal, Videra, Márquez y Parra, 2013); con las influencias mediáticas (Contreras, Fernández, García, Palou y Ponseti, 2010); con la actividad físico deportiva, la motivación y la satisfacción con la vida (León, Núñez, Domínguez y Martín-Albo, 2012); y, por otra parte, se relaciona con las etapas del ciclo vital (Goñi, Rodríguez y Esnaola, 2010), mostrando capacidad para establecer diferencias en función de la edad, el sexo o la práctica deportiva (Fernández, Contreras, García y González, 2010); siendo este último enfoque en el que centraremos la investigación.

En lo que respecta a la edad, señalar que el autoconcepto físico es una dimensión de la personalidad y de la autopercepción que empieza a formarse en la niñez como distinción idiosincrática y como configuración de la persona independiente de los demás (Esnaola, 2008). No obstante, en este periodo de desarrollo no se distinguen las subdimensiones que lo componen, tal diferenciación en el ámbito de la autopercepción física empieza entre los 11 y 12 años (Molero et al., 2013), edades en las que se inicia la etapa de la adolescencia. Los cambios experimentados por el autoconcepto físico

asociados a la variable edad parecen no estar tan claros durante este periodo; en muchos casos las variaciones que se dan se relacionan a las sufridas por el autoconcepto general (Fernández et al., 2011). A pesar de ello, hay estudios que analizan el desarrollo del autoconcepto físico a lo largo de la preadolescencia (Guillén y Ramírez, 2011) y adolescencia (Candel, Olmedilla y Blas, 2008; Dieppa, Guillén, Machargo y Luján, 2008; Fuentes, García, Gracia y Lila, 2011; Marsh et al., 2010; Moreno, Cervelló y Moreno, 2008; Parker, Martin, Martínez, Marsh y Jackson, 2010; Ries, 2011). Autores como Núñez y González-Pineda (1994) y Videra y Reigal (2013) señalan que el autoconcepto físico parece experimentar un descenso durante la preadolescencia (de 12 a 14 años) y una mayor diferenciación entre sus componentes en la adolescencia; conclusión que también respaldan Pastor, Balaguer y García-Merita (2000), que afirman que la edad tiene una relación curvilínea con el autoconcepto físico durante el periodo adolescente, produciéndose un descenso durante la preadolescencia para luego invertirse en la adolescencia temprana y aumentar progresivamente en la adolescencia tardía y la adultez. Por otro lado, Goñi, Ruiz de Azúa y Rodríguez (2004) concluyeron que el autoconcepto físico sufría un descenso desde los 12 hasta los 16 años para luego mejorar progresivamente. Por su parte, Aranda y Sancho (2013), Esnaola (2005) y Goñi, Ruiz de Azúa y Rodríguez (2006) analizaron el autoconcepto físico en estudiantes de educación secundaria y bachillerato, observando una evolución positiva y diferencias significativas asociadas a la edad.

En relación al sexo, concretamente en la adolescencia, señalar que hay numerosas investigaciones que han evidenciado que el autoconcepto físico en chicas es significativamente inferior que al de los chicos (Goñi et al., 2004; Maiano, Ninot y Bilard, 2004; Marsh, Barnes, Cairns y Tidman, 2004; Moreno, Cervelló y Moreno, 2008). Estudios realizados por investigadores españoles también ponen de manifiesto las diferencias del autoconcepto físico en función del sexo, obteniéndose puntuaciones superiores de los chicos sobre las chicas en cada una de sus subdimensiones (Esnaola, 2008; Balaguer y Pastor, 2001; Ruiz de Azúa y Goñi, 2007). A pesar de ello, no todos coinciden en afirmar que

ese mayor autoconcepto físico en chicos se produzca en todas sus subdimensiones ni en la misma proporción (Fernández et al., 2011). Molero, Ortega, Valiente y Zagalaz (2010), señalan que se ha expuesto en diversos estudios cómo las chicas tienen mayor preocupación en aquellas subdimensiones relacionadas con su cuerpo e imagen, demostrándose que éstas son más críticas con sus cuerpos y están más preocupadas por la imagen corporal que los chicos (Aranda y Sancho, 2013; Asci, 2002; Marsh et al., 2010). Las chicas, a su vez, parecen asociar más el atractivo físico con el conjunto del autoconcepto, es decir, en todas sus subdimensiones; sin embargo, los chicos se basan más en aspectos relacionados con la competencia deportiva (Esnaola, 2008; Fletcher y Hattie, 2005; Goñi et al., 2006; Martínez et al., 2013).

Con respecto a la práctica deportiva, destacar que existen suficientes evidencias de cómo ésta se encuentra relacionada directamente con el nivel de autoconcepto físico (Fernández et al., 2010; Revuelta, Esnaola y Goñi, 2013), porque se pone de manifiesto la interpretación que los sujetos hacen de los cambios y características físicas que experimentan en la adolescencia (Carraro, Scarpa y Ventura, 2010; Reigal et al., 2013; Slutzky y Simpkins, 2009), condicionados por la relación que se tiene con el entorno, así como el rendimiento en diferentes ámbitos, entre ellos el deportivo (Guillén y Ramírez, 2011). De ahí, que el nivel de autoconcepto físico condicione la conducta hacia la práctica deportiva, provocando una mayor o menor adherencia a la misma y, como consecuencia ello, conductas más o menos saludables (Aróstegi et al., 2012; Goñi et al., 2006; Reigal, Videra, Martín y Ruiz de Mier, 2013). Diversos investigadores han indagado en la relación de la práctica deportiva con el autoconcepto físico. Vélez, Golem y Arent (2010) llevaron a cabo un estudio con adolescentes y concluyeron que la práctica deportiva provocaba una mejora en los niveles de autoconcepto físico; Carraro et al. (2010) señalan que la relación entre la práctica deportiva y un nivel de autoconcepto físico positivo o negativo, en adolescentes, está condicionado por el nivel de condición física;

conclusiones similares a las expuestas por Reigal, Becerra, Hernández y Martín (2014).

En base a los antecedentes descritos, la presente investigación analiza el autoconcepto físico y su relación con la edad, el sexo y la práctica deportiva en adolescentes. El objetivo principal consiste en determinar el nivel de autoconcepto físico al comparar grupos de edad (ciclos de estudio), sexo (chicos y chicas) y práctica deportiva (sí o no) en una muestra de adolescentes perteneciente a las barriadas periféricas de Granada capital (España).

## 2. MÉTODO

### 2.1. Diseño

La investigación responde a un diseño mixto, puesto que presenta un enfoque descriptivo (selectivo) y un enfoque asociativo (comparativo) (Ato, López y Benavente, 2013; Cubo, 2011; Hernández, Fernández y Baptista, 2006), en el que se ha usado la encuesta como herramienta para la toma de datos (Ato et al., 2013; Martín, 2011).

### 2.2. Participantes

La muestra seleccionada para esta investigación, de carácter aleatoria y representativa de un ejemplo conglomerado de población, ha sido de 230 adolescentes de las barriadas periféricas de Granada capital (España), de edades comprendidas entre los 12 y 18 años ( $M = 15.47$ ;  $DT = 1.87$ ) y que cursan 1º, 2º, 3º, 4º de ESO y 1º, 2º de Bachillerato; 70 (30,4%) en el 1er ciclo de ESO, 78 (33,9%) en el 2º ciclo de ESO y 82 (35,7%) en Bachillerato. Del total de la muestra, 117 (50,9%) son chicos y 113 (49,1%) chicas, 143 (62,2%) realizan alguna práctica deportiva y 87 (37,8%) no. La distribución de la muestra y sus características se pueden observar en la Tabla 1.

**Tabla 1.** Estadísticos descriptivos de las características de la muestra.

| Etapa | Ciclo | Sexo                   |                        | Edad                             |                                  | Participantes             |                                | Práctica Deportiva |                    |
|-------|-------|------------------------|------------------------|----------------------------------|----------------------------------|---------------------------|--------------------------------|--------------------|--------------------|
|       |       | Chicos<br><i>n</i> (%) | Chicas<br><i>n</i> (%) | Chicos<br><i>M</i> ( <i>DT</i> ) | Chicas<br><i>M</i> ( <i>DT</i> ) | Chicos/as<br><i>n</i> (%) | Edad<br><i>M</i> ( <i>DT</i> ) | Sí<br><i>n</i> (%) | No<br><i>n</i> (%) |
|       | 1º    | 29 (12.6)              | 41 (17.8)              | 12.97 (.77)                      | 13 (.94)                         | 70 (30.4)                 | 12.99 (.87)                    | 42 (60)            | 28 (40)            |

**Mohamed-Mohamed, K.; Villaverde-Gutiérrez, C.; Ramírez-Rodrigo, J. (2017). Análisis del autoconcepto físico y su relación con la edad, el sexo y la práctica deportiva en una muestra de adolescentes. *Trances*, 9(5):821-842.** 827

ISSN: 1989-6247

|              |    |            |            |              |              |           |              |            |           |
|--------------|----|------------|------------|--------------|--------------|-----------|--------------|------------|-----------|
| ESO          | 2º | 44 (19.2)  | 34 (14.7)  | 16.05 (.60)  | 15.88 (.68)  | 78 (33.9) | 15.97 (.64)  | 45 (57.7)  | 33 (42.3) |
| Bachillerato |    | 44 (19.2)  | 38 (16.5)  | 17.05 (.77)  | 17.16 (.82)  | 82 (35.7) | 17.10 (.79)  | 56 (68.3)  | 26 (31.7) |
| Total        |    | 117 (50.9) | 113 (49.1) | 15.66 (1.76) | 15.27 (1.97) | 230 (100) | 15.47 (1.87) | 143 (62.2) | 87 (37.8) |

*n*: número de participantes; %: porcentaje; *M*: media; *DT*: desviación típica

### 2.3. Instrumentos

Los instrumentos utilizados para la medida del autoconcepto físico fueron los siguientes:

a) Cuestionario sociodemográfico. Formado por ítems con cuestiones relativas a la edad, sexo y práctica deportiva para situar la muestra objeto de estudio.

b) Cuestionario de Autoconcepto Físico (CAF; Tomás, González-Romá y Balaguer, 1999). Formado por 70 ítems, 49 redactados de manera directa y 21 de forma inversa, diseñado para medir 11 dimensiones; salud (ítems 1, 12, 23, 34, 45, 56, 67, 69), coordinación (ítems 2, 13, 24, 35, 46, 57), actividad física (ítems 3, 14, 25, 36, 47, 58), grasa corporal (ítems 4, 15, 26, 37, 48, 59), competencia deportiva (ítems 5, 16, 27, 38, 49, 60), apariencia física (ítems 7, 18, 29, 40, 51, 62), fuerza (ítems 8, 19, 30, 41, 52, 63), flexibilidad (ítems 9, 20, 31, 42, 53, 64), resistencia (ítems 10, 21, 32, 43, 54, 65), autoconcepto físico global (ítems 6, 17, 28, 39, 50, 61) y autoestima (ítems 11, 22, 33, 44, 55, 66, 68, 70). El formato de respuesta consta de una escala puntuada del 1 al 6, siendo 1 un grado de desacuerdo alto con lo que dicta el ítem y 6 muy de acuerdo, de modo que a mayor puntuación en cada ítem mayor es el nivel en esa dimensión y como consecuencia el autoconcepto físico, llegándose a alcanzar una puntuación comprendida en un intervalo de 11 a 66 puntos. En relación a las propiedades psicométricas del cuestionario en cuanto a fiabilidad, señalar que la consistencia interna es de un  $\alpha = .92$ .

### 2.4. Procedimiento

El primer paso consistió en seleccionar al azar un centro escolar en el que la muestra estuviese formada por estudiantes pertenecientes a las barriadas periféricas de Granada capital (Beas de Granada, Huetor-Santillán, El Fargue, entre otras); para ello se seleccionó al I.E.S. Albayzín, puesto que era ~~de los pocos centros que cumplía con este criterio y de esta forma obtener un~~ Mohamed-Mohamed, K.; Villaverde-Gutiérrez, C.; Ramírez-Rodrigo, J. (2017). Análisis del autoconcepto físico y su relación con la edad, el sexo y la práctica deportiva en una muestra de adolescentes. *Trances*, 9(5):821-842. 828



ejemplo conglomerado de esta población. A continuación, se contactó con dicho centro para solicitar el permiso pertinente a la dirección y el consentimiento de los padres para que sus hijos pudieran formar parte de la investigación, informando que la participación de los adolescentes sería anónima y voluntaria. Posteriormente, los cuestionarios fueron autoadministrados en horario lectivo y se aplicaron de manera colectiva (por curso) para su correcta explicación y resolución de posibles dudas. Los participantes desconocían la finalidad del estudio (ciego único) con el fin de evitar respuestas no sinceras y reducir al máximo el efecto de deseabilidad social. El tiempo medio empleado para finalizar los cuestionarios con cada curso fue de 40 minutos, y en su recogida se verificaron si estaban cumplimentados correctamente.

## **2.5. Análisis estadístico**

Para el procesamiento estadístico de los datos se ha usado el programa informatizado SPSS en su versión 20.0, llevando a cabo un análisis descriptivo e inferencial. Se ha aplicado metodología convencional para la descripción de las variables. Para las variables numéricas se ha considerado como medida de tendencia central la Media (M), y de dispersión la Desviación Típica (DT). En el caso de las variables categóricas se ha utilizado el número de participantes (n) y los porcentajes (%). En relación al análisis inferencial, se realizó un examen previo que puso de manifiesto la existencia de valores extremos que hacían dudar de la parametricidad de la muestra. Este extremo fue confirmado tras un test de Kolmogorov-Smirnov con ajuste de la significación de Lilliefors, que contrasta la hipótesis nula de ajuste a una distribución normal, quedando patente el carácter no paramétrico de las observaciones. Así pues, para las diferencias entre las variables cuantitativas se ha optado por el análisis de Kruskal-Wallis. En todos los casos se ha considerado como límite de significación estadística el valor de probabilidad de error  $p \leq .050$ .

## **3. RESULTADOS**

La Tabla 2 presenta la puntuación total y en cada una de las dimensiones del autoconcepto físico en la muestra objeto de estudio, así como en los tres ciclos que conforman la misma (1er, 2º ciclo de ESO y Bachillerato) para determinar aquellas diferencias entre grupos de edad que resultaron significativas.

La muestra en su conjunto alcanza una M = 44.23, por encima del punto medio teórico (38.50), indicativo de que los sujetos tienen un autoconcepto físico positivo; siendo las dimensiones mejor puntuadas las de salud (M = 4.67), autoestima (M = 4.63), grasa corporal (M = 4.55) y autoconcepto físico global (M = 4.33), mientras que el resto presentan una M entre 3.64 y 3.94, logrando también puntuaciones superiores al punto medio teórico de la escala (3.50), a excepción de la flexibilidad (M = 3.26).

**Tabla 2.** Puntuación del autoconcepto físico en la muestra y según la variable edad (ciclos).

| Dimensiones del Cuestionario | 1º Ciclo ESO |      | 2º Ciclo ESO |      | Bachillerato |      | p    | Muestra |      |
|------------------------------|--------------|------|--------------|------|--------------|------|------|---------|------|
|                              | M            | DT   | M            | DT   | M            | DT   |      | M       | DT   |
| Salud                        | 4.52         | .94  | 4.48         | .83  | 4.98         | .63  | .001 | 4.67    | .83  |
| Coordinación                 | 3.56         | .74  | 4.17         | .71  | 4.00         | .73  | .001 | 3.92    | .77  |
| Actividad Física Realizada   | 3.82         | .91  | 3.98         | 1.22 | 4.00         | 1.25 | .001 | 3.94    | 1.14 |
| Grasa Corporal               | 4.89         | 1.06 | 3.92         | .97  | 4.86         | 1.01 |      | 4.55    | 1.11 |
| Competencia Deportiva        | 3.53         | 1.11 | 3.89         | .84  | 4.01         | 1.08 | .001 | 3.82    | 1.03 |
| Apariencia Física            | 3.29         | 1.04 | 3.71         | .92  | 3.92         | .65  |      | 3.66    | .91  |
| Fuerza                       | 3.74         | .99  | 3.50         | .80  | 3.68         | .81  | .001 | 3.64    | .87  |
| Flexibilidad                 | 3.26         | 1.19 | 3.26         | .70  | 3.27         | .90  |      | 3.26    | .94  |
| Resistencia                  | 3.63         | .93  | 3.67         | .98  | 4.09         | 1.17 | .001 | 3.81    | 1.06 |
| Autoconcepto Físico Global   | 4.24         | .99  | 4.14         | .81  | 4.59         | .74  | .001 | 4.33    | .86  |
| Autoestima                   | 4.34         | .78  | 4.73         | .54  | 4.78         | .58  | .001 | 4.63    | .66  |
| Puntuación Total             | 42.82        | .97  | 43.45        | .85  | 46.18        | .87  | .001 | 44.23   | .93  |

M: media; DT: desviación típica; \*\*\* p ≤ .001

Analizando por grupos de edad (Aranda y Sancho, 2013; Pastor et al., 2000); 1er ciclo de ESO (12-14 años, preadolescencia), 2º ciclo de ESO (14-16 años, adolescencia temprana) y Bachillerato (16-18, adolescencia tardía); se observa que los adolescentes que presentan un mayor autoconcepto físico son aquellos que cursan Bachillerato (M = 46.18), seguido por orden descendente de 2º (M = 43.45) y 1er ciclo de ESO (M = 42.82), apreciándose diferencias significativas con una p = .001. Por otro lado, en el análisis de las dimensiones del autoconcepto físico también se evidencian diferencias significativas al mismo nivel (p = .001) en salud, coordinación, actividad física realizada,

competencia deportiva, fuerza, resistencia, autoconcepto físico global y autoestima.

En la Tabla 3 se presentan las puntuaciones obtenidas en el autoconcepto físico según la variable sexo, así como aquellas diferencias entre chicos y chicas que resultaron significativas.

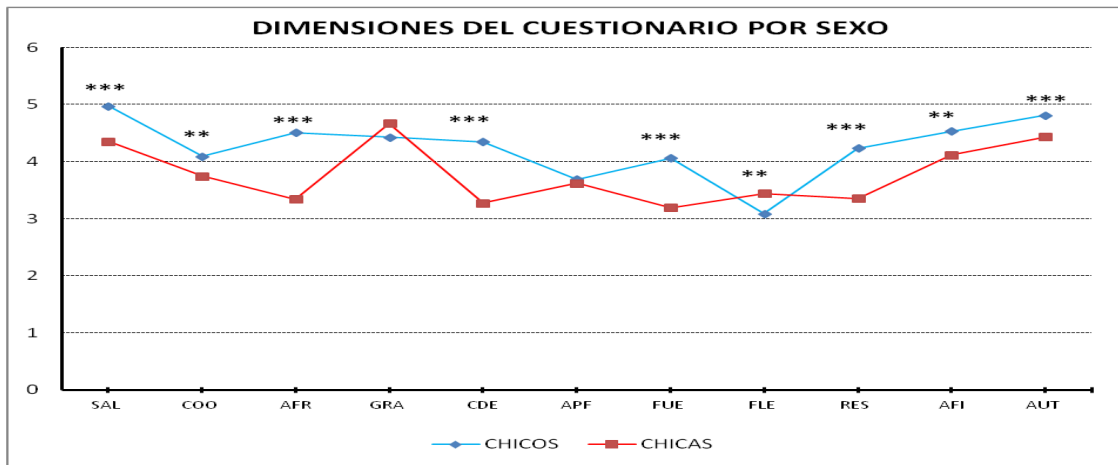
**Tabla 3.** Puntuación del autoconcepto físico según la variable sexo.

| Dimensiones del Cuestionario | Chicos |      | Chicas |      | p    |
|------------------------------|--------|------|--------|------|------|
|                              | M      | DT   | M      | DT   |      |
| Salud                        | 4.98   | .65  | 4.35   | .88  | .001 |
| Coordinación                 | 4.10   | .79  | 3.75   | .70  | .010 |
| Actividad Física Realizada   | 4.51   | 1.00 | 3.34   | .97  | .001 |
| Grasa Corporal               | 4.43   | 1.17 | 4.67   | 1.03 |      |
| Competencia Deportiva        | 4.35   | .84  | 3.28   | .93  | .001 |
| Apariencia Física            | 3.69   | .80  | 3.62   | 1.01 |      |
| Fuerza                       | 4.07   | .78  | 3.20   | .73  | .001 |
| Flexibilidad                 | 3.09   | .85  | 3.44   | .99  | .010 |
| Resistencia                  | 4.24   | 1.01 | 3.36   | .90  | .001 |
| Autoconcepto Físico Global   | 4.53   | .76  | 4.12   | .91  | .010 |
| Autoestima                   | 4.81   | .48  | 4.44   | .76  | .001 |
| Puntuación Total             | 46.80  | .83  | 41.57  | .89  | .005 |

M: media; DT: desviación típica; \*\*  $p \leq .010$ ; \*\*\*  $p \leq .001$

En puntuación total, los chicos muestran un autoconcepto físico (M = 46.80) más positivo que las chicas (M = 41.57), siendo el nivel de significación de una  $p = .005$ . Si analizamos por dimensiones (Figura 1), se evidencian diferencias significativas ( $.010 \geq p \geq .001$ ) en salud, coordinación, actividad física realizada, competencia deportiva, fuerza, flexibilidad, resistencia, autoconcepto físico global y autoestima; logrando una mejor puntuación las chicas sólo en flexibilidad.

SAL: salud; COO: coordinación; AFR: actividad física realizada; GRA: grasa corporal; CDE: competencia deportiva; APF: apariencia física; FUE: fuerza; FLE: flexibilidad; RES: resistencia; AFI: autoconcepto físico global; AUT: autoestima; \*\*  $p \leq .010$ ; \*\*\*  $p \leq .001$



**Figura 1.** Puntuaciones en las dimensiones del autoconcepto físico según la variable sexo.

En cuanto a las puntuaciones en el autoconcepto físico según la variable práctica deportiva, expuestas en la Tabla 4, se aprecia que los sujetos que realizan alguna práctica deportiva presentan un autoconcepto físico más positivo ( $M = 46.07$ ) que los que no la practican ( $M = 41.20$ ), dándose una diferencia significativa con una  $p = .010$ .

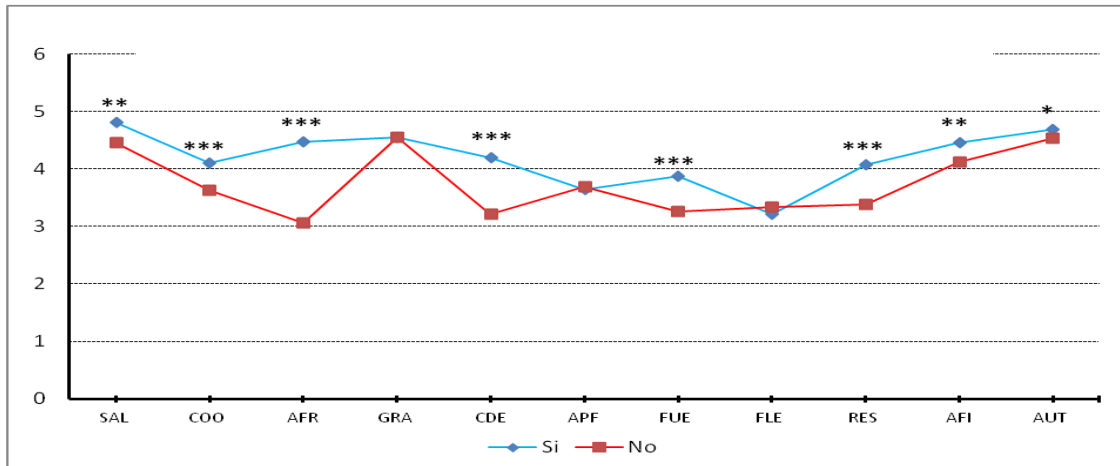
**Tabla 4.** Puntuación del autoconcepto físico según la variable práctica deportiva.

| Dimensiones del Cuestionario | Sí    |      | No    |     | p    |
|------------------------------|-------|------|-------|-----|------|
|                              | M     | DT   | M     | DT  |      |
| Salud                        | 4.80  | .83  | 4.45  | .79 | .010 |
| Coordinación                 | 4.10  | .80  | 3.63  | .61 | .001 |
| Actividad Física Realizada   | 4.48  | .93  | 3.05  | .88 | .001 |
| Grasa Corporal               | 4.55  | 1.20 | 4.55  | .93 |      |
| Competencia Deportiva        | 4.19  | .99  | 3.22  | .79 | .001 |
| Apariencia Física            | 3.64  | .94  | 3.69  | .85 |      |
| Fuerza                       | 3.87  | .86  | 3.26  | .74 | .001 |
| Flexibilidad                 | 3.22  | .98  | 3.34  | .85 |      |
| Resistencia                  | 4.07  | 1.11 | 3.37  | .79 | .001 |
| Autoconcepto Físico Global   | 4.46  | .88  | 4.11  | .80 | .010 |
| Autoestima                   | 4.69  | .67  | 4.53  | .63 | .050 |
| Puntuación Total             | 46.07 | .93  | 41.20 | .79 | .010 |

M: media; DT: desviación típica; \*  $p \leq .050$ ; \*\*  $p \leq .010$ ; \*\*\*  $p \leq .001$

Por último, señalar que entre los dos grupos se presentan diferencias significativas ( $.050 \geq p \geq .001$ ) en las dimensiones de salud, coordinación, actividad física realizada, competencia deportiva, fuerza, resistencia, autoconcepto físico global y autoestima (Figura 2).

SAL: salud; COO: coordinación; AFR: actividad física realizada; GRA: grasa corporal; CDE: competencia deportiva; APF: apariencia física; FUE: fuerza; FLE: flexibilidad; RES: resistencia; AFI: autoconcepto físico global; AUT: autoestima; \*  $p \leq .050$ ; \*\*  $p \leq .010$ ; \*\*\*  $p \leq .001$



**Figura 2.** Puntuaciones en las dimensiones del autoconcepto físico según la variable práctica deportiva.

#### 4. DISCUSIÓN

El presente trabajo trata de determinar el nivel de autoconcepto físico en una muestra de adolescentes perteneciente a las barriadas periféricas de Granada capital (España), y su relación con las variables edad, sexo y práctica deportiva; empleando para ello un análisis descriptivo e inferencial. Este objetivo tiene una gran relevancia en estas edades dadas las implicaciones que el autoconcepto físico tiene en el desarrollo personal de los adolescentes, siendo un constructo muy estudiado en las últimas décadas. En esta etapa, son numerosos los cambios a nivel físico y emocional que suceden, los cuales pueden estar influidos por cómo se sienten y se perciben (Esnaola, Goñi y Madariaga, 2008; Goñi, Fernández-Zabala e Infante, 2012; Goñi e Infante, 2010).

Respecto a los datos analizados, se puede observar que las puntuaciones medias obtenidas con el Cuestionario de Autoconcepto Físico (CAF; Tomás et al., 1999) se aproximan a las de otras investigaciones con poblaciones y muestras de edad similar (Molero et al., 2010; Videra y Reigal, 2013). Además, se aprecia que los resultados del autoconcepto físico y su relación con la edad, el sexo y la práctica deportiva también son similares a los valores medios considerados para población adolescente, lo que permite considerar la muestra de este trabajo cercana a los perfiles mostrados en otras investigaciones (Moreno y Cervelló, 2005; Soriano, Navas y Hodalgo, 2011).

Los análisis realizados satisfacen la finalidad de la investigación, indicando que existe una relación significativa en el autoconcepto físico al comparar grupos de edad, sexo y práctica deportiva, así como en casi todas las dimensiones (salud, coordinación, actividad física realizada, grasa corporal, competencia deportiva, apariencia física, fuerza, flexibilidad, resistencia, autoconcepto físico global y autoestima) que conforman el constructo.

Considerando la muestra en su conjunto, los resultados encontrados se sitúan en la línea de otros que señalan la existencia de un nivel de autoconcepto físico positivo en la adolescencia (Aranda y Sancho, 2013; Maiano et al., 2004), aunque con ciertos matices, debido a la dificultad de su estudio en este periodo por las variaciones que se dan en el autoconcepto general (Esnaola, 2008). Muestra de ello, tal y como se afirma en otras investigaciones (Goñi et al., 2004; Goñi y Zulaika, 2000), es que esa tendencia positiva no se presenta de la misma forma en toda la etapa de la adolescencia, sino que hay momentos en los que es más baja, sobre todo en la preadolescencia. En nuestro estudio, al analizar el constructo por grupos de edad (1er ciclo de ESO, 2º ciclo de ESO y Bachillerato) observamos que se experimenta una tendencia curvilínea, siendo mayor el nivel de autoconcepto físico conforme se avanza en edad. Esta conclusión coincide con otros trabajos que ponen de manifiesto una evolución positiva y diferencias significativas asociadas a la edad durante el periodo adolescente (Fernández et al., 2011; Soriano et al., 2011).

El autoconcepto físico asociado a la variable sexo nos arroja unos resultados en los que queda patente que los chicos alcanzan una puntuación más alta que las chicas, a pesar de que en ambos sexos el nivel es positivo. Estos resultados se encuentran en la línea señalada por otros autores, que señalan que esto se debe principalmente a que las chicas asocian al constructo una mayor preocupación en aquellas cuestiones (ítems) relacionadas con su cuerpo e imagen, demostrándose que éstas son más críticas que los chicos (Crocker, Sabiston, Kowalski, McDonough y Kowalski, 2006; Dunton, Jamner y Cooper, 2003; Dunton, Schneider, Graham y Cooper, 2006). Tendencia que

también se da en casi todas las dimensiones que componen el autoconcepto físico, excepto en flexibilidad, donde las chicas logran una mejor puntuación. Por otro lado, diversos autores han puesto de manifiesto que estas diferencias se deben a aspectos relacionados con el atractivo físico y la competencia deportiva (Fernández et al., 2010; Klomsten, Skaalvik y Espens, 2004).

En cuanto a los resultados que exponen la relación entre el autoconcepto físico y la práctica deportiva, señalar que los adolescentes que la llevan a cabo presentan un nivel de autoconcepto físico más positivo que los que no la practican, situación similar que se da en casi todas las dimensiones. Gran parte de las investigaciones que han relacionado el constructo con la práctica deportiva presentan conclusiones análogas (Dieppa et al., 2008; Esnaola y Revuelta, 2009; Infante y Zulaika, 2009). Sin embargo, hay autores que señalan que estas diferencias se dan como consecuencia de la influencia de factores como la condición física y la composición corporal (Carraro et al., 2010; Morano, Colella, Robazza, Bortoli y Capranica, 2011; Taylor y Fox, 2005).

Sin duda, en la etapa de la adolescencia se van produciendo modificaciones en la imagen personal que obligan a reformular el autoconcepto físico, contribuyendo paulatinamente a su consolidación. De ahí que las variables edad, sexo y práctica deportiva ejerzan una gran influencia sobre el autoconcepto físico a medida que avanza la adolescencia, ya que la fuerza de los estereotipos genera una mayor dependencia del aspecto físico, asunto que hay que considerar cuando se reflexiona sobre el autoconcepto físico en la adolescencia (Fuentes et al., 2011; Reigal et al., 2014).

#### **4. CONCLUSIONES**

En base a los resultados obtenidos, esta investigación pone de manifiesto que: 1) los adolescentes procedentes de las barriadas periféricas de Granada capital tienen un autoconcepto físico positivo, 2) los niveles de autoconcepto físico aumentan progresivamente desde el 1er ciclo de ESO

hasta la etapa de Bachillerato, es decir, desde la preadolescencia hasta la adolescencia tardía, 3) los chicos presentan un autoconcepto físico más positivo que las chicas, 4) los adolescentes que realizan alguna práctica deportiva tienen mejor autoconcepto físico frente a los que no la practican.

En definitiva, se pone de manifiesto la influencia que ejercen las variables edad, sexo y práctica deportiva sobre el autoconcepto físico en la adolescencia, variables que corroboran las teorías que señalan a los factores internos y externos como determinantes claves para una evaluación del concepto personal, lo que debe ser valorado adecuadamente dado el impacto que tiene el autoconcepto físico en el desarrollo de los adolescentes.

## **5. REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS**

- Aranda, A. F. y Sancho, J. C. (2013). Diferencias en autoconcepto físico en escolares de primaria y secundaria. *Investigación y Desarrollo*, 2(18), 93-102.
- Aróstegi, B., Goñi, A., Zubillaga, A. e Infante, G. (2012). El autoconcepto físico de jóvenes futbolistas de alto rendimiento. *Cuadernos de Psicología del Deporte*, 13(1), 9-14.
- Asci, F. H. (2002). An investigation of age and gender differences in physical self-concept among Turkish late adolescents. *Adolescence*, 37(146), 365-371.
- Ato, M., López, J. y Benavente, A. (2013). Un sistema de clasificación de los diseños de investigación en psicología. *Anales de Psicología*, 29(3), 1038-1059.
- Balaguer, I. y Pastor, Y. (2001). Un estudio acerca de la relación entre el autoconcepto y los estilos de vida en la adolescencia media. *Psicothema*, 13, 79-86.
- Candel, N., Olmedilla, A. y Blas, A. (2008). Relaciones entre la práctica de actividad física y el autoconcepto, la ansiedad y la depresión en chicas adolescentes. *Cuadernos de Psicología del Deporte*, 8(1), 61-77.
- Carraro, A., Scarpa, S. y Ventura, L. (2010). Relationships between physical self-concept and physical fitness in Italian adolescents. *Perceptual and Motor Skills*, 110(2), 522-530.



- Contreras, O. R., Fernández, J. G., García, L. M., Palou, P. y Ponseti, J. (2010). El autoconcepto físico y su relación con la práctica deportiva en estudiantes adolescentes. *Revista de Psicología del Deporte*, 19(1), 23-39.
- Crocker, P. R. E., Sabiston, C. M., Kowalski, K. C., McDonough, M. H. y Kowalski, N. (2006). Longitudinal assessment of the relationship between physical self-concept and health-related behavior and emotion in adolescent girls. *Journal of Applied Sport Psychology*, 18(3), 185-200.
- Cubo, S. (2011). Investigación cuasiexperimental. En S. Cubo, B. Martín y J. L. Ramos (Eds.), *Métodos de investigación y análisis de datos en ciencias sociales y de la salud* (pp. 235-328). Madrid: Pirámide.
- Dieppa, M., Guillén, F., Machargo, J. y Luján, I. (2008). Autoconcepto general y físico en jóvenes españoles y brasileños que practican actividad física versus no practicantes. *Revista de Psicología del Deporte*, 17(2), 221-239.
- Dunton, G. F., Jamner, M. S. y Cooper, D. M. (2003). Physical self-concept in adolescent girls: behavioral and physical correlation. *Research Quarterly for Exercise and Sport*, 74, 360-365.
- Dunton, G. F., Schneider, M., Graham, D. J. y Cooper, D. M. (2006). Physical activity, fitness, and physical self-concept in adolescent females. *Pediatric Exercise Science*, 18, 240-251.
- Esnaola, I. (2005). *Elaboración y validación del cuestionario AutoKontzeptu Fisiokoaren Itaunketa de autoconcepto físico*. Leioa: Universidad del País Vasco.
- Esnaola, I. (2008). El autoconcepto físico durante el ciclo vital. *Anales de Psicología*, 24(1), 1-8.
- Esnaola, I., Goñi, A. y Madariaga, J. M. (2008). El autoconcepto: perspectivas de investigación. *Revista de Psicodidáctica*, 13(1), 179-194.
- Esnaola, I. y Revuelta, L. (2009). Relaciones entre la actividad física, autoconcepto físico, expectativas, valor percibido y dificultad percibida. *Acción psicológica*, 6(2), 31-43.
- Esnaola, I., Rodríguez, A. y Goñi, E. (2011). Propiedades psicométricas del cuestionario de autoconcepto AF5. *Anales de Psicología*, 27(1), 109-117.
- Espinoza, O. L., Rodríguez, R. F., Gálvez, C. J., Vargas, C. P. y Yáñez, S. R. (2011). Valoración del autoconcepto físico en estudiantes universitarios y su relación con la práctica deportiva. *Revista Motricidad Humana*, 12(1), 22-26.
- Fernández, J. G., Contreras, O. R., García, L. M. y González, S. (2010). Autoconcepto físico según la actividad físico-deportiva realizada y la

- motivación hacia ésta. *Revista Latinoamericana de Psicología*, 42(2), 251-263.
- Fernández, J. G., Contreras, O. R., Martí, I. G. y Hernández, J. A. (2011). El autoconcepto físico en educación secundaria. Diferencias en función del género y la edad. *Revista Gallego-Portuguesa de Psicología e Educación*, 19(1), 1138-1663.
- Fletcher, R. y Hattie, J. (2005). Gender differences in physical self-concept: a multidimensional differential item functioning analysis. *Educational and Psychology Measurement*, 65(4), 657-667.
- Fox, K. R. y Corbin, C. B. (1989). The physical self-perception profile: development and preliminary validation. *Journal of Sports and Exercise Psychology*, 11, 408-430.
- Fuentes, M. C., García, J. F., Gracia, E. y Lila, M. (2011). Autoconcepto y ajuste psicosocial en la adolescencia. *Psicothema*, 23(1), 7-12.
- Goñi, E., Fernández-Zabala, A. e Infante, G. (2012). El autoconcepto personal: diferencias asociadas a la edad y al sexo. *Aula Abierta*, 40(1), 39-50.
- Goñi, E. e Infante, G. (2010). Actividad físico-deportiva, autoconcepto físico y satisfacción con la vida. *European Journal of Education and Psychology*, 3(2), 199-208.
- Goñi, A., Rodríguez, A. y Esnaola, I. (2010). Las autopercepciones físicas en la edad adulta y en la vejez. *Psicothema*, 22(3), 460-467.
- Goñi, A., Ruiz de Azúa, S. y Rodríguez, A. (2004). Deporte y autoconcepto físico. En A. Goñi (Ed.), *El autoconcepto físico* (pp. 81-97). Madrid: Pirámide.
- Goñi, A., Ruiz de Azúa, S. y Rodríguez, A. (2006). *Cuestionario del Autoconcepto Físico (CAF). Manual*. Madrid: EOS.
- Goñi, A. y Zulaica, L. M. (2000). La participación en el deporte escolar y el autoconcepto en escolares de 10 a 11 años de la provincia de Guipúzcoa. *Apunts. Educación Física y Deportes*, 59, 6-10.
- Guillén, F. y Ramírez, M. (2011). Relación entre el autoconcepto y la condición física en alumnos del tercer ciclo de primaria. *Revista de Psicología del Deporte*, 20(1), 45-59.
- Hagger, M. S., Hein, V. y Chatzisarantis, N. L. D. (2011). Achievement goals, physical self-concept and social physique anxiety in a physical activity context. *Journal of Applied Social Psychology*, 41(6), 1299-1339.

- Hernández, R., Fernández, C. y Baptista, P. (2006). *Metodología de la Investigación*. México: McGraw-Hill.
- Infante, G. y Zulaika, L. M. (2009). Actividad física y autoconcepto físico. En A. Goñi (Ed.), *El autoconcepto físico: psicología y educación* (pp. 125-153). Madrid: Pirámide.
- Klomsten, A. T., Skaalvik, E. M. y Espens, G. A. (2004). Physical self-concept and sports: do gender differences still exist?. *Sex Roles*, 50(2), 119-127.
- León, J., Núñez, J. L., Domínguez, E. y Martín-Albo, J. (2012). Motivación intrínseca, autoconcepto físico y satisfacción con la vida en participantes de ejercicio físico: análisis de un modelo de ecuaciones estructurales en el entorno de programación R. *Revista Iberoamericana de Psicología del Ejercicio y el Deporte*, 8(1), 39-58.
- Maiano, C., Ninot, G. y Bilard, J. (2004). Age and gender effects on global self-esteem and physical self-perception in adolescents. *European Physical Education Review*, 10(1), 53-69.
- Marsh, H. W., Barnes, J., Cairns, L. y Tidman, M. (2004). Self-Description Questionnaire: age and sex effects in the structure and level of self-concept for preadolescent children. *Journal of Educational Psychology*, 86, 439-456.
- Marsh, H. W., Martin, A. J. y Jackson, S. (2010). Introducing a short version of the Physical Self-Description Questionnaire: New strategies, Short-form evaluative criteria, and applications of factor analyses. *Journal of Sport and Exercise Psychology*, 32, 438-482.
- Marsh, H. W., Richards, G. E., Johnson, S., Roche, L. y Tremayne, P. (1994). Physical Self-Description Questionnaire: psychometric properties and a multitrait-multimethod analysis of relation to existing instruments. *Journal of Sports and Exercise Psychology*, 16, 270-305.
- Martín, B. (2011). Técnicas e instrumentos de recogida de información. En S. Cubo, B. Martín y J. L. Ramos (Eds.), *Métodos de investigación y análisis de datos en ciencias sociales y de la salud* (pp. 387-407). Madrid: Pirámide.
- Martínez, L. N., Soriano-Llorca, J. A. y Hodalgo-Tello, F. P. (2013). Cuestionario de Autoconcepto Físico (CAF) en una muestra de estudiantes chilenos. *Electronic Journal of Research in Educational Psychology*, 11(3), 809-830.
- Méndez-Giménez, A., Fernández-Río, J. y Estrada, J. A. (2012). Papel importante del alumnado, necesidades psicológicas básicas, regulaciones motivacionales y autoconcepto físico en educación física. *Cuadernos de Psicología del Deporte*, 13(1), 71-82.

- Molero, D., Ortega, F., Valiente, I. y Zagalaz, M. L. (2010). Estudio comparativo del autoconcepto físico en adolescentes en función del género y del nivel de actividad físico-deportiva. *Retos. Nuevas tendencias en Educación Física, Deporte y Recreación*, 17, 38-41.
- Molero, D., Zagalaz, M. L. y Chacón, J. (2013). Estudio comparativo del autoconcepto físico a lo largo del ciclo vital. *Revista de Psicología del Deporte*, 22(1), 135-142.
- Morano, M., Colella, D., Robazza, C., Bortoli, L. y Capranica, L. (2011). Physical self-perception and motor performance in normal-weight, overweight and obese children. *Scandinavian Journal of Medicine and Science in Sports*, 21(3), 465-473.
- Moreno, J. A. y Cervelló, E. (2005). Physical self-perception in Spanish adolescents: effects of gender and involvement in physical activity. *Journal of Human Movement Studies*, 48, 291-311.
- Moreno, J. A., Cervelló, E. y 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.
- Núñez, J. C. y González-Pineda, J. A. (1994). *Determinantes del rendimiento académico. Variables cognitivo-motivacionales, atribucionales, uso de estrategias y autoconcepto*. Oviedo: Universidad de Oviedo.
- Parker, P. D., Martin, A. J., Martínez, C., Marsh, H. W. y Jackson, S. (2010). Longitudinal approaches to stages of change measurement: effects on cognitive and behavioral physical activity factors. *Measurement and Evaluation in Counseling and Development*, 43(2), 108-120.
- Pastor, Y., Balaguer, I. y García-Merita L. (2000). Influence of multidimensional self-concept on health related lifestyle. *International Journal of Psychology*, 35(3), 169-173.
- Reigal, R., Becerra, C., Hernández, A. y Martín, I. (2014). Relación del autoconcepto con la condición física y la composición corporal en una muestra de adolescentes. *Anales de Psicología*, 30(3), 1079-1085.
- Reigal, R., Videra, A., Márquez, M. V. y Parra, J. L. (2013). Autoconcepto físico multidimensional y barreras para la práctica física en la adolescencia. *Apunts. Educación Física y Deportes*, 111(1), 23-28.
- Reigal, R., Videra, A., Martín, I. y Ruiz de Mier, R. J. (2013). Importancia del autoconcepto físico y la autoeficacia general en la predicción de la conducta de práctica física. *Apunts. Educación Física y Deportes*, 112(2), 46-51.

- Reigal, R., Videra, A., Parra, J. L. y 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.
- Revuelta, L. y Esnaola, I. (2011). Clima familiar deportivo y autoconcepto físico en la adolescencia. *European Journal of Education and Psychology*, 4(1), 19-31.
- Revuelta, L., Esnaola, I. y Goñi, A. (2013). El autoconcepto físico como determinante de la actividad físico-deportiva durante la adolescencia. *Behavioral Psychology*, 21(3), 581-601.
- Ries, F. (2011). El autoconcepto físico en adolescentes sevillanos en función del sexo y de la evolución de la carrera deportiva. *Retos. Nuevas tendencias en Educación Física, Deporte y Recreación*, 19, 38-42.
- Rodríguez, A. y Esnaola, I. (2009). Los trastornos de la conducta alimentaria y el autoconcepto físico. En A. Goñi (Ed.), *El autoconcepto físico* (pp. 173-192). Madrid: Pirámide.
- Ruiz de Azúa, S. y Goñi, E. (2007). Diferencias de género en la relación entre el autoconcepto físico y el consumo de tabaco y alcohol. *INFAD. International Journal of Developmental and Educational Psychology*, 1(2), 187-198.
- Shavelson, R. J., Hubner, J. J. y Stanton, G. C. (1976). Self-concept: validation of construct interpretations. *Review of Educational Research*, 46, 407-441.
- Slutzky, C. B. y Simpkins, S. D. (2009). The link between children's sport participation and self-esteem: exploring the mediating role of sport self-concept. *Psychology of Sport and Exercise*, 10(3), 381-389.
- Soriano, J. A., Navas, L. y Hodalgo F. P. (2011). El autoconcepto físico y su relación con el género y la edad en estudiantes de educación física. *Apunts. Educación Física y Deportes*, 106(4), 36-41.
- Taylor, A. y Fox, K. (2005). Effectiveness of a primary care exercise referral intervention for changing physical self-perceptions over nine months. *Health Psychology*, 24(1), 11-21.
- Tomás, I., González-Romá, V. y Balaguer, I. (1999). Psychometric equivalence of a translation of the PSDQ (Physical Self-Description Questionnaire) into Spanish. En V. Hosenek, P. Tilinger y L. Bilek (Eds.), *Psychology of sport and exercise: enhancing the quality of life* (250-252). Praga: Cover Václav Kucera.
- Vélez, A., Golem, D. L y Arent, S. M. (2010). The impact of a 12-week resistance training program on strength, body composition, and self-concept

of Hispanic adolescents. *Journal of Strength and Conditioning Research*, 24(4), 1065-1073.

Videra, A. y Reigal, R. (2013). Autoconcepto físico, percepción de salud y satisfacción vital en una muestra de adolescentes. *Anales de Psicología*, 29(1), 141-147.