

**UNIVERSIDAD POLITÉCNICA DE
MADRID**

**FACULTAD DE CIENCIAS DE LA
ACTIVIDAD FÍSICA Y DEL DEPORTE
-INEF**



POLITÉCNICA

**ACTIVIDADES FÍSICO DEPORTIVAS EN
EL MEDIO NATURAL Y GÉNERO**

TESIS DOCTORAL

**Juan E. Sánchez Igual.
Ldo. en Educación Física.**

AÑO 2010

**DEPARTAMENTO DE CIENCIAS SOCIALES DE LA
ACTIVIDAD FÍSICA, DEL DEPORTE Y DEL OCIO**

**FACULTAD DE CIENCIAS DE LA ACTIVIDAD FÍSICA
Y DEL DEPORTE - INEF**

**ACTIVIDADES FÍSICO DEPORTIVAS EN EL MEDIO
NATURAL Y GÉNERO.**

Juan E. Sánchez Igual.

Ldo. en Educación Física.

DIRECTORAS:

**Dra. D^a Emilia Fernández García. Doctora en Ciencias de la
Educación.**

**Dra. D^a Benilde Vázquez Gómez. Doctora en Ciencias de la
Educación.**

Madrid, 2010

Tribunal nombrado por el Mgfco. y Excmo. Sr. Rector de la Universidad Politécnica de Madrid, el día 28 de mayo de 2010.

Presidente D. Vicente Gómez Encinas.

Vocal D. Luís Miguel Ruiz Pérez

Vocal Dña. Julia Blández Ángel.

Vocal D. Carmen Peiró Velert.

Secretario Dña. María Martín Rodríguez.

Realizado el acto de defensa y lectura de Tesis el día 15 de junio de 2010 en la Facultad de Ciencias de la Actividad Física y del Deporte.

Calificación: _____

EL PRESIDENTE

LOS VOCALES

EL SECRETARIO

ÍNDICE

ÍNDICE

ÍNDICE

RESUMEN EN ESPAÑOL Y EN INGLÉS (ABSTRACT)	1
INTRODUCCIÓN	11
CAPÍTULO 1: ESTADO DE LA CUESTIÓN	17
1.- Actividades físico deportivas en el medio natural.	20
1.1.- Planteamientos históricos de las actividades físico deportivas en el medio natural.	21
1.2.- Concepto y características de las actividades físico deportivas en el medio natural.	24
1.2.1.- El componente “aventura” en las actividades físico deportivas en el medio natural.	26
1.2.2.- El componente “deporte” en las actividades físico deportivas en el medio natural ¿Concepto abierto o cerrado?	28
1.2.3.- El componente “naturaleza” y “medio natural” en las actividades físico deportivas en el medio natural.	31
1.2.4.- El componente educativo en las actividades físico deportivas en el medio natural.	33
1.3.- Criterios de clasificación de las actividades físico deportivas en el medio natural.	38
1.3.1.- Medio físico.	39
1.3.2.- Utilización del medio natural.	39
1.3.3.- Accesibilidad de la práctica.	40
2.- Género y actividad física en el medio natural.	42
2.1.- Clarificación conceptual y enfoques de estudio de las actividades físico deportivas en el medio natural desde la perspectiva de género.	42
2.1.1.- Clarificación conceptual sexo - género.	43
2.1.2.- Enfoques de estudio de las actividades físico deportivas en el medio natural desde la perspectiva de género.	48
2.2.- Diferencias de género en la práctica de actividades físico deportivas en el medio natural.	56
2.3.- Género y motivación hacia las actividades físico deportivas en el medio natural.	69

3.- Dificultades en la práctica de actividades físico deportivas en el medio natural.	83
3.1.- Dificultades y barreras.	84
3.2.- Modelos de clasificación de las dificultades de género para la práctica de actividades físico deportivas en el medio natural.	90
3.2.1.- Dificultades internas y externas (Francken y Van Raijj, 1981).	91
3.2.2.- Dificultades bloqueantes e inhibidoras (Searle y Jackson, 1985).	92
3.2.3.- Dificultades intrapersonales, interpersonales y estructurales (Crawford y Godbey, 1987)	93
3.2.4.- Dificultades de género antecedentes e intervinientes (Henderson et al, 1988)	97
3.2.5.- Modelo alternativo de clasificación de las dificultades de Jackson et al. (1990)	101
3.2.6.- Modelo jerárquico de clasificación de las dificultades de Crawford et al. (1991)	103
3.3.- Dificultades de género para la práctica de actividades físico deportivas en el medio natural.	107
3.3.1.- Falta de tiempo.	111
3.3.2.- Doble jornada y responsabilidad en el cuidado de los demás (ética del cuidado).	114
3.3.3.- Falta de interés o de fuerza de voluntad.	118
3.3.4.- Imagen de las actividades físico deportivas en los medios de comunicación	119
3.3.5.- Falta de compañeros de práctica y relaciones con estos	121
3.3.6.- Apariencia física	123
3.3.7.- Miedo a sufrir agresiones.	125
3.3.8.- Falta de confianza en una misma.	126
3.3.9.- Factores económicos.	127
3.3.10.- Problemas de acceso y transporte.	130
3.3.11.- Otras dificultades de género.	131
3.4.- Características de las dificultades de género relativas a las actividades físico deportivas en el medio natural.	134
3.4.1.- Dificultades y participación en actividades físico deportivas en el medio natural.	134
3.4.2.- Dificultades y motivación hacia la práctica de actividades físico deportivas en el medio natural.	139
3.4.3.- Dificultades y contexto social.	143
3.4.4.- Dificultades y rasgos de la personalidad.	145
3.5.- Medición de las dificultades.	146

4.- Género y superación de las dificultades hacia la práctica de actividades físico deportivas en el medio natural.	153
4.1.- Superación de las dificultades; introducción.	154
4.2.- Modelos de estrategias de superación de las dificultades.	156
4.2.1.- Modelo de Jackson, Crawford y Godbey, 1993.	158
4.2.2.- Modelo de Jackson y Rucks, 1995.	160
4.2.3.- Modelo de Carroll y Alexandris, 1997.	164
4.2.4.- Modelo de Little, 2000 y 2002.	165
4.2.4.- Modelo de Hubbard y Manell, 2001.	169
4.3.- Medición de las estrategias de superación de las dificultades.	172
5.- Tratamiento de las actividades físico deportivas en el medio natural en las facultades de ciencias de la actividad física y del deporte madrileñas.	179
5.1.- Los estudios de ciencias de la actividad física y del deporte en la universidad española.	180
5.2.- Relación de los estudios de ciencias de la actividad física y del deporte con las actividades físico deportivas en el medio natural.	183
5.3.- Formación ofertada en actividades físico deportivas en el medio natural por los centros madrileños que preparan a profesionales en ciencias de la actividad física y del deporte.	188
CAPÍTULO 2: OBJETIVOS E HIPÓTESIS	197
1.- Objetivos.	199
2.- Hipótesis.	201
CAPÍTULO 3: METODOLOGÍA	203
1.- Diseño de la investigación.	205
2.- Fases de la investigación y procedimiento seguido.	207
3.- Población estudiada y participantes.	211
2.1.- Participantes en la encuesta.	211
2.2.- Participantes del grupo de discusión.	214

2.3.- Participantes en las entrevistas en profundidad.	216
4.- Identificación de las variables de estudio.	219
5.- Instrumentos de recogida de datos.	223
5.1.- Cuestionario.	223
5.2.- Guión del grupo de discusión.	236
5.3.- Guión de las entrevistas en profundidad.	238
6.- Análisis y tratamiento de los datos.	240
6.1.- Recodificación y creación de nuevas variables.	240
6.2.- Tratamiento de los datos y análisis estadístico.	242
6.3.- Análisis de contenido.	245
CAPÍTULO 4: PRESENTACIÓN DE LOS RESULTADOS	251
1.- Resultados obtenidos mediante cuestionario.	253
1.1.- Características generales de la muestra.	253
1.2.- Práctica de actividad físico deportiva.	255
1.3.- Práctica de actividad físico deportiva en el medio natural.	262
1.4.- Motivos para practicar actividades físico deportivas en el medio natural.	276
1.5.- Dificultades percibidas para salir al medio natural.	292
1.6.- Estrategias de superación de dificultades relativas a las actividades físico deportivas en el medio natural.	305
1.7.- Ámbito en el que quieren desarrollar su actividad laboral.	310
1.8.- Expectativas del alumnado de 1º curso sobre la formación a recibir.	311
1.9.- Formación recibida en relación a las actividades físico deportivas en el medio natural.	312
1.10.- Competencia auto percibida sobre diferentes ámbitos relacionados con las actividades físico deportivas en el medio natural.	313

2.- Resultados obtenidos a través del grupo de discusión.	316
2.1. Entorno social y práctico de actividades físico deportivas en el medio natural.	317
2.2.- Dificultades encontradas en la práctica de actividades físico deportivas en el medio natural.	319
2.3.- Estrategias más frecuentemente empleadas.	331
3.- Resultados obtenidos mediante las entrevistas en profundidad.	337
3.1.- Entorno social.	337
3.2.- Práctica de actividad físico deportiva en el medio natural.	352
3.3.- Dificultades encontradas en la práctica de actividades físico deportivas en el medio natural.	360
3.4.- Estrategias de superación de las dificultades.	393
CAPÍTULO 5: DISCUSIÓN Y TRIANGULACION	421
1.- Discusión de los resultados obtenidos mediante cuestionario.	423
1.1.- Práctica de actividad físico deportiva.	423
1.2.- Práctica de actividades físico deportivas en el medio natural.	426
1.3.- Motivos para practicar actividades físico deportivas en el medio natural.	434
1.4.- Dificultades percibidas para salir al medio natural.	438
1.5.- Estrategias de superación de las dificultades.	444
1.6.- Ámbito laboral posterior, formación recibida y capacidad auto percibida.	446
2.- Discusión de los resultados obtenidos a través del grupo de discusión.	448
3.- Discusión de los resultados obtenidos mediante entrevistas en profundidad.	452
4.- Triangulación de los resultados.	462

4.1.- Hábitos y características de la práctica de actividades físico deportivas en el medio natural.	462
4.2.- Dificultades y barreras auto percibidas en relación a las actividades físico deportivas en el medio natural.	465
4.3.- Estrategias de superación de las dificultades.	471
CAPÍTULO 6: CONCLUSIONES	475
CAPÍTULO 7: CONSIDERACIONES FINALES, LIMITACIONES Y PERSPECTIVAS DE FUTURO	487
CAPÍTULO 8: BIBLIOGRAFÍA	497

ANEXOS

- I.- Análisis factoriales (Cuestionario).
- II.- Cuestionario empleado.
- III.- Tablas de resultados de los cuestionarios.
- IV.- Categorías emergentes del grupo de discusión y las entrevistas.
- V.- Guión del grupo de discusión.
- VI.- Caracterización de los participantes del grupo de discusión.
- VII.- Guión general de las entrevistas en profundidad.
- VIII.- Caracterización de los participantes de las entrevistas en profundidad.

**RESUMEN EN ESPAÑOL Y EN INGLÉS
(ABSTRACT)**

INTRODUCCIÓN

RESUMEN EN ESPAÑOL Y EN INGLÉS (ABSTRACT)

Esta Tesis Doctoral se dirige a investigar la influencia del género en diversos aspectos relacionados con la práctica de actividades físico deportivas realizadas en entornos naturales en la población estudiante de Ciencias de la Actividad Física y del Deporte: su participación en estas actividades, su motivación, los problemas que condicionan o impiden esa práctica y las estrategias que emplean para la superación de dichas dificultades. Las relaciones que se establecen entre estos diferentes aspectos también han sido estudiadas.

En España son escasos los trabajos centrados en la participación de las mujeres en actividades físico deportivas en el medio natural, así como los estudios que se centran en motivaciones hacia esta práctica. Aunque existen investigaciones sobre dificultades que restringen la práctica deportiva en general de las mujeres, son pocos los trabajos basados en actividades físico deportivas en el medio natural. Las investigaciones sobre estrategias de superación de las dificultades se encuentran todavía en fase incipiente a nivel internacional.

La investigación sigue un diseño mixto cualitativo – cuantitativo de tipo secuencial y consecutivo a través de la combinación de cuestionarios, grupo de discusión y entrevistas en profundidad. La población estudia la carrera de Ciencias de la Actividad Física y del Deporte (CAFD) y se delimita en los estudiantes de la Comunidad de Madrid.

Se analizan mil doscientos ($n=1200$) cuestionarios, así como otros específicamente diseñados para este fin, que incorporan instrumentos empleados previamente en la literatura. El cuestionario indaga, entre otros

aspectos, sobre la práctica deportiva, sus motivos para salir al medio natural, las dificultades que perciben y las estrategias de superación de las mismas. Se realiza además un grupo de discusión con este alumnado y diez entrevistas en profundidad a personas de ambos sexos con diferentes edades y tipologías.

Los datos de los cuestionarios se analizan estadísticamente y se efectúa un análisis de contenido de las entrevistas y del grupo de discusión. En una segunda fase del análisis, los resultados cuantitativos y cualitativos se contrastan para triangular toda la información y poder verificar las hipótesis.

De este estudio se extraen las siguientes conclusiones: la práctica deportiva del alumnado de CAFD es elevada, existiendo diferencias de género en las actividades más practicadas regularmente. Las mujeres estudiantes de CAFD salen al medio natural en igualdad de condiciones que los hombres con la diferencia que ellas salen con la pareja al medio natural en mayor medida que los hombres. La práctica de las mujeres tiene lugar principalmente en grupos de amigos, donde ellas son minoría, produciéndose actitudes sobreprotectoras y teniendo éstas una menor capacidad de decisión.

Los alumnos de CAFD muestran mayores preferencias por la gestión, mientras que las alumnas valoran más positivamente la educación en la valoración de la formación e intenciones de desarrollo profesional.

Las mayores diferencias de género en motivación se dan en frecuencias de práctica bajas, buscando las mujeres un ocio afiliativo y social mientras que los hombres se acercan más al riesgo y a la aventura. La motivación resultó clave a la hora de percibir las dificultades y activar las estrategias de superación de estas. En el caso de los hombres, las dificultades disminuyen conforme va consolidándose la frecuencia de

práctica de AFDMN, pero en el caso de las mujeres, estas dificultades se mantienen constantes independientemente de su práctica.

La mayor parte de las dificultades para salir al medio natural tienen su origen en estereotipos de género, la menor experiencia histórica de las mujeres en la práctica de estas actividades, o las dificultades añadidas para las mujeres como son el miedo y la pérdida de la identidad femenina. Las conclusiones muestran también que las dificultades percibidas son fácilmente previsibles por los participantes, siendo posible prevenirlas y evitarlas cuando la motivación es suficiente.

Se observa que cada sexo utiliza preferentemente algunas estrategias de superación de las dificultades. Los problemas para salir al medio natural se superan a nivel preconscious y siguiendo una secuencia gradual: en un primer momento se minimizan las dificultades intrapersonales, posteriormente se modifican las relaciones interpersonales y finalmente, el estilo de vida se adapta a estas actividades.

PALABRAS CLAVE: género, deporte, medio natural, motivación, dificultades, estrategias de superación de las dificultades.

ABSTRACT

This doctoral thesis aims to investigate the influence of gender on different issues related to the practice of sports-physical activities in natural environments (SANE). It examines the student population of Physical Activity and Sports Sciences (PASS) focusing on participation in these activities, motivation, problems which affect or constraint this practice and, the strategies used to overcome these constraints. The relationships established among the different issues have been studied as well.

In Spain, there are few studies written that have examined women's participation or motivation towards sports-physical activities in natural environments. Even though there are studies on difficulties that constraint women sport practice in general, few of them are based on sports-physical activities in natural environments. Thus, research on strategies for coping with constraints is still in an incipient level worldwide.

This study combines quantitative and qualitative analyses with consecutive sequential design through questionnaire surveys, group discussions and depth interviews. The population examined studies a Degree in Physical Activity and Sports Sciences and is delimited by students of the Community of Madrid.

One thousand and two hundred questionnaires are analyzed (n=1200), together with other questionnaires specifically designed to accomplish this purpose, which also include instruments used in literature on this topic previously. The questionnaire survey inquires into other aspects like sport practice, motivation towards the natural environment, the constraints population perceive and the strategies followed to cope

with them. A discussion group and ten in-depth interviews were held with people of both sex and different age and typologies.

The data were statistically analyzed using content analysis of interviews and discussion group. In a second phase of the analysis, quantitative and qualitative findings are contrasted to compare the information and to verify the hypothesis.

The ***following conclusions*** can be drawn from the present ***study***: sport practice of PASS students is high; however, there are gender differences in the most regular sport activities performed. That is, women PASS population prefer going to the natural environment with their partners more than men do. It is also observed that women prefer to perform the activities mainly in groups of friends where they are a minority. This last factor involves overprotective behaviour and a reduced ability to take decisions.

In relation with training and career development intentions, PASS male students show greater preferences for management, while female students value education more positively.

A significant sex difference was also found for motivation in low frequency practices. Whereas male population look for risk and adventure, female students look for affiliative and social leisure. Therefore, motivation was a key factor so as to perceive the constraints and activate the strategies for coping with them. For men, constraints decrease as the frequency of SANE practice increases. In contrast, in the case of women these constraints remain constant regardless of their practice.

Most of the constraints in the natural environment are caused by gender stereotypes. For example, the less historical experience of women in the practice of these activities, or the additional constraints for women such as fear and loss of female identity. The findings also show that the perceived constraints are easily predictable by the participants, making it possible to prevent and avoid them when the motivation is sufficient.

It is also important to note that each sex uses preferably some strategies for overcoming the constraints. Constraints in the natural environment are overcome in a preconscious level and following a gradual sequence. Firstly, intrapersonal constraints are minimized; secondly, interpersonal relationships are modified and; finally, lifestyle is adapted to these activities.

KEYWORDS: gender, sport, environment, motivation, constraints, strategies for overcoming constraints

INTRODUCCIÓN

INTRODUCCIÓN

INTRODUCCIÓN

Esta tesis gira básicamente en torno a la descripción, análisis e interpretación de diversos aspectos relacionados con la práctica de actividades físico deportivas (en adelante AFD) realizadas en entornos naturales. Como población se ha utilizado a estudiantes de Ciencias de la Actividad Física y del Deporte (en adelante CAFD) en la Comunidad de Madrid.

Dicho trabajo se centra en el estudio de la repercusión del género en diversos aspectos de la práctica de AFD en el medio natural (en adelante AFDMN), como son la motivación hacia este tipo de actividades, la identificación y análisis de las dificultades para esta participación y las estrategias que se emplean para superar estos problemas; todo ello teniendo en cuenta el género como cuestión cultural que tiene importantes influencias en estas cuestiones.

El enfoque de esta investigación, no sólo es la de encontrar y describir las dificultades que inciden en la práctica de AFDMN, sino que también pretende obtener información útil de cara a la negociación de estas dificultades para eliminar o al menos relativizar estas.

Desde esta tesis se sostiene que el conocimiento de los aspectos mencionados en el párrafo anterior puede contribuir al logro de un cambio positivo que favorezca la práctica de AFDMN de hombres y mujeres, especialmente en estas últimas. El conocimiento de los obstáculos y limitaciones que dificultan la práctica de este tipo de actividades servirá también para ir controlando estas dificultades y lograr así una mayor

práctica en AFD desarrolladas en entornos naturales poco o nada modificados por las personas.

Para lograr sus objetivos, se seguirán los pasos de toda investigación científica. El trabajo se inicia con un apartado dedicado a las AFDMN, en el cual se lleva a cabo una revisión de cómo han ido ampliándose sus planteamientos a lo largo de la historia y, entre otras cuestiones, se expone lo que se entiende por estas actividades, así como sus posibilidades de clasificación según diferentes criterios útiles en la fase de análisis de los datos.

A continuación, se realiza una clarificación del concepto de género y su relevancia a lo largo del proceso de socialización. En dicho primer apartado, también se tiene en cuenta como ha evolucionado la concepción mujer – naturaleza / hombre – cultura en los diferentes feminismos hasta nuestros días, ya que cualquier investigación centrada en cuestiones de género y medio natural, debe conocer como los nuevos feminismos están reconsiderando – y celebrando – la tradicional vinculación mujer / naturaleza antaño rechazada.

El marco teórico aborda también las razones o motivos que llevan a practicar AFDMN. En él se revisan los diferentes estudios existentes acerca de las motivaciones que llevan a hombres y mujeres a realizar actividades físico deportivas en general y aquellas que se desarrollan en espacios naturales en particular.

Las mujeres constituyen un colectivo que, aunque heterogéneo, está expuesto a una determinada tipología de dificultades a la hora de practicar AFD en general y en el medio natural en particular. El siguiente de los apartados del marco teórico es el referido a las dificultades que encuentra cada sexo para realizar AFDMN. Son numerosos los estudios que han investigado estas dificultades, especialmente aquellas experimentadas por las mujeres, pero no abundan los estudios al respecto centrados en las

actividades físico deportivas realizadas en medios naturales, y menos en nuestro país.

Las dificultades en la práctica de AFDMN no siempre conllevan la no participación si existe una motivación suficiente. El marco teórico incluye una revisión de las estrategias que utilizan las personas para continuar practicando éste tipo de actividades a pesar de las dificultades que limitan esta práctica. Esto es la parte más recientemente estudiada, ya que la relativa abundancia de estudios que detectan la posible existencia de estas estrategias de superación de dificultades, contrasta con la escasez de estudios centrados en el análisis de estas estrategias, constituyendo por tanto estas estrategias un vasto campo de investigación apenas escudriñado.

La progresiva implantación de la práctica de estas actividades, debida a la superación de muchas de las dificultades que antaño condicionaban esta práctica, ha llevado a la sociedad a demandar profesionales formados para intervenir en éste sector, por lo que los estudios superiores de Ciencias de la Actividad Física han ido configurando sus planes de estudios para abrirse a este tipo de actividades, tal y como se expone en la última parte del marco teórico.

Una vez determinado el punto en el que han quedado las investigaciones anteriores, se pueden concretar los objetivos y las hipótesis de trabajo, así como los procedimientos e instrumentos de obtención de información, lo que tiene lugar en el apartado metodología. En este capítulo resulta necesario también conocer uno por uno aquellos aspectos a abordar y su presencia en cada uno de los instrumentos a aplicar.

El capítulo dedicado a metodología incluye la presentación de los tres instrumentos empleados en la investigación. Primeramente, se aborda el cuestionario y tras éste el grupo de discusión y las entrevistas en profundidad. La metodología finaliza con una explicación del modo en que los datos obtenidos son analizados cuantitativamente en el caso de los

cuestionarios y mediante un análisis de contenido en el caso del grupo de discusión y las entrevistas en profundidad.

Tras la metodología se presentan los resultados de cada instrumento por separado, comenzando por los cuestionarios y siguiendo por los instrumentos cualitativos; esto son el grupo de discusión y las entrevistas en profundidad, lo que sirve para dar paso a la cuarta parte de la tesis, consistente en la discusión de los resultados y la triangulación de todos ellos.

Una vez analizada y confrontada mediante triangulación toda la información recogida en las diferentes fases de recopilación de los datos, la quinta parte de esta tesis doctoral finaliza con la verificación de las hipótesis, que tiene lugar en el apartado de conclusiones.

Como toda investigación, a lo largo de esta surgen nuevos interrogantes que abren otras líneas de trabajo relacionadas con la temática objeto de estudio, así como quedan de manifiesto limitaciones en la investigación llevada a cabo. La sexta, y penúltima parte de esta tesis tiene como objeto el presentar estas líneas de trabajo y tras esta, se expone la bibliografía utilizada a lo largo de esta tesis.

CAPÍTULO 1

ESTADO DE LA CUESTIÓN

ESTADO DE LA CUESTIÓN

CAPÍTULO 1 ESTADO DE LA CUESTIÓN

En general, el fin último de esta tesis es el de conocer mejor la influencia del género en los factores que condicionan la práctica de actividades físico deportivas en el medio natural (en adelante AFDMN) del alumnado de los centros universitarios de la Comunidad de Madrid donde se imparten estudios de CAFD. Estos condicionantes de la práctica de estas actividades se han concretado en los tres siguientes: la motivación, los aspectos que limitan o impiden que esa práctica sea mayor en frecuencia y por último, las estrategias que son utilizadas para seguir practicando a pesar estas dificultades.

Siguiendo esta finalidad, la primera parte de esta tesis comienza por una revisión de los estudios anteriores que hayan relacionado el género con la práctica de AFDMN y la motivación hacia estas, así como las dificultades más habitualmente encontradas en la práctica de actividades físico deportivas y de ocio y sus modos de superación. El estado de la cuestión presenta además, los estudios de CAFD en cuanto a su relación con el sector de las AFDMN, ya que algunas de las salidas profesionales de estos estudios pueden tener lugar en el medio natural

Este marco teórico va a permitir ir perfilado los objetivos e hipótesis y servirá además para proporcionar información acerca de los métodos e instrumentos de toma de datos que son más eficaces para indagar sobre las cuestiones que abarca este estudio.

1. ACTIVIDADES FÍSICO DEPORTIVAS EN EL MEDIO NATURAL

Las AFDMN constituyen una variada oferta de actividades que pueden llevarse a cabo desde variados planteamientos, lo que las hace ser practicadas por personas con diversas motivaciones. Al igual que en otras AFD, la participación en este tipo de actividades está claramente desequilibrada en cuanto a sexos, al haber una presencia de mujeres menos numerosa que la de hombres por causas que se exponen en el tercer apartado de este marco teórico, dedicado a los factores que restringen o impiden la práctica de estas actividades.

En esta primera parte, se presenta el amplio sector de las AFDMN. Se comienza realizando un recorrido histórico de los planteamientos que han ido protagonizando estas actividades para a continuación hacer una revisión de las definiciones de éstas y presentando lo que desde esta tesis se entiende por AFDMN. Una vez ubicadas dichas actividades, se exponen los principales criterios de clasificación de este conjunto de actividades, los cuales se utilizan posteriormente a la hora de clasificar y analizar los datos que se recogen más adelante.

Este apartado es importante de cara a la última sección de este marco teórico, donde se muestra el tratamiento que estas actividades reciben en los centros madrileños donde se imparten estudios de CAFD en el momento de tomar los datos, así como la evolución de estos estudios para pasar de la orientación tradicional enseñanza + entrenamiento, hacia un modelo abierto a otras salidas profesionales como la gestión, la recreación y la salud, donde las AFDMN reciben un mayor protagonismo.

1.1. PLANTEAMIENTOS HISTÓRICOS DE LAS ACTIVIDADES FÍSICO DEPORTIVAS EN EL MEDIO NATURAL

Desde su origen, la humanidad ha estado vinculada al medio natural por ser éste el escenario de su vida cotidiana. Las personas siempre han tenido la inquietud de viajar y explorar los espacios abiertos, ya sea por motivos de supervivencia, comerciales, bélicos o por ansias de conquista de la naturaleza y conocer lugares nuevos. Hubo que esperar al Renacimiento (Aguado, 2001 y Arribas 2003) para ver aparecer las primeras excursiones al medio natural con un carácter no utilitario, las cuales coexisten con planteamientos de supervivencia (agricultura, ganadería), bélicos y deportivos (caza los nobles y señores y juegos el pueblo).

En estos últimos siglos, el distanciamiento con el medio natural ha ido acelerándose, siendo Rousseau (1712-1778) uno de los primeros que denunció este alejamiento (Aguado, 2001 y Arribas 2003), así como uno de los precursores del Romanticismo surgido durante la primera mitad del siglo XIX, movimiento a través del cual, el medio natural pasó a ser por primera vez una fuente de emociones intensas para una gran cantidad de viajeros románticos que se acercaron a las sierras y cumbres para practicar el vivaqueo, el senderismo y el alpinismo.

La segunda mitad siglo XIX se caracterizó por el acercamiento al medio natural con intereses científicos y culturales. En este periodo muchos geólogos y biólogos salieron a la naturaleza, en muchas ocasiones acompañados de las primeras asociaciones excursionistas de carácter cultural y esparcimiento deportivo.

ESTADO DE LA CUESTIÓN.

El siglo XX comienza con la aparición de una gran cantidad de agrupaciones juveniles organizadas (Aguado, 2001 y Arribas 2003), como los Scouts en el Reino Unido (1908) o en España la asociación de los 12 amigos (1913) fundada por discípulos de Giner de los Ríos, creador de la Institución Libre de Enseñanza; estos colectivos organizaban excursiones al medio natural de un modo organizado con fines educativos.

Hasta este punto, se han abordado las AFDMN bajo planteamientos contemplativos, de experimentación de emociones intensas, educativos y de acondicionamiento físico. Todos estos planteamientos clásicos siguen constituyendo importantes motivaciones que llevan acercarse al medio natural, pero todavía había de aparecer un último planteamiento que actualmente motiva a muchas personas, especialmente jóvenes, y ha permitido la proliferación de muchas empresas especializadas. Este planteamiento es el del medio natural como escenario de aventura y riesgos controlados, como se ve a continuación.

Este nuevo planteamiento de las AFDMN como portadoras de sensaciones intensas de riesgo y aventura tuvo su origen en la costa oeste de EE.UU. en la década de los años 70 (Laraña, 1986). Una revisión del origen de deportes llamados de “riesgo” permite observar como muchos de estos deportes como el surf, el BMX, la bicicleta de montaña, hidrospeed, ráfting etc., tuvieron su origen en este periodo y lugar. Las causas de esta revolución deportiva son variadas y Olivera y Olivera (1995) las resumen en el deporte para todos, el incremento de nuevas enfermedades laborales, el desarrollo de una incipiente concienciación ecológica, la aceptación de los deportes individuales y el desarrollo de nuevos avances tecnológicos.

ESTADO DE LA CUESTIÓN.

Todos estos nuevos deportes tienen como rasgos comunes la práctica en medios naturales y sobretodo la búsqueda de emociones, riesgo y niveles altos de adrenalina. Según Olivera y Olivera, (1995), la población joven fue la destinataria y promotora de estas actividades y las razones de su práctica fueron el escape del control de la sociedad, la libertad de la naturaleza, la exaltación del cuerpo, vivir el presente, diversión, y aventura. Motivaciones que siguen vigentes hoy en día para muchas personas que visitan el medio natural, y que conviven con los planteamientos clásicos ya existentes.

En la década de los años 90, aparece el planteamiento deportivo de las AFDMN, “deportivización” que cada vez ocupa un papel más relevante. Surgen raids y algunas competiciones como las carreras de/en montaña pasan al medio natural y son disputadas por diversas federaciones con el Consejo Superior de Deportes tratando de intermediar. El medio natural, se adapta a esta tendencia, tanto en sus espacios verticales como horizontales. Las posibilidades deportivas de las AFDMN se abren un hueco entre los planteamientos expuestos en este apartado.

1.2. CONCEPTO Y CATACTERISTICAS DE LAS AFDMN

1.2. CONCEPTO Y CARACTERÍSTICAS DE LAS ACTIVIDADES FÍSICO DEPORTIVAS EN EL MEDIO NATURAL

Desde los años 70, las AFDMN se han mezclado con otras actividades, lo que ha provocado una miscelánea de modalidades que se han difundido y consolidado en las décadas siguientes. Durante ese tiempo, este conjunto de actividades físico deportivas ha ido recibiendo varias denominaciones en referencia a sus características más representativas. Definiciones y características que se repasan a continuación, para lo cual se hace un breve recorrido de los diferentes apelativos designados desde los años 70 hasta la actualidad para referirse a estas actividades.

En los años 70, surgen múltiples definiciones para englobar a las nuevas actividades más intensas y novedosas surgidas en California como el surf o la bicicleta de montaña, apelativos que se aplicaron por extensión, a las AFDMN más clásicas ya existentes de índole más tranquila como las excursiones, ascensiones etc. Estas denominaciones han hecho alusión a algunos de los rasgos más diferenciadores que coinciden con las diferentes motivaciones hacia la práctica de estas actividades. Partiendo de las aportaciones de Olivera (1995), pueden encontrarse las siguientes definiciones:

- Deportes tecno-ecológicos, por ser realizados en ecosistemas sensibles a la presión humana donde coexisten actividades y actitudes de respeto y sensibilización por la naturaleza con disciplinas de alto impacto ambiental. Las propiedades de estas actividades a la hora de despertar sentimientos de protección a la naturaleza han sido vistas desde planteamientos feministas que relacionan ecología con feminismo, creando corrientes que hablan de una especial vinculación de las mujeres con la naturaleza. Por su importancia, estas corrientes son estudiadas ampliamente en este marco teórico.

ESTADO DE LA CUESTIÓN.

- Deportes extremos o de riesgo: en referencia a la búsqueda del contacto con un peligro físico y su escaso margen de escape o retirada, ya que en ocasiones, la renuncia o el retroceso suponen mayores riesgos que la continuación. Según Laraña (1986), este riesgo es inherente a estas actividades, es inherente al tipo de medio y está condicionado por el equipo, el entrenamiento, la habilidad individual y la climatología.
- Deportes de aventura, en clara relación a su incertidumbre en su desenlace debido al carácter cambiante del medio natural (Arribas, 2003). A pesar de las satisfacciones que producen las AFDMN, la práctica de estas actividades implica la aceptación de que, en ocasiones, se pasarán incomodidades como calor, frío, lluvia, noches poco confortables, sudores, magulladuras, quemaduras solares etc.
- Deportes tecnológicos, ya que algunas de estas actividades exigen adquirir y saber manejar un material y equipamiento complejo y de alto coste (Laraña, 1986). Con relación a esta característica resulta interesante observar como en estudios sobre motivación hacia estas actividades, quienes practican mencionan el conocer, utilizar o enseñar a utilizar su material a otras personas como razones importantes a la hora de salir al medio natural.
- Si se une el carácter arriesgado de estas actividades con su complejidad técnica, se entiende que su práctica precise de un proceso de aprendizaje y entrenamiento físico y técnico más acentuado cuanto mayor es el grado de exposición al peligro. La seguridad es un aspecto problemático en estas actividades por el riesgo que conllevan y su práctica en entornos aislados (Laraña, 1986)
- Deportes californianos, en clara alusión a su origen.
- Deportes en libertad o salvajes: éste fue en su momento un rasgo muy diferenciador, lo cual puede ser comprendido mejor si se recuerda que en este periodo, el deporte para todos no era algo cotidiano y lo que primaba era la casi exclusividad del rendimiento con sus rígidos reglamentos y competiciones casi obligatorias que les diesen sentido. este tipo de actividades se contemplaron como una búsqueda de satisfacciones profundas en el plano emocional, psicológico y espiritual alejados de las tensiones de la vida cotidiana y de las sujeciones de

ESTADO DE LA CUESTIÓN.

normas, reglamentos e instituciones. El carácter abierto del medio natural permite la coexistencia de una variada gama de actividades, por lo que su forma de práctica, su intensidad y su ritmo pueden variar a gusto de quien lo practique usuario.

En la década de los años 80, las AFDMN reciben nuevas denominaciones, de entre las que destaca la de “nuevos deportes” (Laraña, 1986), por su carácter innovador diferencial y alternativo y con la intención de desmarcarlos de los deportes convencionales (Olivera, 1995) en una década donde persistía el tradicional concepto de deporte reglamentado y de competición, que progresivamente iría cambiando hacia una concepción más abierta; esto provocaría que en la década de los años 90, comenzase a utilizarse el término actividades físico deportivas en el medio natural.

La definición de AFDMN no está consensuada, por lo que para proseguir, se hace necesario pasar a clarificar lo que desde esta tesis se entiende por ello, así como aclarar ciertos componentes de dicha definición, ya que sólo partiendo de esto se podrá avanzar en el estudio de estas actividades.

1.2.1. EL COMPONENTE “AVENTURA” EN LAS ACTIVIDADES FÍSICO DEPORTIVAS EN EL MEDIO NATURAL

Una de las definiciones que todavía se emplea en determinados círculos para referirse a este tipo de actividades es la de “Deportes de Aventura”, definición que ha dado lugar a las denominadas actividades de aventura o multi-aventura en referencia a los productos que ofrecen las empresas del sector. El término aventura así empleado hace alusión a una de las características que pueden reunir ciertas AFDMN en cuanto a incertidumbre en su desenlace.

ESTADO DE LA CUESTIÓN.

Consultando el diccionario de 2001 de la Real Academia de la Lengua Española, puede observarse como la palabra aventura proviene del latín *adventūra*, que es la terminación del participio futuro del verbo *advenīre*, que significa llegar o suceder; según dicho diccionario, aventura significa *“empresa de resultado incierto o que presenta riesgos.”* (RAE, 2001, pp.: 256).

Es cierto que una de las características que llaman la atención de determinadas AFDMN es la incertidumbre en cuanto a su culminación, debido fundamentalmente a su desarrollo en entornos naturales cambiantes y en ocasiones imposibles de controlar con toda certeza. Pero esto no se da o debería darse en planteamientos menos comprometidos y mucho menos en las actividades organizadas por las empresas del sector, donde la realidad subjetiva del participante que está viviendo una aventura imaginaria no coincide con la de la organización, para la que todos los peligros están minimizados al máximo posible precisamente con el fin de tener asegurado el feliz desenlace.

Según Olivera y Olivera (1995), el término aventura, que fue introducido en un principio para atraer hacia estas actividades a un público joven, se tiende a eliminar hoy en día debido a que los componentes riesgo y aventura provocan un rechazo en la población adulta. El progresivo abandono de éste término se constata en la sustitución por parte de algunas empresas del sector de la palabra *multiaventura* por el de *multiactividad*.

1.2.2. EL COMPONENTE "DEPORTE" EN LAS ACTIVIDADES FÍSICO DEPORTIVAS EN EL MEDIO NATURAL ¿CONCEPTO ABIERTO O CERRADO?

Hoy en día, los términos AFD y deporte son utilizados genéricamente por toda la población española (Gutiérrez, 1995). Como consecuencia, no existe un criterio unánime respecto a si las AFDMN podrían clasificarse como actividades deportivas.

Aunque algunas de las clásicas actividades en la naturaleza se han "deportivizado" en los años 90, la mayor parte de quienes realizan AFDMN lo hacen buscando planteamientos que están alejados del concepto tradicional de deporte como competición y rivalidad, correspondiendo esta práctica en la naturaleza a un planteamiento recreativo, en la concepción más amplia del término.

A continuación, se exponen las diferentes opiniones de diversos autores y trabajos acerca de la conveniencia o no de la inclusión de los términos AFD y deporte en estas actividades. En este sentido se citarán los estudios de García Ferrando para determinar que es lo que entiende la población Española por estos términos.

Algunos autores como Olivera (1995) y Olivera y Olivera (1995), no consideran las AFDMN como actividades deportivas, por lo que el término deporte no aparece en su definición de estas actividades. Según dichos autores, éste término lleva implícito reglamento, institucionalización, y competición, los cuales no son propios de la mayor parte de este tipo de actividades al menos en la mayoría de ellas, ya que algunas si incluyen competición y reglamentos y otras están actualmente deportivizándose en forma de raids, por ejemplo.

ESTADO DE LA CUESTIÓN.

Según Olivera y Olivera (1995), aunque el término deporte lleva implícito actividad física, catarsis, juego y recreación (cualidades que poseen las AFDMN), el concepto tradicional de deporte también implica esfuerzo, sacrificio, superación, producción de resultados, competitividad, victoria, y entrenamiento, rasgos alejados de las AFDMN según son entendidas estas actividades por buena parte de quienes salen al medio natural. Este perfil de practicante, se acerca a ellas en búsqueda de sosiego y la huida de la competitividad implícita en el deporte, como se expone cuando se estudie la motivación.

En la introducción del dossier centrado en este tipo de actividades publicado en 1995 por la revista Apunts: Educación Física y Deportes, su coordinador, Javier Olivera justifica no haber incluido el término deporte en las llamadas “Actividades físicas de aventura en la naturaleza” por el siguiente motivo:

“Huimos del apelativo deporte para definir estas actividades, pues consideramos que éstas pertenecen a otra época y se tratan de concepciones físicas recreativas diferentes al deporte, en la motivación y condicionan en los fines a conseguir y en los medios utilizados en su desarrollo.

Olivera, (1995), p.5.

Este planteamiento se acepta bajo un planteamiento tradicional (agonístico) del deporte, pero este término también ha ido cambiando en las últimas décadas. En los años 70 se inició en Europa el movimiento del deporte para todos, el cual abrió su concepción a otros planteamientos distintos a las convencionales del deporte competitivo, el cual ha pasado de ser de una actividad reglada y limitada por las federaciones a ser una actividad diversificada (García Ferrando, 1998).

El artículo 2.1A de la Carta Europea del Deporte realizada por el Consejo de Europa en septiembre de 1992 y revisada en mayo de 2001, muestra la intención de legisladores y políticos de extender el concepto de deporte de modo que incluya, además de las tradicionales modalidades de competición, las actividades físicas y de recreo.

La Comisión de Cultura y Educación del Parlamento Europeo, en su Informe Sobre la Función del Deporte en la Educación (2007) afirma: *“<<deporte>> tiene un significado mucho mas amplio y es un fenómeno social altamente diversificado que incluye varias formas de actividad física, desde la competición de alto nivel, pasando por programas organizados por escuelas, clubes u organizaciones comunitarias, hasta actividades físicas espontáneas e informales.”* (Parlamento Europeo, 2007. p.13). Parece claro que oficialmente, estas actividades desarrolladas en el medio natural son claramente deportivas, si se entiende el deporte bajo este punto de vista.

En el citado dossier de la revista Apunts que no empleaba el término deporte para referirse a estas actividades, uno de sus articulistas (Funollet, 1995), se desmarca de esta línea y siguiendo la concepción de deporte establecida por el Consejo de Europa, propone hablar de actividades deportivas en el medio natural, término también empleado por García Ferrando (2006). El deporte es considerado por muchas personas como cualquier actividad física, incluyendo aquellas no competitivas y exentas de reglas como pudieran ser las AFDMN.

Es evidente que existe una diferencia de criterios sobre lo que es entendido por actividad física y por deporte que debe de ser estudiada. En esta línea, García Ferrando (2001) incluyó una pregunta sobre ello en sus encuestas del año 1995, 2000 y 2005^a. En su encuesta de 2005 (2006), éste autor observó como el 76 % de la muestra tenía una concepción abierta del deporte (incluyendo actividad física y recreación), el 10% restringida a competición y el 12 % restante no tenía una idea clara al respecto. En sus encuesta de los años 1995 y 2000, éste autor obtuvo resultados similares y en todas sus encuestas se comprobó además, que

^a El enunciado de dicha pregunta fue el siguiente: “En los últimos tiempos hay cada vez más ofertas para hacer actividad físicas como gimnasia de mantenimiento, aeróbic o expresión corporal, danzas o otras por el estilo. ¿Cree vd. Que estas actividades deben considerarse como deporte o, por el contrario, considera que sólo habría que dar el nombre de deporte a prácticas y actividades de competición como el fútbol, baloncesto, atletismo etc?”

no se encuentran diferencias de género en esta concepción pero si que las hay en cuanto a la edad y el nivel de estudios, ya que a mayor nivel de estudios y menor edad se tiene un significado más amplio de deporte (García Ferrando, 1997 y 2006).

En conclusión parece que la mayor parte de la población española tiene una visión abierta del deporte como consecuencia de la implantación del deporte para todos, por lo tanto, en el presente trabajo, al hablar de este tipo de actividades como actividades físico deportivas se tiene en cuenta que el tipo de actividad y el planteamiento del acercamiento a estas actividades puede ser más o menos deportivo, entendiendo esto último según los planteamientos del deporte tradicional.

1.2.3. EL COMPONENTE "NATURALEZA" Y MEDIO NATURAL EN LAS ACTIVIDADES FÍSICO DEPORTIVAS EN EL MEDIO NATURAL^a

El diccionario de 2001 de la Real Academia de la Lengua Española define naturaleza como el *"conjunto, orden y disposición de todo lo que compone el universo"* (RAE, 2001, p.1568). Según esta definición todos los espacios que nos rodean forman parte de la naturaleza, ya sean espacios naturales o urbanos. Dicho diccionario define como "natural" todas las cosas producidas por la acción de las fuerzas de la naturaleza por si mismas al contrario que artificial, término que representa a aquello no natural y producido por la actividad humana.

Teniendo en cuenta que medio es el *"Espacio físico en que se desarrolla un fenómeno determinado"* (RAE, 2001, p.1477), se entiende que no resulta apropiado hablar de actividades físico deportivas en la naturaleza para definir estas actividades, ya que refiriéndose a naturaleza,

^a El planteamiento de este apartado está tomado del artículo que Funollet (1995) publicó en la revista Apunts N° 41.

ESTADO DE LA CUESTIÓN.

se incluye todo tipo de actividades físico deportivas (incluyendo las urbanas). Más adecuado resulta hablar de medio natural como hace el Consejo Superior de Deportes en sus estadísticas anuales de licencias federativas.

El término medio natural, en su sentido más estricto, queda entonces reducido a la naturaleza no modificada por el ser humano, pero como esto restringiría enormemente lo que podrían considerarse AFDMN, se sigue la propuesta de Funollet (1995) y se abre el escenario de estas actividades a:

- Espacios y entornos muy poco modificados como la alta montaña.
- Poco modificados como la montaña en general donde pueden encontrarse senderos y espacios antaño utilizados.
- Modificados por la actividad humana (agricultura, ganadería, minería...) donde dicha actividad ha cesado, por lo que aunque el terreno conserva rastros de actividad humana como muros, pistas forestales, márgenes o bancales, en la actualidad crecen los arbustos y el bosque.

Estos entornos son, como se ha analizado anteriormente, unos espacios de práctica de actividades físico deportivas donde conviven diferentes planteamientos como son los de aventura, competición, contemplativos y recreativos; pero las AFDMN van más allá y ofrecen a los profesionales de la Actividad Física y del Deporte, un marco privilegiado para desarrollar actividades educativas, como se tratará en el siguiente apartado.

1.2.4. EL COMPONENTE EDUCATIVO EN LAS ACTIVIDADES FÍSICO DEPORTIVAS EN EL MEDIO NATURAL

ESTADO DE LA CUESTIÓN.

En los apartados anteriores se han tratado las características de estas actividades y posteriormente se han desarrollado sus rasgos deportivos y de aventura en el medio natural. En este apartado se abordará el potencial educativo de las AFDMN; en este sentido, Santos (2002) habla de tres hitos en la visión educativa de las AFDMN, los cuales son:

- **LEGADO PEDAGÓGICO:** en el que Rousseau (1712-1778) (Bunting, 2006; Funollet, 1994 & Gómez, 2006) tuvo un papel destacado con su obra “El Emilio o de la educación”, al igual que lo tuvo Pestalozzi (1746 - 1827).
- **INTRODUCCIÓN COTIDIANA EN LA EDUCACIÓN FORMAL:** la fijación de estas actividades dentro de los programas escolares españoles comenzó de la mano de la Escuela Activa y la Institución Libre de Enseñanza, entre finales del siglo XIX y principios del XX.
- **INCLUSIÓN EN LA EDUCACIÓN NO FORMAL,** llevándose a cabo a principios del siglo XX por varias agrupaciones juveniles organizadas entre las que entre otras, están el movimiento escultista o las actividades y campamentos que la España de la posguerra desarrolló el Frente de Juventudes y posteriormente la Organización Juvenil Española.

Las posibilidades educativas de la actividad física y el deporte adquieren matices especiales si se desarrollan en un escenario natural, por lo que tiende a proporcionar a las AFDMN un potencial educativo que se desarrolla a continuación:

La realización de actividades físico deportivas al aire libre contribuye a mejorar el nivel de preparación física y motriz, aspecto que ha sido la base de métodos de entrenamiento como el llamado “método natural”, ideado por Hebert (1875-1957), en el que el medio natural es el escenario donde se desarrolla la condición física y destrezas específicas asociadas a la adaptación al medio natural como los saltos, trepas etc.

ESTADO DE LA CUESTIÓN.

Las AFDMN resultan especialmente valiosas dentro del trabajo de educación para la salud, el ocio y la ocupación del tiempo libre (Funollet, 1994; Gómez, 2006; Santos, 2002 y Santos y Martínez, 2006) además de poseer un gran potencial para el trabajo interdisciplinar (Santos y Martínez, 2006), ya que el contacto directo con la naturaleza lleva asociado el conocimiento y cuidado del medio ambiente (Funollet, 1994; Granero, 2007; Santos, 2002 y Santos y Martínez, 2006).

Las AFDMN aportan al ámbito de las AFD un amplio conjunto de prácticas con un alto grado de flexibilidad y adaptabilidad a las necesidades de cada persona (Gómez, 2006), constituyendo una alternativa al deporte agonístico, pero también un estímulo de competición para quien la busque (Funollet, 1994 y Granero, 2007). Su carácter novedoso iguala los niveles de partida en su enseñanza, lo que posibilita que los diferentes participantes sean reconocidos y destaquen (Bunting, 2006).

Como cualquier actividad físico – deportiva, las AFDMN inciden a nivel cognitivo, motriz y actitudinal (Santos, 2002), por lo que contribuyen a la educación integral (Santos y Martínez, 2006) en la que incide la educación física. También permite un aprendizaje activo y significativo (Santos y Martínez, 2006 y Sanz Gilmartin, 2009), ya que la aplicabilidad de los aprendizajes es inmediata, desarrollando con ello la inteligencia práctica (Gómez, 2006 y Rivas, 1999).

Las sensaciones que proporcionan las AFDMN difieren en gran medida a las de deportes propios de entornos artificiales o adaptados, por lo que estas actividades son empleadas por educadores para estimular los sentidos y desarrollar la sensibilidad (Funollet, 1994; Gómez, 2006; Rivas, 1999 y Sanz Gilmartin, 2009).

A nivel social, el ambiente aislado donde se llevan a cabo muchas de estas actividades, unido a sus retos intrínsecos, crea una situación de interdependencia entre los participantes que propicia las relaciones interpersonales de calidad (Bunting, 2006 y Rivas, 1999) y el trabajo de valores sociales como el trabajo en equipo, la cooperación y el sentimiento de pertenencia al grupo (Funollet, 1994; Gómez, 2006; Rivas, 1999 y Sanz Gilmartin, 2009). Circunstancia de la que no sólo se vale la educación formal, sino que es aprovechada cada vez más en actividades con adultos.

El grado variable de incertidumbre que poseen estas actividades posibilita un ambiente de "aventura" (Rivas, 1999) que resulta altamente motivador para los/as participantes (Bunting, 2006; Santos y Martínez, 2006 y Sanz Gilmartin, 2009), al posibilitar que se midan a si mismos/as (Gómez, 2006) frente al reto que ofrece el medio natural. Dentro del ámbito educativo, ese reto estará ajustado a las posibilidades del participante, lo que facilitará su superación, desarrollando con ello un sentimiento de autoafirmación personal, autoestima, autonomía e independencia. (Gómez, 2006; Santos y Martínez, 2006 y Sanz Gilmartin, 2009), además de mejorar el conocimiento de si mismo/a (Gómez, 2006 y Rivas, 1999).

Finalmente, el entorno natural exige un esfuerzo de adaptación a otros entornos no conocidos que requiere el aprendizaje de destrezas y habilidades motrices (Granero, 2007 y Santos y Martínez, 2006), así como la mejora de la condición física (Funollet, 1994; Gilbertson et al, 2006 y Gómez, 2006). Estas exigencias son susceptibles de ser empleadas en varios planteamientos educativos.

Dentro de la educación formal en la Educación Secundaria Obligatoria (Una de las salidas profesionales de las personas tituladas en CAFD), conviene tener presente el papel de esas actividades en el currículo, desarrollado en la Comunidad de Madrid a través de los Decretos 23/2007, de 10 de mayo (Educación Secundaria Obligatoria) y 67/2008, de 19 de junio (Bachillerato).

ESTADO DE LA CUESTIÓN.

En la Educación Secundaria Obligatoria, el octavo de los objetivos de educación física expresa *“Reconocer el medio natural como escenario idóneo para hacer actividad física y discriminar aquellas prácticas que puedan causarle cualquier tipo de deterioro.”* (Comunidad de Madrid, 2008; p. 72). Es importante tener en cuenta que, por su singularidad, las AFDMN posibilitan el trabajo de la mayor parte de los objetivos de educación física en esta etapa educativa.

Los contenidos por curso en la Educación Secundaria Obligatoria hacen continuas alusiones a la seguridad y cuidado del medio ambiente. En el campo de técnicas, el primer ciclo busca una primera toma de contacto con los fundamentos de estas (actividades sencillas de orientación, senderismo y acampada), mientras que en segundo ciclo se perfeccionan los contenidos de orientación.

Con relación al bachillerato, el objetivo a lograr es el de *“Diseñar y realizar actividades físico-deportivas en el medio natural que constituyan una forma de disfrute del tiempo libre y una consolidación de hábitos y actitudes de conservación y protección del medio ambiente.”* (Comunidad de Madrid, 2008. p. 13); los contenidos se centran por tanto en aspectos organizativos de este tipo de actividades sin dejar de lado el respeto y la protección del medio ambiente.

En el cuadro siguiente, y a modo de resumen, se sintetizan los contenidos afines a las AFDMN a desarrollar en cada uno de los ciclos de la ESO y Bachillerato.

Cuadro 1: contenidos afines a las AFDMN a desarrollar en cada uno de los ciclos de la ESO y Bachillerato.

1º CICLO	2º CICLO	BACHILLERATO.
Rastreo. Posibilidades deportivas del MN.	Orientación Específica.	Planificación, organización y puesta en práctica de AFDMN.

ESTADO DE LA CUESTIÓN.

Orientación Sencilla. Supervivencia. Acampada. Senderismo.	Interpretación del paisaje. Organización de AFDMN.	Consolidación de lo visto en la ESO.
RESPECTO. PROTECCIÓN MEDIO NATURAL. SEGURIDAD.		

FUENTE: elaboración propia en base a Comunidad de Madrid, 2007 y 2008

Para concretar y finalizar este primer apartado del marco teórico, centrado en las AFDMN, resulta necesario presentar algunos de sus criterios de clasificación, aspecto importante en esta Tesis, donde estas actividades constituyen uno de sus ejes centrales.

1.3. CRITERIOS DE CLASIFICACIÓN DE LAS AFDMN

1.3. CRITERIOS DE CLASIFICACIÓN DE LAS ACTIVIDADES FÍSICO DEPORTIVAS EN EL MEDIO NATURAL

Una vez conceptualizadas las AFDMN, es necesario presentar varios de los criterios de clasificación de estas actividades, los cuales serán empleados con posterioridad; éstos son, el medio físico, la utilización o no del medio natural y la accesibilidad de la práctica.

Dadas las características de esta tesis, habría resultado deseable el disponer de una clasificación objetiva de las AFDMN en función del riesgo de la actividad o la peligrosidad de esta. Como afirma Ayora (2008), los términos riesgo y peligro, aunque suelen utilizarse indistintamente, hacen alusión a cuestiones diferentes; por peligro se entiende como *“cualquier fuente o condición real o potencial que puede causar un daño (...) incluyendo aquellas situaciones que ocasionan degradación de la actividad (p. ej. Alud, rayo, grieta, falta de experiencia, mala preparación física, etc.).”* Ayora, 2008, p 90). Riesgo es, siguiendo con este autor, *“la posibilidad de que ese peligro se materialice y provoque consecuencias en personas u objetos”* (Ayora, 2008. p.90) y depende, entre otras cosas de la exposición al peligro y de si se han tomado medidas para minimizar sus consecuencias.

Al estar tanto el riesgo como el peligro condicionados por cuestiones individuales y personales, no es posible clasificar las AFDMN en función de su riesgo o peligrosidad, por lo que en el caso de esta tesis, los criterios de clasificación de estas actividades son los tres que se presentarán a continuación.

1.3.1. MEDIO FÍSICO

De todos los modos posibles de clasificación, uno de los más utilizados ha sido tradicionalmente el medio físico. Dentro de este criterio existen dos tendencias en función de la exhaustividad empleada. Se encuentran abundantes clasificaciones clásicas que diferencian entre actividades de tierra, agua y aire (Olivera y Olivera, 1995) y otras clasificaciones más completas como las de Casterad et al. (2000) que distinguirán entre actividades en agua, aire, tierra, nieve y hielo.

Algunas AFDMN como el descenso de cañones, resultan difíciles de enmarcar en alguna de estas tipologías, ya que se practican en varios medios y en función del lugar de realización y época, puede ser puramente acuático o seco.

1.3.2. UTILIZACIÓN DEL MEDIO NATURAL

Las estadísticas anuales publicadas por el Consejo Superior de Deportes en base a las licencias de federaciones deportivas, han originado una clasificación de los deportes en función de la utilización o no del medio natural. En estas estadísticas del Consejo Superior de Deportes (CSD), disponibles en su página web, puede verse como en el año 1995, el Consejo Superior de Deportes consideraba que eran seis los deportes que utilizan el medio natural (caza, pesca, espeleología, montañismo, orientación y actividades subacuáticas) (Algar, 2000).

En el anuario correspondiente al año 2000, el CSD había añadido colombofilia y aeronáutica a estas actividades y en el año 2007, el CSD amplió a 13 las federaciones que según esta entidad utilizan el medio natural (actividades subacuáticas, aeronáutica, caza, ciclismo, colombicultura, colombófila, deportes de invierno, espeleología, galgos, montaña y escalada, orientación, pesca y triatlón), por lo que se observa

como en la segunda mitad de la década de los años 90, el CSD tiende a aumentar los deportes incluidos en este apartado.

Desde esta investigación, se considera que a pesar de la tendencia del CSD a ampliar los deportes que se practican en medios naturales, sus clasificaciones son incompletas para esta tesis por dejar fuera de las AFD actividades que contienen prácticas que claramente están dentro de lo que se entiende por ADFMN. En este sentido, es más adecuada la clasificación de Algar (2000)^a, la cual propone incluir dentro de los deportes que utilizan el medio natural aquellos que utilicen éste como soporte de sus actividades o alteren dicho medio para la práctica de los mismos, quedando en este apartado las siguientes 24 prácticas federadas: actividades subacuáticas, aeronáutica, caza, ciclismo, colombófila, colombicultura, deportes de invierno, espeleología, esquí náutico, galgos, golf, hípica, deportes de montaña y escalada, motociclismo, motonáutica, pesca, piragüismo, polo, remo, salvamento y socorrismo, tiro a vuelo, triatlón^b, vela y orientación.

1.3.3. ACCESIBILIDAD DE LA PRÁCTICA

Siguiendo un razonamiento similar al anterior, en el estudio que el Instituto Nacional de Educación Física de Cataluña (Centro de Lleida) realizó en Aragón por encargo de la Diputación Territorial de dicha comunidad (1997), se utilizó la accesibilidad de la práctica como criterio para diferenciar este tipo de actividades, distinguiendo entre actividades de fácil y difícil accesibilidad, como puede resumirse a continuación:

^a En su escrito, este autor utiliza indistintamente los términos “Medio natural”, “Medio ambiente” y “Naturaleza”. Se utilizará “Medio natural” por considerarlo el más correcto”.

^b En el año de realización de esta clasificación, el triatlón compartía federación con el pentatlón moderno. Hoy en día estas dos actividades tienen federaciones independientes, por lo que he omitido el pentatlón moderno de la clasificación original, ya que según el CSD, es el triatlón, y no el pentatlón, la actividad que utiliza el medio natural.

TABLA 1.: División de las AFDMN según criterios de accesibilidad de la práctica.

	FÁCIL ACCESIBILIDAD	DIFÍCIL ACCESIBILIDAD
TECNOLOGÍA	Innecesaria	Imprescindible Uso de materiales y medios que permitan aprovechar orografía terreno (Máquinas planeadoras vestimenta especial)
CONDICIÓN FÍSICA	No condicionante. La relajación prima sobre el esfuerzo físico.	Requiere ciertas dosis de esfuerzo y sacrificio para superar los obstáculos del terreno.
ARRAIGO	Populares	Minoritarias
PROCESO DE APRENDIZAJE	Sencillo	Costoso
EJEMPLOS	Acampadas, recogida de setas, paseos, observación flora y fauna.	Alpinismo, escalada parapente, puenting espeleología, esquí de travesía.

Fuente: elaboración propia en base a la publicación de la Diputación Territorial de Aragón (1997).

Las actividades de fácil accesibilidad incluirían, por tanto, deportes de aprendizaje sencillo y rápido, con un escaso nivel de compromiso y una práctica más distendida como podría ser el senderismo. Con respecto a las actividades de difícil accesibilidad, éstas incluirían deportes menos multitudinarios donde es imprescindible el aprendizaje del manejo de una serie de materiales e instrumentos especializados, como pudieran ser cuerdas, botas plásticas etc. La realización de las actividades de difícil accesibilidad puede requerir el dominio de actividades de fácil accesibilidad para llevar a cabo las aproximaciones.

Resulta evidente que la práctica de actividades de difícil acceso necesita de un dominio previo de las de fácil acceso, por lo que no extraña el que quienes practiquen actividades de difícil acceso suelen ser además practicantes de actividades de fácil acceso (Diputación Territorial de Aragón, 1997).

2. GÉNERO Y AFD EN EL MEDIO NATURAL:

2. GÉNERO Y ACTIVIDADES FÍSICO DEPORTIVAS EN EL MEDIO NATURAL

Una vez presentadas las AFDMN, es necesario introducir la segunda gran cuestión que engloba toda esta tesis: la del género. En esta segunda parte del marco teórico, se comienza por presentar una delimitación conceptual del binomio sexo - género y sus términos asociados (construcción social del género, roles de género y estereotipos) para a continuación posicionarse en un enfoque de estudio desde la perspectiva de género.

La segunda parte de este apartado describe, en el contexto español, la práctica de AFDMN haciendo especial hincapié en las diferencias de género, para lo cual se vale de fuentes de información cualitativa y cuantitativa al respecto. Finalmente, se analizan las razones o motivos que llevan a las personas a realizar AFDMN.

estudio de las afdmn desde la perspectiva de género

2.1. CLARIFICACIÓN CONCEPTUAL Y ENFOQUES DE ESTUDIO DE LAS ACTIVIDADES FÍSICO DEPORTIVAS EN EL MEDIO NATURAL DESDE LA PERSPECTIVA DE GÉNERO

Una tesis que tenga la intención de analizar un colectivo en base a cuestiones de género debe primero realizar la necesaria delimitación conceptual para, posteriormente, hacer un repaso de las diferentes perspectivas de estudio de esta cuestión disponibles. Una vez conocidas las distintas perspectivas, se hace necesario elegir aquella o aquellas que encajen mejor con las características de su investigación. En este apartado se realizarán estas cuestiones, comenzando por una clarificación de los términos más importantes para después elegir una perspectiva de género a seguir.

2.1.1. CLARIFICACIÓN CONCEPTUAL SEXO – GÉNERO

Partiendo de una visión sociológica, como afirman Subirats y Tomé (2007), el devenir histórico ha ido configurando la creencia de que según se naciese hombre o mujer, los comportamientos, gustos y tendencias de una persona serían diferentes, ya que esta diferencia se consideraba inscrita en la naturaleza y era un rasgo originario de la creación divina. El sexo, hombre o mujer, llevaba intrínseco una serie de características, por nacimiento que no podían cambiarse y trascendían de lo físico para extenderse a otros ámbitos psicológicos y sociológicos.

En la actualidad, se ha demostrado y aceptado que, dejando a un lado las diferencias biológicas entre hombres y mujeres, otras de las características tradicionalmente consideradas como innatas de cada sexo no tienen un origen genético, sino psicosocial; así pues, desde hace unos 40 años (Subirats y Tomé, 2007) se viene realizando una distinción entre sexo y género para distinguir el origen de estas diferencias hombre - mujer, refiriéndose el término sexo a las características dadas por los rasgos biológicos y morfológicos que nos configuran como hombres o mujeres, y el término género a las características dadas por la sociedad que configura los rasgos masculinos o femeninos.

“El sexo son “las características físicas y sexuales que tiene una criatura en el momento de nacer, y que han sido determinadas por su dotación genética. (...) Cuando hablamos de género, por el contrario hablamos de patrones de comportamiento que las sociedades atribuyen a los hombres o a las mujeres, y que presuponen un conjunto de formas de actuar.”

Subirats y Tomé, 2007, p. 21.

Se observa pues, como en torno al sexo, la sociedad construye un artificio, una identidad de género, masculina o femenina, prescrita como una necesidad y un límite para cada grupo sexual. Como afirma Subirats (1998), no está claro qué parte de la identidad genérica proviene de aspectos biológicos y reproductivos y cual es consecuencia de las prescripciones sociales. Por ejemplo, el complejo de culpa que mencionan sentir algunas mujeres cuando por practicar deportes en la naturaleza se alejan de sus hijos pudiera ser entendido como de origen biológico o social, en función de la perspectiva empleada para su interpretación.

ESTADO DE LA CUESTIÓN.

A lo largo de la historia, las diferentes sociedades han basado una parte importante de su organización a través de los géneros, lo cual tiene un doble aspecto: por un lado establece una jerarquía de poder de hombres sobre mujeres, generando desigualdades, y por otra parte establece y limita patrones de comportamiento y niega a cada sexo el acceso a determinadas actitudes, posibilidades, y experiencias (Subirats, 1998). Un chico puede sentirse “obligado” a hacer puenting o un rápel por la presión social, mientras que una chica puede sentirse incómoda realizando actividades de riesgo entre otros hombres.

Desde el momento del nacimiento, el ser hombre o mujer es lo primero que organiza las conductas en su entorno (Subirats, 1998), comenzando un lento proceso de socialización mediante el cual las personas van haciendo propios los rasgos masculinos y femeninos existentes en su sociedad, para convertirse en seres sociales aptos para vivir de forma adecuada en ella. A este proceso se le denomina construcción social del género (Hall, 1996).

Según Puig (1996), la construcción social del género pasa de una generación a la siguiente y es un proceso que, desde la socialización primaria, va exponiendo al individuo a una gran variedad de estímulos, los cuales parten de agentes sociales como la familia, la escuela, los medios de comunicación, etc.

En sus casas, los niños y niñas perciben un trato diferente por parte de sus madres y especialmente de los padres (Fernández, 1988) en aspectos como tono de voz, la insistencia en ciertos aspectos culturales, la vestimenta que les impide tener igualdad real de oportunidades en su desarrollo motor (amplitud de movimientos, ensuciarse...) etc. (Fontecha, 2002).

“En la mayoría de las familias españolas, los géneros son transmitidos en forma mucho más diferenciada, tanto por el modelo de relaciones que se producen entre los adultos, como por los mensajes y exigencias explícitas para cada sexo.”

Subirats, 1988, p 148.

ESTADO DE LA CUESTIÓN.

Desde el comienzo de su vida escolar, el profesorado trata de modo diferente a los niños y a las niñas, trato en muchas ocasiones inconsciente y manifestado en las expectativas, la distribución de espacios y materiales, el lenguaje, el currículo, la ausencia de intervenciones pedagógicas cuando la situación lo requiere, etc., lo cual provoca que el alumnado vaya adquiriendo poco a poco el esquema de género propio de esa sociedad. (Subirats y Brullet, 1988).

El proceso de construcción social del género es dinámico, por lo que es posible modificar en parte la identidad de género construida desde la infancia, (creencias, valores...) pero en los planos no conscientes es mucho más difícil. (Subirats, 1998).

Como se ha explicado en los párrafos anteriores, los géneros masculino y femenino llevan implícitos diferentes modelos; estos modelos se sintetizan a continuación en la tabla 2.

TABLA 2:. Roles que se transmiten en forma de estereotipos de género sobre la práctica de actividad física.

COMPONENTE (Deaux y Lewis, 1984)	VALORES Y ROLES MASCULINOS	VALORES Y ROLES FEMENINOS
Apariencia física.	Fuertes físicamente. Alto con espaldas anchas.	Débil físicamente. Elegancia. Pequeña.
Conducta correspondiente al papel.	Físicamente activos. Iniciativa. Hacen que las cosas ocurran. Ambición. Orientados hacia el logro. Ocio al aire libre. Derecho al ocio.	Actividad física limitada. Rutina sentada. Pasividad y discreción. Renuncia. Orientadas hacia las relaciones humanas. Ocio de interior y familiar. Anteponen el cuidado de los demás antes que su ocio.
Personalidad.	Asumen riesgos y desafíos. Independencia. Toma de decisiones firmes. Agresividad, competitividad. Miedo a ser tiernos entre ellos.	No asumen riesgos. Dependencia. Sumisión, obediencia y apoyo. No agresividad. Expresividad. Ternura y sensibilidad.
Ocupación laboral.	Funciones conceptuales. Tareas de dirección o elevado esfuerzo físico (albañilería...)	Funciones emocionales. Tareas de servicio a otros (enfermera...)

Elaborada en función de los estudios de Ann (1998), Deaux y Lewis (1984); Fontecha (2002), Gilligan (1982), Hall (1996), Jordan (1992), Kane (1990), Mosquera y Puig (1998), Nisbert (1988) y Vázquez (1993).

ESTADO DE LA CUESTIÓN.

Comparando estas ideas con los valores predominantes en el deporte tradicional (competitividad, rendimiento, musculatura, agresividad...), Vázquez (1993), llega a la conclusión de que el deporte en general es un campo tradicionalmente masculino, ya que los valores tradicionalmente asignados como femeninos entran en contradicción con los deportes tradicionales. Esto es aún más acusado en el caso de la visión tradicional de las AFDMN, en las cuales parecen tener especial importancia los valores y roles masculinos.

Por lo descrito hasta ahora, es fácil prever que desde la infancia, las AFDMN, en su imagen tradicional encajen más con el modelo masculino que con el femenino, lo cual puede condicionar en gran medida la práctica futura de estas actividades por parte de cada sexo.

En un trabajo de estas características resulta necesario conocer estos roles, ya que están condicionando seriamente a la población objeto de estudio; no obstante, éstos deben ser tomados con reservas, ya que como afirma Subirats, el cambio de modelos es acelerado, al menos en las mujeres.

“los viejos modelos ya no nos sirven, y no tenemos certezas para los nuevos. Con el agravante de que los perfiles masculinos han variado mucho menos que los femeninos, o, por decirlo de otro modo, que el género femenino en su versión tradicional se está descomponiendo, y las viejas respuestas a que es ser mujer ya no nos sirven mientras, en cambio, el género masculino ha variado menos en los últimos años.”

Subirats, 1998, p 17.

Si anteriormente se ha observado como en cada sociedad se transmiten a cada sexo diferentes roles de género y funciones, esta transmisión se produce a través de los estereotipos, concretamente los llamados estereotipos de género, los cuales constituyen el último concepto a exponer de este apartado.

ESTADO DE LA CUESTIÓN.

Los estereotipos son un conjunto de rasgos atribuidos a un colectivo que suelen ser compartidos por una gran cantidad de personas, éstos son muy resistentes al cambio y conllevan una simplificación y generalización de la realidad que suele recordarse fácilmente. Los estereotipos orientan inconscientemente en muchos casos las expectativas que se forman de un individuo simplemente por pertenecer a un colectivo y su auto perpetuación suele hacerse inconscientemente tanto por parte de las personas pertenecientes al grupo estereotipado al comportarse según los comportamientos atribuidos como por parte de quienes no pertenecen al colectivo estereotipado.

En el caso de los estereotipos de género, lo masculino y femenino son estereotipos muy resistentes al cambio cultural, especialmente en lo relativo al deporte (García Ferrando, 1990 y Vázquez, 1993). Los estereotipos de género estimulan el deporte masculino e inhiben el femenino por inapropiado, constituyendo las AFDMN un conjunto de modalidades cuya práctica se ve muy condicionada por estos estereotipos.

La influencia de los estereotipos de género alcanza el ámbito de las AFDMN, lo que ha condicionado el que la presencia de mujeres y el comportamiento de éstas en el deporte en general y en el campo de las ADFMN en particular. Los estereotipos de género en relación con la práctica de deporte y el tiempo libre siguen vigentes en España y aunque tienen tendencia a desaparecer, esta desaparición, lograda ya prácticamente en aspectos legales y formales, no lo ha sido tanto en la realidad cotidiana.

2.1.2. ENFOQUES DE ESTUDIO DE LAS ACTIVIDADES FÍSICO DEPORTIVAS EN EL MEDIO NATURAL DESDE LA PERSPECTIVA DE GÉNERO

Al ser el objetivo de esta tesis el conocer y comprender la influencia del género en una serie de cuestiones relacionadas con las AFDMN, es necesario conocer los diferentes marcos feministas, que como toda corriente de pensamiento aportan enfoques útiles para entender e interpretar la información que este estudio obtenga; así pues, en este apartado se presentarán las dos corrientes de pensamiento en las que Hargreaves (1990) se centra:

- a) **Feminismos de la igualdad:** aquellos que persiguen la igualdad total entre ambos sexos, entendiendo esta como igualdad de oportunidades. Dentro de esta corriente se encuentra el feminismo liberal.
- b) **feminismos de la diferencia:** aquellos que, reconociendo la existencia de diferencias entre hombres y mujeres, basan sus planteamientos además de en la igualdad de oportunidades en el respeto a estas diferencias. Este último planteamiento engloba los llamados feminismos de la diferencia, de los cuales se hace hincapié en el feminismo radical y las corrientes separatistas derivadas de este primero, el feminismo cultural y el llamado eco feminismo.

Dejando a un lado las actividades físicas en el medio natural realizadas “por necesidad”, es decir, bajo planteamientos utilitarios, en el ámbito internacional, el progresivo acercamiento de las mujeres al medio natural como forma de esparcimiento o a las actividades físico deportivas, ha ido paralelo a los diferentes movimientos feministas (Hargreaves, 1990). En España, esta tendencia internacional no ha existido, ya que el acercamiento de las mujeres al deporte en general y al medio natural en particular no se ha visto apoyado por movimientos feministas.

a) Dentro de los llamados *feminismos de la igualdad*, la perspectiva liberal, se ha centrado en la igualdad de las mujeres respecto a los hombres, entendiendo los movimientos feministas derivados de esta corriente de pensamiento la igualdad como igualdad de oportunidades (Acker, 1995 y Hall, 1996) y también derechos de las mujeres (Scranton, 1995).

“En cualquier caso, el principio de la igualdad ha sido denominador común de los muy varios movimientos feministas, marcando su objetivo en una equiparación con el hombre sin diferencias ni excepciones de ningún tipo.”

Abellán, 1994, p. 114.

Dado que las corrientes liberales han centrado sus luchas en los cambios en la legislación como ruta hacia la igualdad y la integración de sexos en el deporte (Lenskyj, 1990), el principal logro del feminismo liberal es el de asegurar un acceso estructural de las mujeres al deporte en igualdad de condiciones (Hall, 1996), sobretudo en aquellos deportes considerados tradicionalmente masculinos, como es el caso de las AFDMN.

El segundo gran logro del feminismo liberal fue el de conseguir cambiar la percepción del cuerpo femenino, desmintiendo las razones biológicas por las que el deporte en general era considerado poco beneficioso para las mujeres al mismo tiempo que ponía de manifiesto como la baja participación femenina en las actividades físico deportivas no era debida a su naturaleza biológica, sino a factores culturales. (Scranton y Flintoff, 2002).

Como señala Acker (1995), el feminismo liberal tiene también como tema esencial la socialización, en el rol sexual y los estereotipos de género, en el sentido de que éstos llevan a *“patrones de relación interpersonal entre sexos que ponen en desventaja a las mujeres”* (Acker, 1995, p.67). Encontramos que caso del feminismo liberal o de igualdad, estas cuestiones son utilizadas para denunciar una situación de desventaja sexual que debe resolverse con igualdad total de oportunidades.

En todo caso, la perspectiva liberal resulta útil para comprender el modo en que las personas han sido socializadas hacia ocupaciones y roles estereotipados que necesariamente se transfieren al campo de la AFD en general y a las AFDMN en particular, creándose dificultades de género fundamentalmente a nivel de acceso (estructurales) y en menor medida intersociales.

El principal logro de un feminismo de la igualdad como el liberal, es la entrada en el mundo público a las mujeres, lo cual tiene, según Subirats (1998) un doble balance reflejado en un déficit de atención social a las tareas reproductivas en pro del trabajo remunerado y un malestar entre las mujeres por la renuncia y pérdida de rasgos positivos del modelo femenino.

“Cada día es más frecuente oír comentarios en el sentido de “nos hemos masculinizado”, “no queremos ser como ellos”, u otros comentarios de este tipo, expresiones que muestran que la experiencia de la nueva forma de vida es sólo hasta cierto punto valorada positivamente.”

Subirats, 1998, p. 41.

El sentimiento de pérdida y sustitución de modelos, comportamientos y valores considerados como femeninos y propios de las mujeres por los modelos masculinos también se da en el campo del ocio y el tiempo libre (Subirats, 1998), por lo que surge una masa crítica que se replantea que la igualdad debería ir más allá de la igualdad de oportunidades e implicar también la aceptación de las características del diferente modelo femenino. Esto es el germen de nuevas formas de feminismo con metas diferentes a la igualdad, con la intención de conservar el modelo femenino. Este tipo de feminismos se han denominado de la diferencia.

b) Dentro de los llamados *feminismos de la diferencia*, en este trabajo se hace alusión a algunas de estas corrientes, comenzando con el feminismo radical y prosiguiendo con el feminismo cultural, para exponer las corrientes eco feministas, las cuales son de especial importancia de cara a esta tesis.

El feminismo radical ha denunciado que la sociedad tal y como está diseñada “niega el acceso completo de las chicas y las mujeres al conocimiento, a los recursos, a la autoestima y a la liberación del miedo y la vergüenza.” (Acker, 1995. p. 72). Centrándose por tanto estas corrientes en la denuncia del dominio de los hombres sobre las mujeres en ámbitos mixtos.

Una solución a esta discriminación de las mujeres lleva, según Scraton (1988), a una rama dentro del feminismo radical que defiende la separación entre mujeres y hombres, para huir así del control de éstos últimos y facilitar a las mujeres la práctica de deportes apropiados femeninos, los cuales están alejados de la agresividad, competitividad y especialización presente en los deportes masculinos.

Programas basados en el separatismo han servido para reservar espacios de práctica de actividades físico deportivas cerrados a los hombres como gimnasios, piscinas o clubes de montaña femeninos y han sido y son en algunos casos un modo de que las mujeres se inicien o practiquen actividades físico deportivas sin la sensación de dependencia de una figura masculina que podrían experimentar en grupos mixtos, como denunció Pedersen (1998) refiriéndose a AFDMN.

En el caso concreto de las AFDMN, el separatismo ha sido utilizado para formar responsables de grupos que realicen AFDMN (Jordan, 1992), para desarrollar programas de aumento de autoestima en EE.UU. (Mitten, 1992), o en el caso de España, para coeducar o iniciar a mujeres españolas en este tipo de actividades (Acuña et al.1993^a). En estos textos se describe ampliamente las influencias negativas de una compañía de hombres, así como las diferentes vivencias de las mujeres respecto a las masculinas.

^a Esta Guía de coeducación en el tiempo libre hace alusión a un grupo de montaña madrileño denominado “Las valkirias” ya desaparecido.

ESTADO DE LA CUESTIÓN.

Las corrientes separatistas, a pesar de que exageran el argumento de que juntar a hombres y mujeres implica automáticamente una opresión y un tratamiento sexista hacia las participantes mujeres, sí permiten entender ciertas dificultades que experimentan las mujeres a la hora de acceder al medio natural y además también posibilitan identificar y comprender cierto tipo de estrategias de superación de estos problemas, como son las de salir al medio natural en grupos cerrados.

Como se viene exponiendo, tanto el feminismo de la igualdad, como el liberal han llevado a una copia del modelo masculino por parte de las mujeres, lo que ha llevado a un sentimiento de pérdida de su propio modelo. Los feminismos de la diferencia han vuelto a reivindicar el modelo femenino frente al masculino, produciéndose en ocasiones según Subirats (1998) una enfatización de las capacidades de la mujeres (positivas) en contraposición a los rasgos masculinos (negativos), lo cual lleva a una vuelta a la posición dicotómica que implica medidas exclusión y separatismo.

Dentro de los feminismos de la diferencia cobra importancia una corriente que se ocupa del modelo femenino como objeto de estudio propio, sin compararlo ya con el masculino; a esta corriente se le ha denominado feminismo cultural.

A partir de los años 80 aproximadamente, surge el llamado feminismo cultural que se ocupa de los intereses de las mujeres, de sus vínculos afectivos y sus preocupaciones; en definitiva, de la cultura femenina exclusivamente y ya no de la opresión masculina ni de las mujeres respecto a los hombres como los anteriores feminismos. Esta corriente constituye un análisis psicológico y sociológico de los vínculos sociales y culturales que marcan la forma en que las mujeres se relacionan con el entorno y las personas.

El feminismo cultural ya ha sido utilizado para investigar sobre las diferencias entre hombres y mujeres y entender mejor los

comportamientos y experiencias femeninas en cuanto a práctica de AFD (Hall, 1996 y Vázquez 2002), educación en el tiempo libre (Acuña et al. 1993), actividades de ocio (Henderson, 1991) y práctica de AFDMN (Jordan, 1992 y Mitten, 1992). Enfoques basados en el feminismo cultural también resultan útiles para estudiar las estrategias que emplean las mujeres para continuar realizando actividades de ocio pese a las dificultades que encuentran ante su práctica (Hargreaves, 1990).

El basar una corriente en la diferencia puede ir más allá de la reivindicación del modelo femenino y apuntar a una nueva forma de reacción y de valores en la sociedad (Subirats, 1998), lo cual lleva a nuevos modelos como el eco feminismo, donde se argumenta – y celebra – la parte reproductiva de las mujeres y se asocia ésta a la naturaleza como fuente de vida.

Los ecofeminismos defienden la conexión mujer - naturaleza, lo cual, según Abellán (1994), une el pensamiento feminista con otro pensamiento crítico, el ecologismo, surgiendo corrientes donde se critica el modo en que la naturaleza es maltratada y relegada a un segundo plano, del mismo modo que ocurre con las mujeres debido a la naturaleza biológica de ambas que es opuesta a la cultura, propia del varón.

La aparición del eco feminismo es una confluencia por tanto de diferentes pensamientos actuales como los feminismos de la diferencia y el ecologismo, como una reacción ante la pérdida del modelo femenino y las amenazas que inciden en la naturaleza como creadora de vida.

“La negación sistemática de la importancia de la parte reproductiva de la sociedad ha conducido, como he dicho, a un déficit individual y colectivo, más sentido por las mujeres, porque son ellas las que se encuentran en un proceso de cambio, viviendo aún, en cierto modo, entre dos mundos.”

Subirats, 1998, p. 42-43.

ESTADO DE LA CUESTIÓN.

El eco feminismo retoma en los años 80 la identificación patriarcal mujer - naturaleza criticada o pasada por alto por feminismos anteriores para dar a ésta una nueva dimensión en el sentido que se celebra esta conexión y la considera potencialmente emancipatoria (Diamond y Orenstein, 1990). El eco feminismo representa por tanto la filosofía del paralelismo entre la dominación de las mujeres y la naturaleza, y su comprensión es necesaria para entender la práctica de AFDM por parte de las mujeres (Henderson, 1992).

En el campo de investigación sobre mujer – AFDMN, las corrientes basadas en la conexión mujer – naturaleza son útiles para interpretar diferencias de género en torno a los motivos y vivencias hacia el medio natural. Muchos estudios centrados en la motivación de las mujeres hacia las AFDMN incluyen categorías como introspección, equilibrio, reencuentro etc., las cuales son fácilmente analizables desde una corriente como la eco feminista.

En síntesis, cada corriente de pensamiento aporta cierta ayuda para comprender diversas cuestiones de género que son analizadas en este trabajo, lo cual ha llevado a que gran cantidad de estudios de género utilicen marcos feministas para establecer sus investigaciones. Según Bialeschki (1994) y Henderson y Bialeschki (1992), esto es debido a que el feminismo puede proporcionar enfoques útiles para estudiar cuestiones sobre género y ocio, puntos de vista alternativos, soporte para sostener diferentes puntos de vista y una más amplia interpretación de los significados de los análisis.

Como se desarrolla en las páginas anteriores, todas las perspectivas feministas tienen algo que aportar a esta investigación:

ESTADO DE LA CUESTIÓN.

-Las corrientes liberales permiten comprender cuestiones relativas a socialización (dificultades interpersonales) y estereotipos de género, así como evidenciar problemas de tipo estructural en la práctica de AFDMN, las basadas en el separatismo evidencian ciertas dificultades de género en la práctica de AFDMN, así como soluciones a estos problemas (salir solos, grupos cerrados, micro grupos...).

-El feminismo cultural permite analizar a las mujeres como grupo en si mismo y no únicamente en referencia a los hombres.

- Y por último, el eco feminismo proporciona información relevante de cara a comprender motivaciones que posteriormente aparecerán como claves en todos estos aspectos.

Aunque el enfoque feminista seguido en esta tesis es predominantemente cultural, cada una de las corrientes de pensamiento aludidas tiene algo que aportar a esta tesis, por lo que existirá cierto eclecticismo al tomar de cada planteamiento feminista aquellos aspectos que permitan una mejor comprensión e interpretación de las cuestiones.

2.2. Diferencias de género en la práctica de AFDMN.

2.2. DIFERENCIAS DE GÉNERO EN LA PRÁCTICA DE ACTIVIDADES FÍSICO DEPORTIVAS EN EL MEDIO NATURAL

En las páginas anteriores, además de establecerse el enfoque por el que el género es estudiado en esta tesis, también queda expuesto que en ocasiones, el género femenino no encaja demasiado bien con el deporte tradicional general ni el realizado en el medio natural en particular. Esto provoca, según Macías y Moya (2002) que los hombres realicen más deporte, en términos generales, que las mujeres y siguiendo a estos autores, si estas actividades son consideradas “de aventura”, las diferencias de género sean aún mayores.

Antes de comenzar la exposición de diferencias de género, es necesario señalar que los estudios sobre diferencias de género en diversos aspectos de las actividades físico deportivas, como son la participación o la motivación son abundantes. Hall (1988 y 1996) realiza una crítica a la literatura existente sobre temas de género al señalar que la mayor parte de los estudios han hecho hincapié en las diferencias de género mientras que son pocos los que se han centrado en las diferencias entre las mujeres. Ciertamente, las mujeres constituyen un colectivo heterogéneo, por lo que en muchos casos, las diferencias entre mujeres pueden ser mayores que las diferencias de género.

En este apartado se analiza el fenómeno de la práctica de AFDMN haciendo especial hincapié en las diferencias de género. Las fuentes consultadas son únicamente españolas, ya que un conocimiento de la situación en España es necesario de cara a determinar la realidad existente sobre la que efectuar esta tesis.

Partiendo del hecho de que la práctica de AFDMN de las mujeres es menos numerosa que la de los hombres (Moscoso et al., 2008), un buen comienzo para investigar acerca de las características de la práctica de AFD de hombres y mujeres es el de cuantificar esta participación en

ESTADO DE LA CUESTIÓN.

nuestro contexto, lo cual pasa por revisar los estudios previos existentes sobre la cuestión, siendo las fuentes de información disponibles aquellas que analizan cualitativa o cuantitativamente la práctica de actividades físico deportivas en general y dedican algún apartado a este aspecto.

De entre todas las fuentes de información cuantitativa destacan tres: los datos provenientes de licencias federativas que publica el Consejo Superior de Deportes, las encuestas de García Ferrando, por su mayor alcance en la población en general y los resultados del estudio de París (1996) centrados en población universitaria.

De las tres fuentes mencionadas, la más accesible es la constituida por los datos del CSD relativos a la población federada española cada temporada. Esta información debe ser tenida en cuenta con reservas, ya que la mayor parte de la población que realiza AFDMN no está federada como se explica posteriormente, pero a pesar de esto, estos datos permiten observar la situación concreta en este ámbito. Según los datos provenientes de la memoria correspondiente al año 2007, de las 3.325.984 licencias federativas expedidas en ese año, 1.321.122 fichas correspondieron a deportes realizados en el medio natural (véase tabla 3), según la clasificación de las actividades propuesta por Algar (2000), lo cual supone un 39.62% de las licencias totales.

Comparando los datos de la población masculina con los de población femenina se observa que los deportes realizados de modo federado en medios naturales son practicados mayoritariamente por población masculina, ya que en todas las actividades, la participación de los hombres supera porcentualmente en muchas unidades a la de las mujeres. Pese a todo, se detecta que algunas actividades son menos masculinas que otras como el golf y la vela, y posiblemente el esquí náutico, el salvamento y socorrismo y el piragüismo; en estos tres últimos deportes la gran cantidad de licencias no desglosadas por sexo no permiten conocer la situación concreta.

ESTADO DE LA CUESTIÓN.

Se observa como dentro del colectivo de mujeres hay un predominio de las actividades acuáticas, ya que de las doce actividades con porcentajes de práctica mayores al 10%, seis actividades se desarrollan en espacios acuáticos y una séptima (triatlón) incluye la natación. Cuatro de las actividades más practicadas por las mujeres tienen lugar en el medio terrestre, como son el golf con su rápido avance, la orientación deportiva, la hípica y la montaña y escalada.

TABLA 3: Licencias masculinas y femeninas en deportes que utilicen el medio natural.

	Masculinas		Femeninas		Sin Desglosar		Total
	N	%	N	%	N	%	N
Actividades subacuáticas (a)	31.926	75,56%	7.267	17,20%	3.062	7%	42.255
Aeronáutica (a)	2.285	27,15%	100	1,19%	6.030	72%	8.415
Caza (n) (a)	419.553	99,64%	1.512	0,36%	0	0%	421.065
Ciclismo (n) (a)	40.659	66,65%	1.250	2,05%	19.096	31%	61.005
Colombicultura (n) (a)	18.749	91,39%	1.686	8,22%	80	0%	20.515
Colombófila (n) (a)	4.423	96,26%	172	3,74%	0	0%	4.595
Deportes de invierno (n) (a)	1.891	14,05%	931	6,92%	10.638	79%	13.460
Espeleología (n) (a)	2.686	34,17%	663	8,43%	4.512	57%	7.861
Esquí náutico (a)	1.024	66,02%	523	33,72%	4	0%	1.551
Galgos (n) (a)	9.666	85,86%	1.592	14,14%	0	0%	11.258
Golf (a)	217.096	68,69%	98.942	31,31%	0	0%	316.038
Hípica (a)	15.448	45,80%	18.101	53,67%	178	1%	33.727
Montaña y escalada (n) (a)	78.268	71,39%	30.250	27,59%	1.115	1%	109.633
Motociclismo (a)	17.901	99,01%	179	0,99%	0	0%	18.080
Motonáutica (a)	663	68,63%	62	6,42%	241	25%	966
Orientación (n) (a)	6.604	64,68%	3.606	35,32%	0	0%	10.210
Pesca (n) (a)	75.333	94,41%	4.378	5,49%	79	0%	79.790
Piragüismo (a)	40.032	59,40%	26.912	39,93%	450	1%	67.394
Polo (a)	576	87,80%	80	12,20%	0	0%	656
Remo (a)	5.873	66,97%	2.040	23,26%	856	10%	8.769
Salvamento y socorrismo (a)	5.190	44,27%	4.056	34,60%	2.477	21%	11.723
Surf	3.484	81,82%	774	18,18%	0	0%	4.258
Tiro a vuelo (a)	2.408	94,69%	135	5,31%	0	0%	2.543
Triatlón (n) (a)	8.986	84,45%	1.654	15,55%	0	0%	10.640
Vela (a)	38.097	69,63%	16.618	30,37%	0	0%	54.715
TOTALES	1.048.821	79,39%	223.483	16,92%	48.818	4%	1.321.122

(a) Considerada AFDMN por Algar (2000).

(n) Considerada AFDMN por el CSD,

Los datos provenientes de licencias federativas no son suficientes para conocer los hábitos deportivos en nuestro país en relación con las

AFDMN. En este sentido, García Ferrando observó en su encuesta de 1990 (1993) que el 25% de la población española tiene en su casa tienda de campaña, el 26% un equipo de pesca, el 18% escopeta de caza, el 17% material de buceo, el 11% útiles de montañismo y un 8% de esquí. En su encuesta de 2005, estas cifras aumentan al 40% en el caso de tienda de campaña, 28% equipo de pesca, 18% equipo de buceo, 16% útiles de montañismo y equipo de esquí (11%). El único artículo relacionado con las AFDMN que no aumenta es la escopeta de caza, que baja al 13%.

En la encuesta del 2005 (García Ferrando, 2006), la bicicleta de adulto ocupó por primera vez el primer puesto (63%) que hasta entonces había sido ocupado por el balón de fútbol. Aunque el porcentaje de españoles que tiene estos artículos se ha incrementado, es necesario destacar que dicho incremento se ha dado en la mayor parte de los materiales deportivos; el progreso de las AFDMN va evidenciándose, como se presenta a continuación.

García Ferrando (1997) observa como sólo el 29% de los hombres tienen licencia federativa mientras que en el caso de las mujeres, ese porcentaje disminuye hasta el 8%, con lo cual, es necesario tomar con reservas los datos del CSD expuestos con anterioridad, especialmente los de las mujeres. Esto es una constante en todas las encuestas de este autor, apareciendo también resultados similares en su encuesta de 2005 (García Ferrando, 2006)

A excepción del fútbol, (...), “Los restantes deportes no guardan una correspondencia tan clara respecto en cuanto a la clasificación de la encuesta y la que debe hacerse en base al número de licencias federativas (...). Este hecho pone de manifiesto el carácter parcial y limitador de la información que presenta la estadística federativa a efectos de entender la práctica real del deporte en España, práctica que se puede estudiar mejor, o al menos complementar con los resultados que obtenemos de la presente encuesta”

(García Ferrando, 1997, Pág. 62.)

Siguiendo con los datos de García Ferrando, en la encuesta el año 2000, (García Ferrando 2001), el 30% de la muestra^a afirmó realizar salidas al campo (ocupación casi tan citada como el deporte que obtuvo un 31%). En el estudio de 2005, el “Salir al campo, ir de excursión” superó el “Hacer deporte” al obtener los porcentajes 39 y 33 respectivamente.

La ocupación del tiempo libre consistente en “Montañismo/senderismo/ excursionismo” se ha mantenido dentro de las 10 actividades más realizadas por la población española en las encuestas que dicho autor realizó en los años 85, 90, 95. (García Ferrando, 1997) y 2000 y 2005 (García Ferrando, 2006), por lo que se deduce que el salir al medio natural para hacer ese grupo de actividades es una afición ampliamente extendida por la población española, en la cual, el año 2005, un 11,9% desarrollaron estas actividades.

En su estudio de 2005, García Ferrando afirmó que *“Otros cambios dignos de ser destacados son los referidos a modalidades deportivas que vienen ganando nuevos practicantes desde hace unas décadas, como son (...) y otras modalidades que se realizan en espacios abiertos y naturales como el buceo, la pesca submarina, la escalada, y la espeleología, el golf, el windsurf y las llamadas de forma difusa actividades de riesgo en la naturaleza.”* (García Ferrando, 2006, p.81).

El conjunto de actividades que García Ferrando (2006) englobó como Montañismo, senderismo, excursionismo son practicadas en su encuesta con las siguientes frecuencias: 7% semanalmente, 26% 1 ó 2 veces por semana, 51% con menos frecuencia y 16% vacacionalmente. En este estudio, se observa como el 9% de las mujeres españolas realizan algún tipo de actividad físico deportiva en la naturaleza mientras que los varones duplican este porcentaje (18%). Estas diferencias son menores que las que aparecen en otras actividades, por lo que este autor observa que las mujeres practican actividades deportivas en la naturaleza en mayor

^a Obsérvese como este porcentaje coincide con el de licencias federativas de deportes que se desarrollan en el medio natural en el año 2002.

ESTADO DE LA CUESTIÓN.

proporción que deporte tradicional federado de competición (García Ferrando, 2006). En la encuesta anterior del año 2000 (2001), se obtuvieron unos resultados y reflexiones similares.

Respecto al medio donde hombres y mujeres realizan estas actividades, en el año 2005, el medio terrestre es el más utilizado (75%), seguido por el agua (18%) y por el aire (6%) (García Ferrando, 2006) los porcentajes de utilización son similares a los del año 2000, pero con relación a los datos de 1995 se advierte un aumento de los deportes aéreos y acuáticos.

Las encuestas de García Ferrando también indagan acerca del interés de la población española por “Salir al campo, ir de excursión”. Este tipo de actividades, en el estudio de 2000 fueron, al igual que el deporte, señaladas por el 28% de las personas encuestadas, pero en la encuesta de 2005 aumentaron ligeramente, alcanzando un porcentaje del 33% y superando al deporte en dos puntos.

García Ferrando (2006) observó que el porcentaje de hombres interesados en salir al medio natural a hacer ejercicio físico es del 32%, mientras que las mujeres superan este porcentaje al alcanzar un porcentaje mayor (35%). Estos resultados son similares a los obtenidos en el estudio de 2000, que muestran un 27% de hombres interesados y un 28% de mujeres. Lo que sirve además para poder afirmar que el interés de las estas por realizar AFDMN ha crecido en los últimos años más que el de los hombres.

De la encuesta dirigida por Vázquez (1993) también surgen datos interesantes. El interés por salir al campo es la segunda preferencia de las mujeres y hombres de entre 20 y 30 años (detrás de la opción de salir con amistades) y la primera preferencia en el grupo de 30-49 años. En dicha encuesta se preguntó sobre las actividades que más les gustaría realizar, eligiendo salir al campo en primer lugar un 21% de los hombres y un 25% de las mujeres.

ESTADO DE LA CUESTIÓN.

Resulta interesante observar como, a pesar de que el interés de las mujeres por realizar estas actividades es mayor que el de los hombres, este interés no se manifiesta en la práctica. Ante la pregunta de si hay menos mujeres motivadas para salir al medio natural o más mujeres con dificultades parece claro que hay que inclinarse por la segunda opción.

El status socioeconómico también influyó en el hecho de salir al medio natural de la población encuestada por Vázquez (1993), ya que las mujeres con el status ocupacional alto tendían a salir al medio natural en mayor proporción que aquellas de status socioeconómico medio - bajo y bajo. Parece ser que las mujeres que trabajan fuera de casa tienen menos dificultades y sienten que han ganado su derecho al ocio, lo cual coincide con estudios que se exponen más adelante.

Además del status socioeconómico, el hecho de estar estudiando una carrera universitaria puede condicionar la práctica de AFD en general y en el medio natural en particular. Dado que esta tesis está centrada en población universitaria, es necesario conocer los estudios existentes relativos a su práctica de AFDMN.

Se sabe que la población universitaria, el número de horas que dedican a la AFD aumenta en las vacaciones, y que el comienzo de una carrera universitaria conlleva una disminución de los niveles de actividad física anteriores (Blasco et al. 1996). Todos estos datos están tomados de población universitaria general, por lo que deben ser extrapolados con reservas al colectivo estudiante de Ciencias de la Actividad Física y del Deporte donde cabría esperar que el comienzo de esta carrera suponga un incremento de los niveles de práctica de actividad física.

ESTADO DE LA CUESTIÓN.

El estudio de Fernando París (1996)^a viene a proporcionar más información sobre práctica de AFD y AFDMN en la población universitaria en general. Con respecto a la proporción entre sexos, tres de cada cuatro universitarios que participan en deportes en general son hombres mientras que sólo una es mujer. Si únicamente se tiene en cuenta el deporte de competición, la proporción de mujeres baja a un 12%, al estar estas menos interesadas en este tipo de planteamientos competitivos. París no realizó un estudio específico sobre AFDMN, pero englobó estas actividades dentro de actividades de promoción y recreación, tal y como puede observarse a continuación.

Tabla 4: práctica deportiva interna en las universidades españolas según París (1996).

Actividades especiales	10%	
Competiciones internas	48%	
Promoción y recreación	42%	Preparación Física
		Promoción deportiva
		Expresión
		AFDMN

De la tabla anterior se observa que la participación interna en actividades de promoción y recreación, las cuales incluyen las AFDMN, es similar en número de individuos que las competiciones internas dentro de la propia universidad. Estas actividades de promoción y recreación reciben el 43% del gasto total en deportes en el conjunto de universidades que participaron en el estudio.

El estudio de París (1996) tiene tres limitaciones de cara a ésta tesis: su fecha de elaboración, el que no incluya una comparativa de género y que no se centre en estudiantes de CAFD; no obstante, este estudio si que valoró el grado de implantación de las actividades en el medio natural en las diferentes universidades, observando que las AFDMN están implantadas por el 85% de las universidades.

Puede observarse como algunos estudios cuantitativos son útiles para estimar la práctica en España, pero esta información resulta insuficiente si

^a La madrileña Universidad Alfonso X el Sabio fue una de las pocas que no participó en la encuesta.

no va acompañada de información cualitativa que explique ciertos aspectos importantes de esa práctica, que es lo que se trata a continuación:

Woodward et al. (1989) señalan que aunque los hábitos de mujeres y hombres pueden ser similares en base a datos cuantitativos, en muchas ocasiones, la naturaleza y el significado de estas experiencias resultan diferentes en cada sexo, lo que indica que los estudios únicamente cuantitativos proporcionan resultados incompletos. En este sentido, desde esta tesis se coincide con Henderson et al. (1988), Jackson (1990) y Woodward et al. (1989) al señalar que cualquier análisis adecuado de las experiencias de ocio debe, independientemente de que se cuantifique el comportamiento de las personas, tratar de explicar mediante técnicas cualitativas lo que significan estas experiencias para quienes practiquen, comenzando por el análisis del discurso de las propias narraciones de las mujeres.

Si los estudios que proporcionan información cuantitativa sobre práctica de AFDMN en España no son abundantes, aun son más escasos los trabajos que ofrecen información cualitativa, ya que salvo los estudios de la Diputación Territorial de Aragón (1997) y Moscoso et al. (2008), no hay mucho investigado en este sentido; esto va a condicionar el que parte de la información que se presenta en los próximos apartados esté basada en estudios que han tratado esta cuestión de modo indirecto o estudios internacionales.

En las últimas décadas, se observa como las mujeres van accediendo progresivamente al mundo de las AFD, lo que hace que hoy en día pueda encontrarse un variado espectro de tipologías, como se desarrolla en la fase de entrevistas en profundidad de esta tesis. Desde mujeres que no practican ningún deporte, hasta aquellas que han adoptado valores propios de la cultura deportiva masculina, pasando por quienes han desarrollado su propia cultura deportiva femenina (Soler, 2000).

Según García Ferrando (1997), la mayor parte de las mujeres que han accedido al deporte en general, en vez de reproducir el modelo de los

hombres, han modelado este deporte según sus propios parámetros, lo cual está configurando dos formas de entender y practicar deporte diferentes en función de la tradicional visión masculina y la creciente visión femenina (García Ferrando, 1998).

Las características cualitativas de la práctica femenina de actividades físico deportivas que necesiten del medio natural para llevarse a cabo podrían extraerse, aunque con reservas, de las conclusiones del estudio realizado por la Diputación Territorial de Aragón (1997) y el trabajo de Moscoso et al. (2008). Estas características de la práctica no tienen por que coincidir con la población madrileña al ser ésta diferente de la aragonesa, en el caso del primer estudio y nacional en el caso del segundo, en cuanto a entorno y características socioeconómicas; no obstante, deben ser tenidas en cuenta al ser el uno de los principales estudios basados en población española realizado hasta la fecha.

Los estudios de la Diputación Territorial de Aragón (1997) muestran como la familia y la pareja son frecuentemente los compañeros de las mujeres en el medio natural, lo cual concuerda con los resultados de Sánchez y Fernández (2004) con población madrileña y lo que Pedersen (1998) observó en la investigación etnográfica que durante dos años desarrolló en el norte de Noruega. Es mucho más sencillo acceder a un entorno de práctica de AFDMN masculino si se está acompañada que si se va sola.

“Dado que las actividades que analizaba tenían lugar en fines de semana o vacaciones, yo frecuentemente tenía que involucrar a mi familia en el trabajo de campo. Además, yo a menudo quería que alguien me acompañase, unas veces porque planeaba adentrarme lejos en las montañas o porque sentía que me daba más legitimidad. Por lo tanto, el trabajo de campo involucró algunos amigos y colegas, muchas de los cuales mujeres. Su involucración tenía, según yo lo veía, más ventajas que desventajas: mi familia, colegas y amigos funcionaron como “Abridores de puertas” y expandieron mi campo de acción, dándome una legitimidad y acceso a áreas donde me habría sido difícil entrar como mujer sola (...). Una mujer sola estando en estos contextos durante muchos días probablemente habría sido visto como un extraño o un objeto sexual.”“

(Pedersen, 1998, Pág. 396)

Según el estudio del Gobierno de Aragón, las mujeres de más de 25 años que practican AFDMN, eligen actividades con unas menores

exigencias físicas y técnicas, en las cuales la exposición al peligro no es muy alta. Parece por tanto que con la edad, prima la realización de actividades con un mayor componente social, quedando la aventura, el reto y el desafío para edades menores. Como suele ser una constante en estos estudios, este colectivo de mujeres ha sido iniciada preferentemente a través de amistades, familia o pareja y no muestran tendencia al asociacionismo. Este hecho puede ser debido a que hace años, la iniciación en el caso de las mujeres no podía ser de modo autodidacta, sino integrada en un colectivo próximo, como más adelante muestran las entrevistas en profundidad.

Entre las mujeres aragonesas mayores de 25 años entrevistadas y encuestadas, se observó la gran importancia concedida al contacto con la naturaleza como motivo para salir al medio natural, lo cual concuerda con los planteamientos basados en las corrientes eco feministas ya expuestas.

Siguiendo con el mencionado estudio de la Diputación Territorial de Aragón (1997), las chicas de entre 15 a 25 años practican actividades más exigentes en mayor proporción que las mujeres más adultas, este grupo muestra una mayor inclinación hacia el asociacionismo (suelen permanecer en el club donde empezaron), aunque también practican con amigos y amigas de forma libre valorando, al igual que el resto de practicantes, el estar en contacto con la naturaleza y la diversión.

Por su parte, Canales y Perich, (1997) observaron que cuanto más edad se tiene, más difícil resulta practicar actividades de difícil accesibilidad. Por lo general, las practicantes de actividades de este tipo suelen ser reducidos y relativamente cerrados, por las propias características que tienen estas actividades. De entre las actividades de fácil acceso destacan las actividades sencillas por el monte como marchas y acampadas. Las practicantes de actividades de difícil acceso también participan en las de fácil acceso, y la mayoría hacen escalada y descenso de cañones.

ESTADO DE LA CUESTIÓN.

En relación con el descenso de cañones y otras actividades de difícil accesibilidad, queda una cierta duda con respecto al modo de realización de estas. Pese a las exigencias de las actividades de difícil accesibilidad, la práctica de muchas de éstas está abierta a personas sin preparación siempre y cuando se dejen llevar por quien las dirija, asuma todas la responsabilidad y tome todas las decisiones, por lo que la simple alusión a que se practican estas actividades resulta insuficiente para valorar su grado de implicación con ellas. Esto es especialmente relevante en estudios con mujeres, donde puede actuar la figura del iniciador y acompañante masculino.

Dentro de los grupos mixtos de práctica, sobretudo cuando las actividades requieren conocimientos específicos y la práctica femenina se realiza de la mano de un iniciador masculino (figura especialmente importante para las mujeres según la Diputación Territorial de Aragón, 1997), es habitual que aparezcan actitudes sobre protectoras hacia las mujeres por parte de su compañero de práctica, lo cual es aceptado en ocasiones por ellas. Esta aceptación puede deberse a que el estereotipo de genero es asumido como una estrategia para practicar esa actividad, tal y como observó Pedersen en 1998.

“Aprendí que si yo iba a acceder a la cultura local (masculina), tenía que aceptar el rol de novata (...) Aunque ese rol fue aceptado, como feminista, se sentí incómoda con el.”

(Pedersen, 1998, Pág. 398)

Las entrevistas de Moscoso et al. (2008) ponen de manifiesto el *“predominio de una estructura de tipo patriarcal; o de otro modo: la fuerte presencia de lo que entendemos por “machismo””* (p.86), dentro de los grupos de participantes de AFDMN de nuestro país. Lo que deja evidencia que los estereotipos de género pasan del medio urbano al natural.

ESTADO DE LA CUESTIÓN.

Ciertamente, existen diferencias de género cuantitativas y cualitativas en cuanto a participación en AFDMN. Sería lógico pensar que la participación en este tipo de actividades está relacionada directa y positivamente con la motivación hacia estas actividades (Jackson et al. 1993), al igual que ocurren en el caso de las AFD (Carrol y Alexandris, 1997), ya que las personas más motivadas suelen mostrar un mayor grado de participación. En el siguiente apartado se examinan las razones o motivos que llevan a realizar estas actividades.

2.3. Género y motivación hacia la práctica de AFDMN.

2.3. GÉNERO Y MOTIVACIÓN HACIA LAS ACTIVIDADES FÍSICO DEPORTIVAS EN EL MEDIO NATURAL

En la actualidad son abundantes los estudios que indagan sobre las razones o motivos que llevan a practicar AFD en general, aunque en el caso de las actividades desarrolladas en medios naturales, estas investigaciones en España todavía están en fase incipiente.

El continuo interés por el estudio de los motivos que inducen a las personas a iniciarse en la práctica físico-deportiva, a finalizarla, o a cambiar de actividad, ha servido para conocer importantes aspectos con relación a estas razones o motivos, los cuales podrían resumirse en lo siguiente:

- Los motivos que llevan a realizar AFD en general son variados y cambian en función del sexo y la edad.
- Una práctica deportiva puede responder a muy diferentes motivos (Cantón, 1997).
- Existen motivos generales que suelen aparecer en todas las investigaciones. Éstos suelen ser la diversión y el placer, búsqueda de salud, necesidad de compensar las cargas del estudio y el trabajo, sentimiento de afiliación y deseo de logro y excelencia. (Cantón, 1997 y Castillo et al. 2001),
- Además de los motivos generales, algunas actividades pueden tener razones relativamente específicos como por ejemplo, el placer intrínseco de nadar (Cantón, 1997), o de volar, o simplemente estar en el medio natural.

En relación con las diferencias de género, diferentes estudios españoles de ámbito nacional que han indagado acerca de los motivos que han llevado a hombres y mujeres a realizar ejercicio físico, en general han coincidido en mostrar diferencias de género en algunas razones, existiendo por tanto determinadas motivaciones que podrían llamarse masculinas y otras femeninas.

ESTADO DE LA CUESTIÓN.

La tabla siguiente es una recopilación de algunos de los mayores estudios sobre razones o motivos de práctica de AFD general. Según puede observarse, los hombres realizan AFD principalmente para pasarlo bien y buscando el rendimiento y la competición mientras que las mujeres se acercan al campo de la Actividad Física y el Deporte en busca de salud y mejora del aspecto físico (Thomsson, 1999), rechazando el aspecto competitivo del deporte.

Tabla 5: recopilación de estudios sobre razones o motivos de práctica de AFD general

Estudio	Motivaciones masculinas	Motivaciones femeninas
García Ferrando, (1998)	Recreación. Relación social.	Salud. Mejora del aspecto físico.
García Ferrando, (2000)	Recreación. Competición / rendimiento. Pasar el tiempo. Relación social. Gusto por el deporte.	Hacer ejercicio físico. Salud. Mejora del aspecto físico.
García Ferrando, (2006)	Diversión y pasar el tiempo. Afición y gusto por el deporte. Relación social. Gusto por competir.	Hacer ejercicio físico. Mantener y mejorar salud. Mantener la línea
Blasco et al. (1996)	Recreación. Competición / rendimiento.	No competición. Mejora del aspecto físico. Prescripción médica.
Vázquez, (1993)	Recreación. Competición / rendimiento.	Salud. Relación social. Mejora del aspecto físico.
Castillo y Balaguer (2001)	Competición / rendimiento.	Relación social.

Los orígenes de estas diferencias de motivación pueden ser psicológicos o ambientales. García Ferrando (2006) se inclina por la segunda explicación al afirmar que estas diferencias *“tienen su raíz más en elementos culturales que en diferencias biológicas, esto es, son diferencias de género en su sentido socio antropológico y no de sexo en su sentido biológico”* (García Ferrando, 2006 p.143.)

ESTADO DE LA CUESTIÓN.

En el caso de los estudios que indagan sobre las razones o motivos que llevan a salir al medio natural constituyen una línea de investigación iniciada en Norteamérica a finales de los 60. En sus comienzos, la metodología fue fundamentalmente cuantitativa y produjo una gran cantidad de escalas psicométricas útiles para aplicar en cuestionarios (Manfredo et al. 1996); sólo a partir de la segunda mitad de la década de los años 90 comenzó a utilizarse metodologías cualitativas para profundizar en el estudio de estas razones.

Con respecto a las diferencias de género, como se desarrolla más adelante, no es hasta la mitad de la década de los años 90 cuando comienzan a aparecer estudios que diferencian por sexos, o bien estudios centrados en las mujeres, utilizando éstos últimos metodologías cualitativas mediante entrevistas en profundidad.

Como se menciona anteriormente, los primeros estudios sobre razones para salir al medio natural comenzaron a desarrollarse en los años 60 y siguieron una metodología cuantitativa. Los resultados de estos trabajos sirvieron para crear unos extensos bancos de ítems formados por escalas de motivos para salir al medio natural denominados listados REP (Recreation Scale Preference). De entre estas investigaciones, destaca la recopilación de Driver (1977), que produjo una lista de motivos por los que las personas se acercaban al medio natural y ha sido la base de estudios posteriores como los de Ewert (1993), Wellman et al. (1982) y Williams et al. (1990), entre otros.

La recopilación de Driver (1977) contenía un total de 328 ítems agrupados en base a clusterizaciones, en los siguientes dominios: logro, nuevas personas, aprendizaje, autonomía y liderazgo, asunción de riesgos, equipo, unidad familiar, individuos similares, disfrute de la naturaleza, introspección, creatividad, nostalgia, forma física, descanso físico, escape de presiones personales o sociales, escape de la presión física, seguridad social, enseñar y dirigir a otros y reducir riesgos. El banco de Driver fue actualizado y mejorado años después por Manfredo et al. (1996).

ESTADO DE LA CUESTIÓN.

Así, además del banco de ítems de Driver, es importante destacar el meta análisis sobre listados de ítems REP publicado por Manfredo et al. (1996) que produjo como resultado un banco de un centenar de ítems de medición de motivación en el ocio desarrollado en medios naturales. En ese estudio, además del citado listado, los autores proporcionaron las instrucciones para aplicar este banco de ítems de cara a diseñar instrumentos adecuados para medir la motivación para salir al medio natural, indicaciones que se han seguido para desarrollar esta sección del cuestionario.

El estudio original de Manfredo et al. (1996) es un meta análisis de los datos originales de 36 estudios que midieron la motivación de visitantes a entornos naturales de EE.UU. A partir de algunos de los ítems de Driver, seleccionados en función de las necesidades de cada estudio, Manfredo realizó un análisis de cada investigación obteniendo un banco de 108 ítems agrupados en las mismas 19 categorías de Driver y subdivididos además en otras subcategorías.

Al igual que se han encontrado diferencias de género en cuanto a práctica de actividad física en general, diferentes estudios extranjeros muestran como las mujeres se acercan al medio natural por razones diferentes a las de los hombres. En esta línea, Jordan (1992) mostró como ellas se enrolan en AFDMN para desarrollar habilidades personales, aprender más de si mismas y de otras mujeres y conocer mejor el medio natural, mientras que los hombres buscan motivaciones orientadas hacia la competición hacia la naturaleza (conquistar montañas) o hacia otras personas (andar más que otros).

En el contexto español, las entrevistas de Moscoso et al. (2008) muestran como las mujeres practicantes de AFDMN ven a sus compañeros demasiado preocupados por su autoimagen, el dar una buena impresión a los demás y mayor afán de protagonismo que ellas, lo que indica diferencias de género en este sentido.

El periodo de los 90 supone una vuelta a las corrientes eco feministas que recuperaron y celebraron la antigua identificación mujer / naturaleza. En esta década surgen los primeros estudios que muestran ciertas conexiones de las mujeres con el medio natural, como el trabajo de Bialeschki (1992) basado en la lectura de diarios de mujeres que, a principios del siglo XX, se involucraron personal y profesionalmente en las AFDMN, viviendo esas experiencias como un viaje interior más que como un desafío.

“Estas mujeres implicadas en AFDMN, describieron su amor por lo salvaje por su belleza, la libertad que ofrecía, la paz y sosiego y el sentimiento de lo salvaje como un refugio espiritual.”

(Bialeschki, 1992, p: 53)

El contacto íntimo de las mujeres con la naturaleza (y su invisibilidad histórica) no sólo se ha producido en EE.UU. sino que ha sido una constante en Europa como la literatura de principios de 2000 está mostrando. La escasez de estudios rigurosos que analicen diferencias de género acerca de la motivación de las mujeres hacia las actividades físico deportivas que utilicen el medio natural, contrasta con el surgimiento de una literatura cada vez más numerosa de narraciones sobre vidas de mujeres que practican o practicaron actividades físico deportivas en entornos naturales.

Los relatos sobre mujeres viajeras ahondan en las motivaciones psicológicas, objetivos, inquietudes y describen sus conexiones especiales con la naturaleza por el hecho de ser mujer (Bond, 2003; Iturralde, 2002; López, 2001 y Saint-Lèbe, 2002), conexiones no muy diferentes de las diferencias preconizadas por las corrientes eco feministas o las vivencias de las AFDMN como un viaje interior descritas por autores como Henderson (1992) y Sank (1986).

“A principios de este siglo se pone de moda el viaje como actividad lúdica y cultural accesible sólo para unos pocos privilegiados. (...) Pronto habrá algunas mujeres dispuestas a entrar a formar parte de este selecto grupo. Son mujeres con una posición superior al resto, que descubren en esta actividad una herramienta de progreso personal y escriben sobre ello. A partir de

ESTADO DE LA CUESTIÓN.

entonces el viaje se convierte en una aventura, no sólo física, sino también espiritual. (...) Pero el viaje no sólo es una terapia contra padecimientos médicos; es también un vehículo de conocimiento personal. En la mayoría de los relatos de viajes escritos por mujeres aparecen abundantes referencias a estados de ánimo, emociones y cambios sobre los que se percibe la realidad que se está viviendo.”

(López, 2001, pp. 18-19.)

Por lo expuesto en el párrafo anterior, las razones que llevan a las mujeres a salir al medio natural son en general más internas que las de los hombres, lo cual corroboraría los planteamientos eco feministas. Estudios como el que Pohl et al. (2000), realizaron a mujeres practicantes de AFDMN, muestran como estas se acercan a la naturaleza por los siguientes motivos:

- Autosuficiencia: confianza, resolución de problemas, desafío de roles sociales, independencia, libertad, innovación, encontrar un propósito de vida.
- Cambios de perspectiva: repriorización, nueva visión del mundo.
- Interacción social.
- Claridad mental: autorreflexión, búsqueda de soledad, auto dignidad, determinación...

En las entrevistas en profundidad realizadas por Pohl et al. (2000) se observa por tanto como el sentimiento de autosuficiencia y la independencia son algunas de las características del medio natural más apreciadas por algunas de las entrevistadas. En esta línea se encuentran los programas de AFDMN que Woodswomen Inc. organiza en EE.UU. desde 1977 para colectivos compuestos únicamente por mujeres con el objetivo de reforzar la autoestima de las participantes (Mitten, 1992).

Las razones por las que las participantes de los programas de Mitten (1992) escogen el realizar AFDMN con mujeres son las siguientes: tienen mayores oportunidad de aprender a desarrollar habilidades y compartir intereses comunes, pueden demostrar que pueden hacerlo solas, tienen libertad de expresar sentimientos y conseguir apoyos cuando sea necesario y tienen mucho en común por lo que no tienen que explicarlo

todo. Dichas mujeres manifiestan que en estos programas es la primera vez que experimentan independencia. Las conexiones con el feminismo radical son evidentes.

Las razones expuestas en trabajos extranjeros como los de Pohl et al. (2000) coinciden en parte con los escasos estudios españoles realizados al respecto, de entre los que destaca el estudio que la Diputación Territorial de Aragón desarrolló en 1995. En el contexto español, hay pocas investigaciones que estudien la motivación hacia las AFDMN (Canales et al. 2000) mientras que los estudios publicados sobre diferencias de género en la motivación hacia dichas actividades son prácticamente inexistentes. A continuación, se señalan los que se han realizado a nivel nacional con respecto al análisis de las razones o motivos que lleven a la población española a practicar AFDMN.

En el año 1995, el Gobierno de Aragón encargó al centro de Lleida del Instituto Nacional de Educación Física una investigación titulada "Género femenino y actividad físico - deportiva en la naturaleza: el caso de la mujer aragonesa" (Diputación Territorial de Aragón, 1997^a). Este trabajo es un estudio riguroso que comparando técnicas sociológicas, ha analizado la vinculación de un significativo número de mujeres españolas, de edades entre 15 y 50 años residentes en Aragón con las AFDMN.

Los resultados de este estudio observaron una motivación común en las mujeres encuestadas que buscaban preferentemente distensión, oxigenación, renovación de energías, salir de la rutina y satisfacer su necesidad de medio natural. También mostraron dos tipos de practicantes de AFDMN con motivaciones diferentes: deportistas y naturalistas. Es importante señalar que, según dicho estudio, estos dos puntos de vista no son antagonistas ni incompatibles.

^a Partes de este estudio han sido publicadas por Canales et al. 1995, Canales y Perich 1997 y 2000.

Tabla 6: Motivos que llevan a las mujeres aragonesas a realizar AFDMN.

DEPORTISTAS	NATURALISTAS
Fuerte sentimiento deportivo y competición Obsesión por el control y lucha contra el tiempo Sentirse fuertes y autónomas Elevado esfuerzo físico La competición provoca ensimismamiento y concentración Búsqueda de superación Atención centrada en logros externos Interacción en el medio es algo subsidiario Satisfacción en lo que son capaces de lograr aunque para ello haya que sufrir Se establecen metas y objetivos	No competitivas. Reencuentro y paz interior Reconectarse con la tierra Relax y tranquilidad El medio natural provoca ensimismamiento y concentración Búsqueda de vivenciación personal Atención focalizada sobre sus sensaciones Integración y respeto por el medio, concienciación ecológica y sensibilidad El medio natural no se usa ni se vence sino que se integra en uno mismo Lo importante es lo que fluye dentro de si mismas y conexión con ellas mismas

FUENTE: Elaboración propia a partir de Diputación Territorial de Aragón (1997)

Parece ser, por lo expuesto en el estudio de la Diputación Territorial de Aragón (1997), que en las edades adultas la tendencia al asociacionismo es mayor, lo que indicaría que las motivaciones de tipo social son mayores con la edad. Según Henderson et al. (1989), las motivaciones de las mujeres hacia el ocio en general pueden comprenderse mediante la noción de motivación social frente a intrínseca, ya que gran parte del ocio de las mujeres parece ser social o relacional más que internamente motivado.

“Las mujeres pueden estar buscando ocio afiliativo o relacional que sea altamente valorado por ellas. Su ocio típicamente ocurre durante marcos sociales o interaccionales con amigos o familia, aunque el significado puede ser encontrado a través de otros tipos de actividad no tradicional como cuidado de los hijos o a través del empleo.”

(Henderson et al.1989, p. 70.)

Una posible explicación a la mayor búsqueda de motivaciones de tipo afiliativo o social por parte de las mujeres, sobretodo las de edad adulta, puede estar en el hecho como describe Subirats (1998) de que su vida social sus redes de relación resulten más limitadas que las de los hombres. *“las mujeres maduras, amas de casa o inactivas, mantienen únicamente, en su mayoría, vínculos de relación estable con sus parientes, generalmente con sus hijos e hijas o personas de su vecindario, mientras que, al explorar las relaciones sociales de los hombres, éstos mencionan con mayor frecuencia sus vínculos de amistad.”* (Subirats, 1998, p. 133). Esto explicaría el hecho de que muchas agencias de senderismo que actúen en la comunidad de Madrid tengan, entre las mujeres maduras su principal clientela.

Dentro del conjunto de las razones o motivos concretos para salir al medio natural, es interesante indagar sobre la influencia que variables como la edad pueden tener sobre estas motivaciones. La edad constituye una variable que influye en las razones o motivos para realizar actividades físico deportivas; los estudios demuestran como conforme avanzan los años, disminuye el interés por la competitividad y aumentan los motivos relacionados con diversión (Castillo y Balaguer, 2001 y Fasting et al. 2000).

En el caso de la edad, se ha observado un patrón respecto a los motivos de contacto con la naturaleza, similar a lo que ocurre en el campo deportivo, ya que las aragonesas más jóvenes realizan preferentemente actividades de difícil accesibilidad en busca de diversión y contacto con la naturaleza, mientras que las de más edad preferían actividades de fácil acceso como el senderismo y la acampada donde la motivación de entrar en contacto con naturaleza es prioritaria (Diputación Territorial de Aragón, 1997).

ESTADO DE LA CUESTIÓN.

Las diferencias en cuanto a motivaciones y preferencia de cada actividad encontradas en las aragonesas encuestadas en 1997 tienen sentido si se tienen en cuenta las vivencias internas de las AFDMN como introspección por parte de las mujeres comentadas anteriormente; resulta lógico que alguien que busque el contacto con el medio natural “para ensimismarse” prefiera actividades de fácil acceso, ya que las de difícil acceso exigen focalizar la atención en la actividad o algún aspecto de ésta más que en uno mismo.

En el trabajo realizado por Canales et al. (1995a), se realizaron una serie de entrevistas en profundidad a mujeres aragonesas practicantes de AFDMN; éstas tuvieron como resultado la confección de un mapa emocional del sentir de las mujeres hacia las AFDMN. Considerando que dicha información debe tenerse en cuenta a la hora de realizar una investigación cualitativa sobre esta cuestión, a continuación se presenta un breve resumen de dicho mapa emocional:

Tabla 7: Mapa emocional de la práctica de AFDMN de las mujeres aragonesas.

Recuperación de los efectos negativos de la <u>vida cotidiana</u> (estrés, rutinización, alineación...)
- <u>Distensión</u>: relajación de tensiones psíquicas y musculares. - <u>Revitalización</u>: recuperar en el medio natural la energía perdida en el día a día. - <u>Desrutinización</u>: salir de la rutina del día a día.
<u>Interiorización</u> : (búsqueda del propio yo, de la reflexión profunda, del ensimismamiento y reencuentro con una misma.)
- <u>Reencuentro</u>: ya sea con uno mismo o con la propia naturaleza. - <u>Identidad</u>: afirmación de la propia identidad. - <u>Intimidad</u>: sentir el yo, a través de la soledad que aporta la naturaleza. - <u>Privilegio</u>: sentimiento de privilegio por poder disfrutar y sentirse libre. - <u>Vacío</u>: difuminarse e integrarse en el entorno. - <u>Reequilibrio</u>: recuperación de la armonía, el placer y el bienestar.
<u>Deleitación</u> a partir del bienestar y goce de la naturaleza.
- <u>Forma de vida</u> ligada a las AFDMN. - <u>Necesidad</u>: necesidad o búsqueda de constante encuentro con la naturaleza. - <u>Autosatisfacción</u>: sentimientos de bienestar por conseguir algo que desean. - <u>Recompensa</u>: por el esfuerzo, finalizada la actividad y superados los momentos críticos se siente bienestar y satisfacción. - <u>Solidaridad</u>: entre miembros del grupo.
<u>Contingencia</u> debido a la posibilidad de peligro de estas actividades.
- <u>Temor</u>: miedo a los peligros reales e imaginarios. - <u>Riesgo</u>: percepción personal por atribuir como peligrosa una situación, lo cual provoca sensaciones de inseguridad e incertidumbre. - <u>Riesgo controlado</u>: sensación de riesgo suavizada por confianza en el material, la habilidad de acompañantes, conocimiento de una misma etc. Esto hace que el peligro se perciba en forma de situaciones percibidas de dominio y control. - <u>Desahogo</u>: tras una situación de emociones fuertes por la tensión de la situación. - <u>Serenidad</u>: actitud de calma y de estar por encima de las circunstancias ante situaciones vivenciadas como extremas.
<u>Agonismo</u> . Derivado de las posibilidades competitivas de las AFDMN en forma de compararse con los demás, medir las posibilidades físicas y mentales con cronómetro o enfrentarse con la orografía y la climatología.
- <u>Motivación por la competición</u>: llevar la competición al medio natural, lo cual implica el realizar entrenamientos. - <u>Autosuperación</u>: búsqueda de mejoras y exigencias continuas venciendo los obstáculos externos e internos. - <u>Esfuerzo</u> ante requerimiento energéticos. - <u>Concentración</u> en estímulos para emitir respuestas inmediatas y correctas.

FUENTE: Elaboración propia a partir de Canales et al. (1995^a)

^a Este artículo es parte de un trabajo más amplio publicado por la Diputación Territorial de Aragón en 1997 (Véase bibliografía).

ESTADO DE LA CUESTIÓN.

En las entrevistas en profundidad realizadas en dicho estudio para la Diputación Territorial de Aragón, las autoras llegaron a la conclusión de que, mientras que unas vivencias como la sensaciones de intimidad, la integridad, el reencuentro, el privilegio, el vacío, la auto superación o el esfuerzo están condicionadas por la historia personal y el itinerario deportivo; otras vivencias como los sentimientos de serenidad, desahogo, riesgo controlado, riesgo, temor, solidaridad, recompensa, autosatisfacción, revitalización distensión están promovidas por la actividad realizada.

Como se deduce del párrafo anterior, la relación entre motivación y participación no sólo es unidireccional. En ocasiones el énfasis puesto en la motivación depende del tipo de práctica que se lleve a cabo (Lagardera et al., 1995 y Canales et al., 1995). Esto hace preguntarse si las diferentes razones para salir al medio natural estarán condicionadas por la práctica más que por el sexo, lo cual quedaría respondido por la opinión de García Ferrando (2006) que habla de diferencias socio antropológicas, según quedó expuesto anteriormente.

En la publicación en 2006 de la encuesta de 2005, García Ferrando incluyó los motivos para la práctica de deportes en la naturaleza de la población estudiada. Aunque no diferenció entre sexos. Estos motivos son:

- Diversión y pasar el tiempo (56%)
- Encontrarse con amistades (24%)
- Hacer ejercicio físico (59%)
- Porque le gusta el deporte (36%)
- Por mantener la línea (11%)
- Evasión (17%)
- Por mantener y mejorar la salud (32%)
- Porque le gusta competir (3%)
- Otra razón (3%)

ESTADO DE LA CUESTIÓN.

Con lo expuesto en este apartado, se observa como las razones para hacer actividades deportivas en general y en el medio natural en particular son diversas, existiendo motivaciones generales aplicables a todas las actividades (Sentir la naturaleza, por ejemplo) y específicas de cada actividad (Navegar). En general hay poca investigación sobre motivaciones hacia la práctica concreta de AFDMN, destacando trabajos norteamericanos y aquí, en el contexto español, el estudio que el INEF de Lleida llevó a cabo para el gobierno de Aragón (Diputación Territorial de Aragón, 1997).

Si los estudios sobre motivación hacia la práctica de AFDMN son escasos, aún lo son más los trabajos que investiguen en diferencias de género en estas razones a la hora de salir al medio natural, por lo que se debe ser prudente a la hora de generalizar sobre estas cuestiones. A grades rasgos, los hombres suelen salir por diversión, rendimiento y gusto por la competición, mientras que las mujeres se ven atraídas por la dimensión de salud y cuidado físico. A las mujeres también les atrae el medio natural como escenario de introspección -en línea con los planteamientos eco feministas- y con la edad, se observa una mayor búsqueda de ocio afiliativo o social.

Un estudio sobre el género y la vinculación con la práctica de AFMN quedaría incompleto si únicamente considerase las variables motivación y participación, ya que esta última está condicionada por las dificultades existentes a la hora de satisfacer los deseos de salir al medio natural y por las estrategias empleadas para superar dichos problemas, lo cual constituye las siguientes secciones de este marco teórico.

ESTADO DE LA CUESTIÓN.

3. DIFICULTADES EN LA PRÁCTICA DE AFDMN.

3. DIFICULTADES EN LA PRÁCTICA DE ACTIVIDADES FÍSICO DEPORTIVAS EN EL MEDIO NATURAL.

En las primeras partes de este marco teórico se presenta el amplio campo de las AFDMN. Todo ello sirve para comprobar que este tipo de actividades son muy variadas y pueden llevarse a cabo bajo diversos planteamientos y en busca de razones diversas; también se constata que a pesar de una mayor motivación, la presencia de mujeres en la práctica de estas actividades es menos numerosa que la de los hombres, debido, entre otros aspectos, a que las AFDMN no concuerdan con la imagen que las mujeres tienen asignada en la sociedad (Santolaria et al. (1997).

Según Nisbert (1988), para que una mujer tenga éxito en las AFMN, ésta debe manifestar algún grado de iniciativa y toma de decisiones, confianza en si misma, fuerza, asumir riesgos, competitividad, independencia y cualidades de liderazgo; rasgos que entran claramente en contradicción de lo que se espera de ellas, y constituye la base de muchas de las dificultades que las mujeres deben superar para practicar AFDMN en igualdad de condiciones con respecto a los hombres.

Los roles y estereotipos masculinos y femeninos no son la única causa de esta menor presencia de las mujeres en el medio natural, ya que otros factores como la doble jornada o los menores ingresos también son determinantes a la hora de limitar esta presencia.

El siguiente apartado del marco teórico revisa los diversos aspectos que restringen la práctica de AFDMN y sus posibles clasificaciones, pero también pone de manifiesto una cuestión escasamente estudiada, la de las estrategias empleadas para superar estas dificultades.

3.1. DIFICULTADES Y BARRERAS

Una primera lectura de la bibliografía más representativa acerca de las dificultades existentes en la práctica de actividades recreativas, sean del tipo que sean, muestra la necesidad de traducir del inglés dos términos aparentemente similares: “barrier” y “constraint”; pero para comprender estas palabras no sólo es necesaria la consulta de diccionarios, sino que se debe entender como han ido evolucionando en el tiempo estos conceptos en función de los resultados de las investigaciones.

Los trabajos existentes sobre los factores que interfieren negativamente en la práctica de actividades deportivas y de ocio están publicados en lengua inglesa, y denominan a estos factores con el término anglosajón “constraint” y en menos ocasiones con la palabra “barrier”. La diferenciación entre ambos vocablos resulta compleja si no se tiene en cuenta las fechas de los estudios y la existencia de autores que utilizan estos términos indistintamente pese a existir diferencias en el sentido más riguroso.

El término “barrier” resulta sencillo de traducir al castellano, ya que la mayor parte de los diccionarios de inglés – español consultados lo equiparan a los términos “barrera”, “obstáculo” e “impedimento”, los cuales según el diccionario de la RAE, vienen a ser sinónimos.

Más dificultades presenta a la hora de traducir al castellano el vocablo “constraint”. Para poder traducir este término se consultaron varios diccionarios inglés – español obteniendo los siguientes resultados:

ESTADO DE LA CUESTIÓN.

TABLA 8: Traducciones de “Constraint” según diferentes diccionarios.

	Constreñimiento	Coacción	Condicionante	Restricción	Limitación	Cohibición	Represión
Beigbeder, 1988	√	√	√	√			
VV.AA., 1996 (Oxford)		√			√		
VV.AA., 2001 (Oxford)		√		√	√		
VV.AA., 2000 (Collins)		√		√	√	√	
VV. AA., 2003 (Cambridge)		√		√	√		

Como puede observarse, según la mayor parte de los diccionarios, el término “constraint” es equiparable a coacción, restricción y limitación. Según el diccionario 2001 de la RAE, estos términos tienen el siguiente significado:

Coaccionar: “ejercer fuerza o violencia a alguien para obligarle a que diga o ejecute algo” (RAE, 2001, p.572).

Restringir: “Ceñir, circunscribir, reducir a menores límites / Apretar, constreñir restringir” (RAE, 2001, p.1786).

Limitar: “poner límites a algo / fijar la extensión que pueden tener la autoridad o los derechos o facultades de alguien” (RAE. 2001, p.1380).

Desde este trabajo, se considera que “constraint” también puede ser entendido como dificultad (“*Inconveniente, oposición o contrariedad que impide conseguir, ejecutar o entender bien algo y pronto*” RAE, 2001, p.749).

Una vez traducidos los términos “constraint” y “barrier”, el paso siguiente consiste en observar el tratamiento que hace cada autor de estas palabras, el cual comenzó a cambiar en los años ochenta hasta llegar a una tendencia que se está manteniendo en la actualidad según la cual, “constraint” está desplazando a “barrier”. Sirva de ilustración de este fenómeno la afirmación de Arab-Moghadam y Henderson (2007) “*La investigación sobre dificultades se ha movido desde un estrecho enfoque de barreras a la participación hacia una más amplia conceptualización de las dificultades.*” (p.110).

ESTADO DE LA CUESTIÓN.

En los primeros estudios realizados en los años 80 para identificar las dificultades que restringían la práctica de actividades de ocio, existe bastante unanimidad en la utilización casi exclusiva del término “barrier” para referirse a estas dificultades, así, Crawford y Godbey (1987) hablan de “barrier” al igual que Henderson et al. (1988).

En la década de los 80, “barrier” se refiere a *“cualquier factor que interviene entre la preferencia por una actividad y la participación en ella”* (Crawford y Godbey, 1987, p. 120), definición que fue ampliada por Jackson (1988) al afirmar que las dificultades son cualquier cosa que inhibe la habilidad personal para participar en actividades de ocio, pasar más tiempo haciéndolas, aprovechar los servicios de ocio o lograr el nivel deseado de satisfacción. Jackson (1988) también recomendó que barrier fuese cambiado por el de “constraint” porque según este mismo autor, “barrier” fallaba a la hora de capturar el rango completo de razones para la no participación.

Esta definición de “barrier” corresponde por tanto a una visión perteneciente a un periodo en el que se concebía que si una persona encuentra una dificultad, entonces, el resultado es directamente la no participación. *“Esta vista es una reliquia del periodo cuando los “Constraints” eran igualados con barreras.”* (Jackson, Crawford y Godbey, 1993, p. 2.)

Esta visión tradicional estuvo vigente hasta finales de los 80 y comienzo de los años 90. En este momento, una serie de autores como Crawford et al. (1991), Raymore et al. (1994), Shaw et al. (1991), entre otros, comenzaron a observar que la presencia de estas dificultades no siempre implicaba la no participación, así que en publicaciones sucesivas, se asiste a la sustitución del término “barrier” por el de “constraint”.

A partir de aquí, el tratamiento de estos términos ha seguido diversas tendencias, pero la solución más adoptada es la de simplemente sustituir “barrier” por “constraint”, manteniendo el mismo significado que tenía este término en los años 80, opción ésta que ha sido seguida por Henderson y Bialeschki (1991b), Jackson et al. (1993) y Raymore et al. (1994).

Raymore et al. (1994), cuando se refieren a los trabajos de Henderson et al. (1988), que utilizaban exclusivamente el término “barrier” escriben: *“Se han llevado a cabo pasos iniciales para examinar si existen posibles dificultades (...). Henderson, Snaltaker y Taylor (1988) identificaron dos tipos de dificultades o barreras al ocio (...)”*. (Raymore et al. 1994, p.101. Subrayados añadidos). Se observa claramente el cambio del término y la utilización indistinta de este.

Jackson modificó y amplió su definición anterior (1990) y redefinió dificultad como *“Factores asumidos por los investigadores y percibidos o experimentados por los individuos que limitan la formación de preferencias al ocio e inhiben o prohíben la participación y disfrute del ocio”* (Jackson 1997, p. 461). Según este mismo autor, esta redefinición tiene las ventajas de reconocer que hay otras dificultades además de las que intervienen entre preferencia y participación y propone que puede haber diferencias entre percepción y realidad, ya que una persona puede ser afectada por una dificultad aunque no la perciba, como ocurre a menudo con las dificultades de género que las mujeres asumen inconscientemente.

Para comprobar lo expuesto en párrafos anteriores, en febrero de 2004 se realizó una búsqueda mediante Sport Discus en la que se buscaron investigaciones relacionadas con las AFDMN, asociando el término “outdoor” con “barrier” y con “constraint”, obteniéndose la siguiente tabla resumen.

ESTADO DE LA CUESTIÓN.

TABLA 9:.. Consulta Sport Discus sobre investigaciones que asociasen dificultades y AFDMN

OUTDOOR + BARRIER (6 Resultados)		OUTDOOR + CONSTRAINT (14 Resultados)	
En palabras clave y resto (título y abstract)	En título y abstract.	En palabras clave y resto (título y abstract)	En título y abstract.
1x 1993	1x1993 1x 1995 1x 1981 (d) 1x 1977 (d) 1x 1965	2x2003 2x2002 1x2001 1x2000 (m) 1x1999 (m) 1x1999 (r) 2x1998 (m) 1x1996 1x1995 (m) 1x1993 (m)	
TOTAL: 1 documento	Total: 5 documentos.	Total: 13 documentos.	Total: 0 documentos.
(d) Referido a barreras físicas en discapacitados (m) Referido a mujer (dificultades por problemas de sexo o género). (r) Referido a problemas raciales (dificultades por problemas de raza)			

FUENTE: Elaboración propia.

De la tabla anterior pueden extraerse las siguientes conclusiones: el término “constraint” es más empleado que el término “barrier”, el cual suele utilizarse en ocasiones para referirse a barreras físicas con población discapacitada. Constraint se aplica más en artículos recientes, de los que muchos de éstos están centrados en las dificultades de género.

Resumiendo: actualmente se está generando un consenso acerca de la sustitución de “barrier” por “constraint”, observándose una tendencia a utilizar el término “constraint” en los últimos estudios, aunque todavía hay artículos y autores que utilizan indistintamente estos términos. Por todo ello, se coincide con Jackson (1990) al indicar que es necesaria una ampliación de los conceptos de las investigaciones sobre esta cuestión.

ESTADO DE LA CUESTIÓN.

A efectos de delimitación conceptual, desde este trabajo se asume que, aunque el término barrera puede resultar más preciso para los casos de no participación, en algunas ocasiones como por ejemplo el manejo de datos tratados cuantitativamente, no es posible determinar de un modo absoluto si se está ante barreras o dificultades, por lo que la posición que adopta esta tesis es la de utilizar preferentemente el término dificultad para referirse a todo aquello que reduzca o impida la participación en AFDMN.

Para ir completando la perspectiva del mapa de los factores que restringen la práctica de AFD por razones de género, es necesario conocer los diferentes criterios utilizados para agrupar las dificultades, por lo que el siguiente apartado se centra en estas clasificaciones.

3.2. MODELOS DE CLASIFICACIÓN DE LAS DIFICULTADES:

3.2 MODELOS DE CLASIFICACIÓN DE LAS DIFICULTADES DE GÉNERO PARA LA PRÁCTICA DE ACTIVIDADES FÍSICO DEPORTIVAS EN EL MEDIO NATURAL.

En este apartado se hace una revisión y valoración de los modelos que se han ido elaborando para comprender el modo en que las dificultades actúan. El orden de exposición de los modelos es cronológico, lo que permite observar como las dificultades objeto de estudio han pasado de ser las más fácilmente observables a aquellas de índole interno o psicológico.

La cuestión del género dentro de las dificultades hacia la recreación en general y en el medio natural en particular ha tenido un desigual protagonismo, ya que parte de los modelos de clasificación de las dificultades no han tenido el género como eje de análisis; en todo caso, todos los modelos que se exponen a continuación han sido interpretados desde una perspectiva de género.

De los modelos presentados en esta sección, destaca el de Henderson et al. (1988), el cual fue pionero dentro de un estudio de género que estableció relaciones entre dificultades y rasgos de la personalidad masculinos o femeninos.

Los primeros modelos de clasificación de las dificultades provienen de la primera mitad de la década de los años 80; un periodo donde estos problemas eran concebidos como barreras insalvables que automáticamente conllevaban una ausencia de participación.

3.2.1. DIFICULTADES INTERNAS Y EXTERNAS (Francken y Van Raijj, 1981)

Una primera clasificación proviene de Francken y Van Raijj (1981), los cuales clasifican las dificultades y barreras a la hora de practicar actividades de ocio en función de su origen, el cual podía ser interno (capacidades personales, habilidades, conocimiento intereses,) o externo (falta de tiempo y dinero, distancia geográfica, falta de instalaciones y servicios).

Tabla 10: **MODELO DE CLASIFICACIÓN DE DIFICULTADES
DE FRANCKEN Y VAN RAIJJ (1981)**

INTERNAS	EXTERNAS
Capacidades personales.	Falta de tiempo.
Habilidades.	Falta de dinero.
Conocimiento.	Distancia geográfica.
Intereses.	Falta de instalaciones y servicios.

Según esta primera clasificación, también presentada por Henderson et al.(1989), problemas externos o situacionales serían, por ejemplo, la disponibilidad de servicios recreativos, transporte al medio natural, material accesible, oferta de cursos o señalización del entorno, posibilidades económicas etc. Las internas incluirían la capacidad auto percibida, el nivel de habilidades y forma física, el conocimiento individual de las oportunidades, el sentimiento de derecho al ocio y la propia motivación e interés hacia esa actividad.

Esta primera división de las dificultades en internas y externas es ciertamente la más lógica y por su sencillez, se comprende perfectamente que fuese la primera. Resulta fácil de manejar a un nivel teórico pero desde un punto de vista práctico presenta algunos inconvenientes. No incluye las dificultades originadas por causas sociales como muchas de las dificultades de género, otorga poca importancia a prejuicios o auto limitaciones de tipo interno que en el caso de las mujeres son importantes,

es un modelo demasiado estático, no conecta los diferentes grupos de dificultades y conlleva ciertas dificultades prácticas en su medición, ya que en este modelo coexisten problemas de difícil observación (distancia geográfica, por ejemplo) con aspectos abstractos complejos de cuantificar como el propio interés, el cual, por su importancia recibe mayor atención en modelos posteriores.

Otros términos que han sido usados para definir los condicionantes internos y externos son ambientales y personales (Ellis y Rademacher, 1986) y en cierta medida, la división en intervinientes y antecedentes de Henderson et al.(1988), la cual, dada su importancia de cara a esta tesis, se amplía más adelante.

3.2.2. DIFICULTADES BLOQUEANTES E INHIBIDORAS (Searle y Jackson, 1985)

A mitad de la década de los años 80, Searle y Jackson (1985), además de utilizar el criterio expuesto en el párrafo anterior (internas y externas), realizaron una interesante división de las dificultades en bloqueantes (impiden totalmente la participación) e inhibidoras (provocan una restricción momentánea); clasificación similar a la de Iso-Ahola y Mannell, (1985) (temporales –permanentes). Este criterio de clasificación resulta interesante por observar, a mediados de los 80, una tímida aproximación a las barreras como algo que no siempre conlleva necesariamente la falta de participación; idea que comenzaría a cobrar fuerza unos cinco años después.

El modelo de Searle y Jackson (1985) da cierto dinamismo a estas cuestiones, al posibilitar una fácil comparación entre las dificultades de diferentes sujetos y contrastar que lo que es para unas personas una dificultad insalvable, para otros no es más que un problema pasajero.

3.2.3. DIFICULTADES INTRAPERSONALES, INTERPERSONALES Y ESTRUCTURALES (Crawford y Godbey, 1987)

Pese a las veladas aproximaciones de Iso-Ahola y Mannell, 1985 y de Searle y Jackson (1985), por acercarse a las barreras como algo que no siempre impide la participación, por lo general, en la década de los años 80 se habló de barreras insalvables definidas por Crawford y Godbey (1987) como *“Cualquier factor que interviene entre la preferencia de una actividad y la participación en esta.”* (p. 120), siendo esta clasificación la aceptada tradicionalmente. Estos autores desarrollaron un modelo de clasificación que fue la base de investigaciones posteriores, como las de Carrol y Alexandris, 1997.

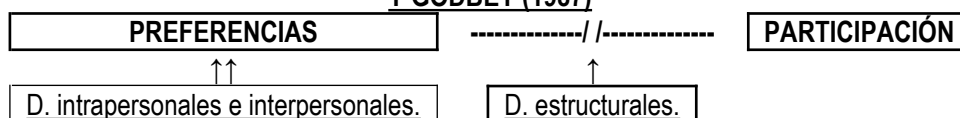
La tradicional definición de barrera como cualquier factor que intervenía entre preferencia y participación excluía la posibilidad de que algunas de estas dificultades afectasen directamente a la preferencia por realizar una determinada actividad, como de hecho ocurre en el caso de muchas dificultades de género. Con el tiempo se evidenció, por parte de autores/as especializadas en género, la necesidad de investigar aquellas dificultades que repercutiesen directamente en el deseo de participar (Henderson, 1991; Jackson, 1990; Henderson y Bialeschki, 1993), lo que llevó al desarrollo de este modelo y el de Henderson et al. (1988).

El investigar sobre lo que condiciona el deseo de participar resulta mucho más difícil de medir que otras dificultades más visibles y da una cierta noción de dinamismo a esta cuestión. Crawford y Godbey (1987) diseñaron un modelo que desplazó la atención investigadora hacia el proceso interno que condiciona los problemas. Esta atención hacia los componentes psicológicos de las dificultades es equivalente en el género al paso de un feminismo liberal al feminismo cultural, ya que mientras el feminismo liberal se centra en igualdad en aspectos tangibles y formales, el feminismo cultural aborda esta cuestión partiendo de la idea de que diferentes sexos pueden tener diferentes intereses y actitudes hacia las dificultades, lo que condiciona la práctica de AFDMN.

ESTADO DE LA CUESTIÓN.

El modelo propuesto por Crawford y Godbey en 1987 para clasificar las dificultades que encuentra la población en general para la práctica de actividades de ocio, clasifica estos problemas en tres categorías según el modo en que afectan a la relación entre preferencia y participación en dichas actividades, quedando las siguientes categorías como puede verse a continuación.

Tabla 11: **MODELO DE CLASIFICACIÓN DE LAS DIFICULTADES DE CRAWFORD Y GODBEY (1987)**



Las características de cada grupo de dificultades son las siguientes:

Intrapersonales: *“Comprenden estados y atributos psicológicos individuales que interactúan con las preferencias de ocio más que intervenir entre preferencias y participación.”* (Crawford y Godbey, 1987, pp. 122). Son, por ejemplo, la falta de interés o de conocimientos, el estrés, la ansiedad, la socialización, las destrezas auto percibidas, y las evaluaciones personales de lo apropiado o inapropiado de las actividades de ocio, la depresión, religiosidad, ansiedad etc. Según estos autores, las preferencias de ocio se forman siguiendo la superación o ausencia de estas dificultades.

Según Scott (1991), las dificultades de tipo intrapersonal predisponen a contemplar el ocio de modo apropiado o inapropiado, interesante o indiferente (nótese la alta relación entre estos problemas y el género y la motivación). Siguiendo con Scott, las dificultades de tipo intrapersonal probablemente condicionen la adquisición de las habilidades necesarias para participar en actividades recreativas.

Según el estudio de Alexandris y Carroll, (1997), las mujeres parecen estar más afectadas que los hombres en dificultades de tipo intrapersonales como timidez, falta de habilidades y conocimientos. Aunque el estudio de estos autores se centra en deporte recreativo en general, parece lógico pensar que una menor vinculación histórica de las mujeres con la

práctica de AFDMN, unida a unos menores hábitos de práctica, lleven a éstas a experimentar complicaciones de tipo intrapersonal como falta de interés debida al desconocimiento y estereotipos de género, falta de destrezas y conocimientos que impidan su práctica o condicionen en gran medida el modo de práctica y el tipo de agrupamiento, lo cual lleva implícitos problemas de tipo interpersonal, que son los que se desarrollan a continuación:

Interpersonales: estos problemas son resultado de la interacción entre las personas y se centran en los círculos sociales donde los sujetos se mueven. Comprenden aspectos como los efectos de las relaciones con los demás, la habilidad de encontrar con quienes participar en actividades de ocio, las influencias de las obligaciones familiares, el tiempo disponible y su inversión o no en actividades sociales, la influencia de acompañantes al practicar AFDMN, etc.

Según Jackson, *“Las barreras interpersonales juegan una función similar (a las intrapersonales), pero parecen ser más relevantes para el ocio familiar que a las elecciones de ocio individuales”* Jackson, 1990, p. 61.

Estructurales: los problemas estructurales incluyen aquellos factores que intervienen entre la preferencia de ocio y la participación, por lo que adoptaron la clásica definición de actuar entre preferencias y participación, impidiendo o bloqueando esta participación una vez ésta se ha formado (Nadirova y Jackson, 2000).

Las dificultades estructurales son, entre otros, la vida familiar, la responsabilidad en el cuidado de los niños, los recursos económicos, el tiempo de trabajo al que en el caso de las mujeres habría que añadir el trabajo dentro y fuera de casa (doble jornada), la disponibilidad de tiempo y otros aspectos relacionados con las características particulares de las actividades AFDMN, como la lejanía de escenarios de práctica, falta de material y meteorología.

El hecho de que estos problemas sean mucho más fáciles de observar que los intrapersonales e interpersonales ha motivado que fuesen los

primeros en identificarse y estudiarse, siendo tradicionalmente los únicos que se consideraron en los primeros momentos (Crawford et al., 1987; Nadirova y Jackson, 2000; Raymore et al., 1994).

Según entienden Raymore et al. (1994) del estudio de Crawford y Godbey, la ausencia o eliminación de este tipo de problemas tendrá como resultado la participación (siempre y cuando se hayan formado preferencias anteriormente). Esto no tiene porque ser así en todos los casos, ya que la participación no sólo depende de la ausencia de obstáculos, sino que también está condicionada por otros factores entre los que la motivación juega un papel decisivo, como se expone más adelante.

Este modelo, pese a que no conecta los grupos de dificultades entre si, presenta entre otras novedades la de considerar los problemas de tipo interpersonal como un conjunto de factores que por su importancia de cara a restringir o impedir la práctica merece una categoría entera. Debe tenerse en cuenta que dificultades de índole intersocial van a estar presentes en la práctica (o ausencia de esta), por lo que este modelo es relevante de cara a estudios donde el género sea una importante categoría de análisis.

El modelo de Crawford et al. (1987), pese a no ser un modelo basado en el género, incide en dificultades de género como las intrapersonales, por lo que ha sido aplicado por autoras extranjeras como Henderson et al. (1989) o Little (2002) para analizar estas dificultades en grupos de mujeres practicantes de actividades al aire libre.

Jackson y Henderson (1995) comprobaron como el ocio de las mujeres está particularmente restringido debido a cuestiones de carácter intrapersonal e interpersonal: (dificultad de encontrar a otros, demasiadas ocupaciones con la familia, falta de habilidad física, desconocimiento de dónde participar o aprender, falta de transporte etc.)

El modelo de Crawford y Godbey (1987) sería replanteado por los mismos autores cuatro años después como se ve posteriormente, pero antes de explicar este replanteamiento, es necesario el presentar dos modelos que surgieron antes de acabar los años 80, del que destaca el modelo de Henderson et al., por el hecho de ser el primero centrado en las dificultades propias de la mujer.

3.2.4. DIFICULTADES DE GÉNERO ANTECEDENTES E INTERVINIENTES (Henderson et al. 1988)

En 1988, Henderson et al. realizaron un estudio de género pionero que al igual que el modelo de Crawford y Godbey (1987) ha sido considerado como un clásico. Estas autoras clasificaron las dificultades que encontraban las mujeres en la práctica de actividades de recreación en dos grupos: antecedentes e intervinientes; una clasificación que ha sido empleada posteriormente por Ewert (1988), Henderson (1991), Jackson (1990) y Raymore et al. (1994).

Si el modelo anterior clasificaba los factores que restringen o impiden la práctica en función del plano en el que operan, el trabajo de Henderson usa como criterio de clasificación el momento de actuación, distinguiendo así entre dificultades antecedentes o intervinientes.

Según estas autoras, las dificultades antecedentes o escondidas son las que existen antes de tomar una decisión e incluyen las capacidades personales, la personalidad, lo que la socialización entiende por apropiado y no apropiado, las expectativas y roles de género, el sentido de tener derecho al ocio, la imagen corporal, el apoyo familiar, la imagen que dan los medios de comunicación de estas actividades, el grado de interés, etc.

ESTADO DE LA CUESTIÓN.

Estas limitaciones antecedentes se refieren a atributos personales que afectan por tanto a la percepción de las dificultades intervinientes (Henderson et al. 1988 y Jackson, 1990), por ejemplo, la definición de lo que significa ser femenino en una sociedad puede resultar un obstáculo antecedente o previo que condicione la toma de decisiones sobre las oportunidades de ocio disponibles (Henderson, 1991).

Antes de tomar la determinación de practicar AFDMN, deben superarse una serie de problemas como el desconocimiento de las posibilidades de práctica, el encontrar compañeros de práctica, desechar los estereotipos de género que puedan estar asociados a la práctica de esa actividad, superar reticencias familiares, mensajes desmotivantes de los medios de comunicación etc. Todo esto requiere un grado de motivación suficiente para convertir el mero deseo de salir al medio natural en una determinación que permita pasar a la acción y enfrentarse entonces a nuevas dificultades.

La mayor parte de los obstáculos o limitadores antecedentes mencionados suelen actuar preferentemente en las primeras fases de práctica de AFDMN, ya que una vez se ha comenzado a desarrollar una actividad regular, dificultades como la reticencia familiar, el integrarse en un colectivo de práctica, la falta de habilidades específicas o el desconocimiento, por citar algunas, empiezan a perder importancia.

Este modelo destaca por su dinamismo y por llevar al campo de estudio una serie de cuestiones, las antecedentes, que hasta entonces no recibieron la suficiente atención. No es de extrañar que fuesen investigaciones centradas en las cuestiones de género las que observasen que estereotipos, prejuicios y roles de género tienen un papel importante de cara a condicionar la práctica de las mujeres, no ya tanto por impedir la práctica deportiva, sino por actuar previamente a la práctica.

ESTADO DE LA CUESTIÓN.

La falta de una motivación suficiente es por si misma un problema antecedente de cara a salir al medio natural. Por lo general, las encuestas indican que salir al campo es una actividad que desean realizar tanto hombres como mujeres, como se vio anteriormente al analizar encuestas como las de Vázquez (1993), pero si este deseo no es lo suficientemente intenso, esa insuficiente motivación restringirá o incluso impedirá la práctica efectiva futura.

Según Jackson et al. (1993) las dificultades antecedentes de este modelo comprenden las intrapersonales e interpersonales del modelo de Crawford y Godbey (1987). Por este motivo, suelen estar ocultas y su localización y estudio resulta complejo, ya que muchas veces están altamente interiorizadas, por lo que las aproximaciones de tipo cuantitativo no suelen proporcionar información útil, siendo las técnicas cualitativas mucho más eficaces en este sentido.

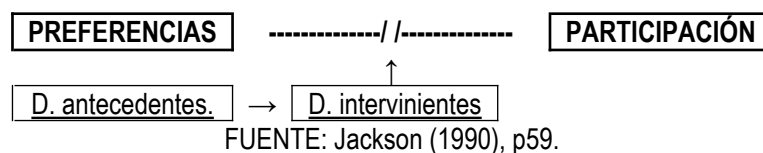
El grado de interiorización de las dificultades antecedentes (equivalentes a las interpersonales), así como su intangibilidad es la causa de que éstas sean más complejas de superar que las de tipo interviniente (Roberts, 2003).

Las dificultades intervenientes son las que actúan en el momento de realizar una actividad como pudieran ser las circunstancias específicas, la falta de tiempo etc. Según Jackson (1990), Henderson et al. (1988) se sirvieron del término barreras intervenientes para referirse a los problemas estructurales de Crawford et al. (1987), que como se ha visto, intervienen entre la preferencia y la participación.

Dado su carácter tangible, los problemas de tipo estructural son más claramente identificables, por lo que son dificultades que las personas sienten que pueden superar mediante actuaciones concretas.

Tabla 12: MODELO DE CLASIFICACION DE DIFICULTADES DE
HENDERSON ET AL. (1988)

ESTADO DE LA CUESTIÓN.



Las limitaciones antecedentes pueden estar relacionadas con el nivel educativo. En 1994, Raymore et al. observaron en alumnado de universidad que las dificultades más percibidas eran intervinientes como la falta de tiempo, ingresos, instalaciones y preocupaciones familiares mientras que no se encontró apoyo significativo para la importancia de problemas antecedentes como habilidades e inadecuación social. Según estos autores, la utilización de una muestra de personas altamente educadas puede haber influenciado en los resultados de esa investigación.

La clasificación de Henderson et al.(1988) en cierto modo introduce el grado de consciencia como criterio de agrupación y plantea el hecho de que muchas dificultades actúen a nivel inconsciente, lo cual llevó un año después a la última clasificación publicada en los años 80: Woodward et al. (1989) organizaron las dificultades que encuentran las mujeres para practicar actividades de ocio en los siguientes grupos:

- Evidentes: limitaciones de tiempo y dinero disponible para el ocio.
- Escondidas: expectativas culturales de lo que representa el comportamiento apropiado.
- Otras: disponibilidad de instalaciones para la recreación, materiales, locales e instalaciones y líneas de conducta sobre su uso como horarios, sistemas de compra y precios.

La década de los años 90 supuso el replanteamiento definitivo^a de las dificultades en un aspecto no comprobado, ya que se abandonó definitivamente la consideración de estos obstáculos como insalvables^b (sustitución del término “Barrier” por el de “Constraint”). También se investigó más a fondo como las dificultades no afectaban exclusivamente a la participación, sino que también podían condicionar las preferencias.

3.2.5.	MODELO	ALTERNATIVO	DE
CLASIFICACIÓN	DE	DIFICULTADES	DE

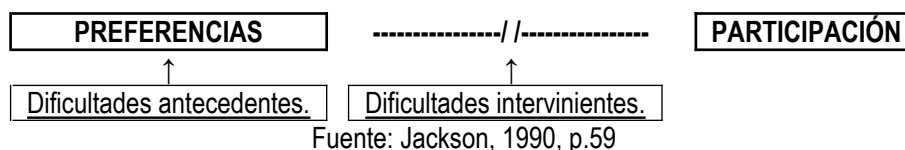
^a Jackson, et al. 1993 sitúan este momento a mediados de los años 80.

^b Para ello fue decisivo el estudio de Shaw et al.(1991)

JACKSON ET AL. (1990)

Jackson (1990), tras revisar los modelos de Crawford y Godbey (1987) (tabla 11) y Henderson et al. (1988) (Tabla 12), propuso el siguiente modelo alternativo, en el cual pretendió destacar el hecho de que las limitaciones antecedentes pueden influir en el deseo de participar, por lo que deben ser tenidas en cuenta en las investigaciones sobre este tema.

Tabla 13: **ALTERNATIVA PROPUESTA POR JACKSON (1990) AL MODELO DE HENDERSON ET AL. (1988)**



El modelo alternativo de Jackson (1990) se considera una mejora sobre el de Henderson (1988), siendo de gran utilidad como marco de referencia de cara a tratar cuestiones de género. Existen muchos factores ocultos en la sociedad que claramente van a influir negativamente en el deseo de muchas mujeres para realizar actividades de ocio, siendo este proceso inconsciente en muchos casos. Este modelo alternativo también va a introducir la variable motivación en el estudio de las dificultades.

Si los obstáculos estructurales o intervinientes fueron los primeros en identificarse (Crawford et al. 1987, y Raymore et al. 1994) por ser los más fácilmente observables, en la década de los años 90 dos estudios abogan por la investigación de las dificultades antecedentes; estos son los de Henderson (1991) y Jackson (1990).

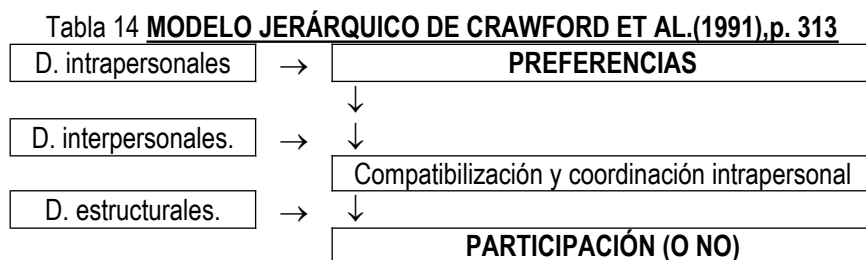
Si anteriormente se expone que la aproximación a las dificultades de tipo antecedentes debía ser realizada cualitativamente, resulta importante destacar que mientras que Jackson (1990) desarrolló una revisión bibliográfica, Henderson (1991) revisó esta cuestión mediante entrevistas en profundidad, llegando a la conclusión de que deben desarrollarse más estudios de tipo cualitativo para aproximarse a las dificultades.

Así, Henderson (1991) examinando cualitativamente las condiciones antecedentes que pueden afectar al ocio de las mujeres, indica que la persistencia de ciertas dificultades como la falta de tiempo, dinero e intereses puede ser entendida mejor. Por su parte Jackson (1990) considera que es necesario investigar más acerca de los efectos de las restricciones antecedentes, ya que *“un amplio rango de obstáculos antecedentes podrían ser identificados, los cuales podrían incluir socialización de roles de género, accesibilidad de las instalaciones en un área geográfica determinada, circunstancias asociadas con factores como los ingresos, edad, familia, situaciones y el fenómeno geográfico como recursos naturales, topografía y condiciones climáticas”* (Jackson, 1990, p. 69.)

Desde esta tesis, se coincide con la propuesta de Raymore et al. (1994), quienes observan que si las dificultades antecedentes existen y tienen el poder de condicionar la preferencia, entonces toda investigación centrada en los problemas que condicionan la práctica de AFDMN, debe considerar la conveniencia de incluir en dicha investigación a aquellos no participantes que explícitamente expresen desinterés por una actividad específica sujeta a dificultades, así como el estudio de la variable motivación de los sujetos.

3.2.6 MODELO JERÁRQUICO DE CLASIFICACIÓN DE DIFICULTADES DE CRAWFORD ET AL. (1991)

El clásico modelo de Crawford y Godbey (1987) (tabla 14) fue mejorado por Crawford et al. (1991), quienes ordenaron estos obstáculos en función de su importancia a la hora de condicionar la práctica. Esto tiene una doble importancia: además del valor intrínseco del propio modelo de clasificación, este modelo usa en cierta medida la superabilidad de las dificultades como criterio de clasificación, siendo por tanto un primer paso en el estudio de las estrategias de superación de estos problemas cuya temática se aborda en la siguiente parte de este marco teórico.



En este sentido, los propios autores del modelo jerárquico, haciendo un análisis crítico de su primer modelo de 1987, afirmaron lo siguiente:

“Los modelos de Crawford et al. (1987) estaban conceptualmente desconectados. Aunque sirvieron para ampliar el alcance del pensamiento acerca de la naturaleza del fenómeno, como sus predecesores, ellos fallaron al indicar algo sobre el proceso dinámico de cómo las personas podrían negociar una serie de dificultades a través de la participación y más allá. Nuestro modelo alternativo confronta ese problema”

(Crawford en al, 1991, p. 312 y 313). Subrayados añadidos.

Queda claro como este modelo da inicio a la línea de investigación que estudia las estrategias de negociación de estas dificultades, como se ve más adelante en la última parte de este marco teórico.

ESTADO DE LA CUESTIÓN.

Según el modelo jerárquico de superación de las dificultades, los impedimentos que aparecen a la hora de practicar actividades físico deportivas tienen más importancia cuando son más próximas a la psique humana, teniendo mayor peso por tanto las cuestiones de tipo intrapersonal y siendo las estructurales las menos importantes. Esta afirmación no es novedosa, debido a que ya desde las clasificaciones anteriores se señalaba que las de tipo interno o antecedentes eran más sutiles y difícilmente perceptibles por la persona afectada (y el investigador) y por tanto menos fáciles de combatir.

El llamado modelo jerárquico contiene por tanto una claramente definida jerarquía de dificultades, empezando por aquellas que afectan a las preferencias (intrapersonales / antecedentes) y dirigiéndose a las que afectan a la participación (interpersonales – estructurales / intervinientes). La influencia de la clasificación de Henderson et al. (1988) es claramente manifiesta.

“Los niveles de dificultades están organizados desde los más proximales (intrapersonales) a los más distales (estructurales), por lo que los intrapersonales son los más poderosos debido al hecho de que ellos condicionan el deseo de actuar, o la motivación para la participación”

(Crawford et al, 1991, p. 314). Subrayado añadido.

“Cuando las barreras intrapersonales, que afectan a las preferencias están presentes, éstos pueden tener un efecto más profundo en el comportamiento que ambas barreras interpersonales o estructurales inhibiendo el deseo de participar”

(Raymore et al. 1994, p.115). Subrayado añadido.

Como queda claro de los subrayados anteriores, este modelo jerárquico, también lleva definitivamente la variable motivación a un primer plano de interés en cualquier estudio de los factores que restringen o impiden la práctica de AFD, como muestran los diversos artículos al respecto que surgieron posteriormente y que dada su importancia de cara a esta tesis, son examinados más adelante en un apartado específico.

Crawford et al. (1991) sostienen que la jerarquía de las dificultades experimentadas está relacionada con una jerarquía de privilegio social, ya que cuanto más bajo sea el status socioeconómico de alguien, más fácil será que perciba los obstáculos intrapersonales. Existen estudios en esa línea que muestran que existe una relación positiva entre estatus socioeconómico y el nivel experimentado de obstáculos (Searle y Jackson, 1985; Shaw et al. 1991).

Según Carroll y Alexandris (1997), el modelo de Crawford y Godbey (1987) y su desarrollo posterior en el modelo jerárquico de Crawford et al. (1991), constituye un clásico que sentó las bases teóricas para el estudio de las barreras y dificultades al ocio al situar por primera vez estos problemas dentro del proceso individual de toma de decisiones. Este modelo ha sido empleado y validado por numerosos estudios cuantitativos y cualitativos como los de Alexandris y Carroll (1997), Carroll y Alexandris (1997), Iso-Ahola (1989), Jackson y Rucks (1995) y Raymore et al. (1994)^a. En otros estudios llevados a cabo por Kay y Jackson (1991) y Shaw et al. (1991), este modelo no ha resultado corroborado.

Es destacable que un año después de la publicación del modelo jerárquico de Crawford y Godbey (1987), Culp (1998) realizó una clasificación de las dificultades similar a la de Crawford que, pese a que no obtuvo el mismo reconocimiento que el modelo jerárquico expuesto en el apartado anterior, resulta especialmente interesante al obtenerse con una población similar a la de esta tesis (mujeres jóvenes) y sobretudo, por estar centrada en la práctica de AFDMN. Culp (1998) clasificó las dificultades de un modo similar a Crawford et al. (1991)

^a Estos autores verificaron parcialmente este modelo, ya que si bien Jackson et al. (1991) relacionaban los tres tipos de dificultades con el status socioeconómico, Raymore et al. 1994 sólo encontraron esta relación en las dificultades intrapersonales, pero no en las interpersonales ni en las estructurales.

ESTADO DE LA CUESTIÓN.

(tabla 14), en personales (auto concepto, preocupaciones físicas...), relacionales (influencias de acompañantes) y estructurales (roles de género, falta de oportunidades y oportunidades diferentes para hombres y mujeres).

Finalizada la exposición de los principales modelos de clasificación de las dificultades, y antes de pasar a analizar los problemas de género más frecuentes a la hora de salir al medio natural, resulta necesario señalar lo expuesto por Jackson y Henderson (1995), y Henderson (1996) que afirman que las diferencias entre dificultades no sólo son debidas a la variable género, sino que hay otras variables que deben ser tenidas en cuenta.

. DIFICULTADES DE GÉNERO PARA LA PRÁCTICA DE AFDMN:

3.3. DIFICULTADES DE GÉNERO PARA LA PRÁCTICA DE ACTIVIDADES FÍSICO DEPORTIVAS EN EL MEDIO NATURAL

En los años ochenta, comenzaron a estudiarse los problemas que se encuentran a la hora de practicar actividades de ocio, observándose que muchas de estas dificultades se aplican por igual a hombres y mujeres; pero hay otras, como el temor a estar solos en la oscuridad, o el miedo a sufrir una agresión sexual, que podrían denominarse dificultades de género, al condicionar la práctica principalmente de mujeres por estar generadas por el proceso de socialización de género.

Como sugirieron Shaw et al. (1991) en un estudio que originó cierta inquietud investigadora por el modo en que las dificultades se superaban, y se presenta más extensamente en apartados posteriores, ser mujer no tiene porque ser por si mismo un problema de cara a la práctica de actividades de ocio por si mismas, sino que es más bien el modo en que el género se define en la sociedad lo que puede implicar dificultades. Esta afirmación de Shaw (1991) sostiene que los roles y los estereotipos de género pueden ser origen de muchas de los problemas que las mujeres deben superar para practicar actividades de ocio.

La perspectiva de género ha estado desde el principio relacionada con los estudios sobre este tema, por lo que son abundantes los trabajos centrados en las dificultades que experimentaban las mujeres occidentales como el clásico de Henderson et al. (1988), que es la base de una parte de la instrumentación de esta investigación.

Estas mayores restricciones percibidas y/o sufridas por las mujeres a causa de su género fueron observadas en actividades de ocio y recreación por Henderson y Bialeschki (1991b), Henderson et al. (1996), Jackson (1983), Jackson y Henderson (1995), Raymore et al. (1994), Searle y Jackson (1985) y Shaw (1994), en actividades físico deportivas por Vázquez (1993) y en ADFMN por Canales y Perich (1997).

Se ha afirmado que estas restricciones hacia la práctica de las mujeres están debidas los roles y estereotipos de género existentes en las diferentes sociedades (Culp, 1998; Jackson y Henderson, 1995; Macías y Moya, 2002; Moscoso et al. 2008 y Vázquez, 1993) y al igual que los roles de género, se adquieren a edades tempranas. En su constitución pueden influir condicionantes históricos, educativos, sociológicos y factores psicológicos que afectan a la propia identidad, los valores y las expectativas (Macías y Moya, 2002).

Según Henderson et al.(1989), el ocio en las mujeres es social o relacional más que intrínseco; por lo que muchas de las dificultades que experimentan éstas son también sociales en cuanto a su orientación, hasta el grado en que sus motivaciones sociales están constreñidas o determinadas por el rol de género más que libremente elegidas. Según esto, las mujeres experimentan dificultades sobretodo en el plano social por lo que gran parte de sus motivaciones, que también son sociales, se ven afectadas.

Según Shaw (1994), muchas actividades de ocio físicamente activo constituyen por si solas una restricción de género, afirmación coincidente con la de Vázquez (1993) cuando señala que las propias características de la actividad deportiva resultan una dificultad para la práctica femenina, lo cual se ve incrementado si esa AFD se realiza en el medio natural, ya que como se expone en la primera mitad de este marco teórico, las AFDMN no coinciden con la identidad femenina.

A la hora de investigar sobre las barreras y dificultades de género en actividades lúdicas, es importante tener en cuenta que el ocio debe ser comprendido como estado mental más que como una actividad observable, ya que lo que para unas personas es ocio, para otras puede resultar trabajo; éste es el caso de muchas ocupaciones que condicionan la práctica deportiva de las mujeres como ir de compras, cuidar de los hijos y cocinar, ya que en función del proceso de socialización, el contexto y las experiencias previas pueden ser consideradas tareas habituales de tiempo libre por algunas mujeres y no problemas que limitan ese ocio (Woodward et al., 1989), sobretodo cuando actúan en mujeres de mayor edad.

En la línea de lo expuesto en el párrafo anterior, en un nivel intrapersonal, la dificultad que objetivamente pueda restringir más el comportamiento de una persona, no tiene por qué ser la que el individuo percibe como la más seria, ya que es posible aceptar las limitaciones dominantes como dadas y ajustar su comportamiento de acuerdo a estas dificultades (De Vries et al., 1996).

La investigación sobre dificultades específicas “de mujeres” resulta especialmente complicada, ya que además de los diferentes grupos de restricciones actantes, como se ve posteriormente, hay que tener en cuenta los diferentes perfiles que se pueden encontrar, como mujeres participantes que desean participar más, aquellas que han cesado su práctica, las que nunca participaron pero les gustaría, y las que no están interesadas) (Jackson y Searle, 1985).

Con respecto a la metodología, los estudios sobre dificultades de género han utilizado tanto aproximaciones cuantitativas como cualitativas. Shaw et al. (1991), investigando restrictores en ocio físicamente activo, observaron como una metodología cualitativa puede ser especialmente relevante, pero recomienda una aproximación mediante una triangulación de métodos cuantitativos y cualitativos, junto con una mayor atención a la teoría social para conseguir una más completa comprensión de las dificultades en la participación en ocio físicamente activo.

En España, son abundantes los trabajos que describen las causas que limitan la práctica de actividades físico deportivas en general por parte de las mujeres (Buñuel, 1999; Cañadell, 1991 y Fontecha, 2002). Habiendo ya algún estudio (Moscoso et al., 2008) que analiza cualitativamente los estereotipos de género condicionantes de estas dificultades. Superado el debate sobre la conveniencia de la AFD para la salud de las mujeres, los estudios muestran hoy en día como desde que comienza el proceso de socialización, las mujeres van siendo educadas hacia las responsabilidades de tipo afectivo o familiar, las cuales resultan difícilmente compatibles con la práctica de actividades físico deportivas, sobretodo en la edad adulta.

Entre los problemas propios del género femenino, también debe tenerse en cuenta las mayores dificultades que tienen éstas para asociarse con otras mujeres (Santolaria et al., 1997), y de cómo influye en la práctica el hecho de encontrar a menos mujeres en puestos de dirección deportivo (Fontecha, 2002). En general, las dificultades que se encuentran al realizar AFD, especialmente ellas, se ven incrementadas cuando esas actividades físicas se desarrollan en el medio natural (Jackson, 1994)^a.

Nisbert (1981) sugirió algunas razones para explicar la menor participación de las mujeres en las AFDMN. Éstas son:

- La falta de confianza en sus habilidades físicas y en su capacidad de tener éxito.
- La percepción de no ser lo suficientemente duras o fuertes.
- La falta de modelos de roles femeninos en el medio natural.
- Y la interpretación en los medios de comunicación de que las AFDMN son un mundo de hombres.

Cuando en la primera mitad de este marco teórico se exponen las diversas contribuciones de cada corriente feminista, se comenzó mostrando como las perspectivas liberales habían contribuido a eliminar las dificultades legales y oficiales que anteriormente constreñían directa o indirectamente a las mujeres a la hora de realizar AFD en general y en el medio natural en particular. A pesar de ese avance, todavía existe gran cantidad de dificultades que afectan especialmente a la mujer, sobretodo en los ámbitos personales y sociales, los cuales inciden principalmente en el nivel intrapersonal o antecedente, el más difícil de superar y que además tiene una incidencia directa en la desmotivación.

Aunque hombres y mujeres pueden definir la experiencia del ocio de modos similares, las mujeres encaran problemas particulares con respecto a la libertad de elección y oportunidades de ocio. Una de las características de las dificultades es que éstas se encuentran fuertemente interrelacionadas, circunstancia ya comprobada por Thomsson, (1999) investigando sobre AFD en general o el propio Culp (1998), que centró sus estudios en el campo de las AFDMN.

^a En su análisis dificultad por dificultad, este autor no encontró mayores dificultades en el medio natural respecto a familia, compromisos de trabajo, falta de habilidades.

A continuación, se lleva a cabo una exposición de las principales dificultades que afectan a la práctica de AFD en general y en el medio natural en particular de hombres y mujeres, dando especial importancia a aquellas que inciden en un sexo más que en otro.

3.3.1. FALTA DE TIEMPO

La mayoría de los estudios cuantitativos y cualitativos que desde los años 80 analizan las dificultades que exponen las mujeres para realizar actividades físico deportivas o de ocio encuentran la falta de tiempo como uno de los principales motivos aludidos para no hacer dichas actividades y concluyen con que las mujeres están particularmente desfavorecidas con respecto a esta cuestión. (Dattilo et al. 1994; Deem, 1982; Fasting et al. 2000; Henderson et al. 1988; Henderson y Ainsworth, 2000; Jackson, 1988; Kay y Jackson 1991; Searle y Jackson, 1985; Shaw et al. 1991; Shaw, 1994; y Witt y Goodale, 1981).

En el caso de los hombres, su falta de tiempo de ocio se debe, en mayor medida, a los compromisos laborales (Jackson y Henderson, 1995 y Searle y Jackson, 1985) mientras que las mujeres disponen de menos tiempo para realizar AFD que los hombres debido a que muchas de ellas consideran prioritarios los roles de madres y las tareas de la casa debido al proceso de socialización (Henderson, 1991).

Refiriéndose a las “amas de casa” españolas, Durán (1987) afirma que estas mujeres absorben los abundantes imprevistos familiares, lo que les dificultan la previsión de tiempo y es la razón de que las mujeres españolas, además de tener menos tiempo libre que los hombres, tengan este tiempo muy fragmentado. (Buñuel, 1991 y 1992; Fontecha, 2002; Soler, 2000; Vázquez, 1993 y Prats et al. 1995). El problema de la fragmentación del tiempo libre supone un serio problema de cara a salir al medio natural, ya que esta práctica supone periodos prolongados de ocio alejados del domicilio familiar.

Siguiendo en el contexto español, las mujeres españolas tienen entre 2 y 4 horas menos de tiempo libre al día que los hombres (Fontecha,

2002). Vázquez observó en su encuesta publicada en 1993 como el mayor interés de las españolas por salir al campo en comparación con los hombres contrastaba con su menor práctica de estas actividades y sugirió la falta de tiempo como explicación de que estos deseos no se ajustasen a la realidad, explicación apoyada por el hecho reflejado en la misma encuesta de que las mujeres abandonan su práctica de AFD por falta de tiempo en mayor proporción que los hombres.

La falta de tiempo libre en las mujeres españolas varía enormemente con la edad y en función del ciclo reproductivo y la crianza de hijos e hijas. Las mujeres de entre 25 y los 45 años son quienes menos tiempo libre disponen, mientras quienes han sobrepasado los 65 dicen disponer de mucho tiempo libre. Todo ello limita las actividades culturales y deportivas de las mujeres (Subirats, 1998).

Según Fontecha (2002), cuando las mujeres asumen las responsabilidades familiares encuentran grandes dificultades para hacer su práctica de AFD compatible con los deberes de “ama de casa” y madre que la socialización les ha asignado. Según esta autora, el deporte del resto de miembros de la familia, aumenta sus tareas en forma de más ropa y zapatillas para lavar, traslados de los hijos e hijas a los entrenamientos y partidos, etc. Aunque estos problemas pueden paliarse mediante una buena planificación, esto no es posible si la motivación es moderada.

En el año 2001, García Montes y otros colaboradores realizaron un estudio sobre el tiempo libre en general de las mujeres de Granada (García Montes et al. 2001), en el que indagaron sobre los motivos por los que nunca habían practicado AFD y las razones expuestas para abandonar dicha práctica; en ambos casos, el principal motivo argumentado era el de falta de tiempo, citado por el 34% de los que nunca han practicado y el 50% de quienes han abandonado.

Carrol y Alexandris (1997) consideran que la falta de tiempo en hombres y mujeres puede ser un obstáculo estructural e intrapersonal al mismo tiempo, ya que las dificultades relacionadas con los horarios de apertura de centros de salud y ocio son claramente externas y por tanto

estructurales, mientras que las restricciones relacionadas con el tiempo también pueden ser experimentadas intrapersonalmente.

La falta de tiempo es mencionada con frecuencia, tanto por hombres como por mujeres como razón para no hacer AFD ni actividades físico deportivas o de ocio (García Ferrando, 1998 y Jackson y Rucks, 1995); no obstante, desde esta tesis y sus instrumentos metodológicos, se acepta esta respuesta con reservas al admitir que ciertamente, “(...) *la excusa de “no suficiente tiempo” es a menudo una respuesta fácil y políticamente correcta.*” (Henderson y Ainsworth, 2000, pp: 318)^a. Se considera por tanto que un estudio sobre este tipo de dificultades debe indagar más sobre lo que hay tras este aspecto.

Además de profundizar más en lo referente a la respuesta de “no tengo tiempo”, debe considerarse dos aspectos importantes en la investigación de esta dificultad tan mencionada:

- Por un lado, muchas mujeres ven la falta de tiempo como algo normal (las dificultades antecedentes o intrapersonales están fuertemente interiorizadas), por lo que no consideran ésta como una dificultad a superar, aunque actúe a nivel inconsciente.
- Por otra parte, puede darse el hecho de que las personas que son más activas en su tiempo disponible puedan considerar esa dificultad más importante que lo que consideran sujetos menos activos como afirma De-Vries et al. (1996).

Las dificultades derivadas de la falta de tiempo no son absolutas, ya que como encontraron Prats et al. (1995) en sus entrevistas en Barcelona, muchas mujeres sienten que pueden controlar su tiempo libre, gestionando este a costa de sacrificar o reorganizar el tiempo que dedican al trabajo domestico, que por lo general depende de estas mismas mujeres porque son las únicas que lo realizan o planifican. El hallazgo de

^a Opinión también seguida por Henderson et al. (1996)

esta posibilidad de control del tiempo libre abrió una perspectiva que se tradujo en un apartado titulado “El desarrollo de estrategias de supervivencia” que constituye una de las primeras aproximaciones al estudio de las estrategias de negociación de estas dificultades desarrollado en España, como se ve más adelante.

3.3.2. DOBLE JORNADA Y RESPONSABILIDAD EN EL CUIDADO DE LOS DEMÁS (ÉTICA DEL CUIDADO)

El rol tradicionalmente asignado a la mujeres de *cuidadoras* de la casa, los niños y el marido constituye una importante limitación de género estructural (Bialeschki, 1994; Henderson, et al. 1989; Henderson, 1991 y Henderson et al. 1996) hacia la práctica de AFD y de ocio que ha sido encontrada en mujeres en general por Bialeschki y Michener (1994), Dattilo et al. (1994), Deem (1982), Henderson et al. (1988), Henderson y Ainsworth (2000), Searle y Jackson (1985), Shaw, et al. (1991), Subirats (1998) y Thomsson, (1999) y mujeres practicantes de AFDMN en particular (Culp, 1998; Little, 2002; Santolaria et al. 1997).

Según Shaw (1994), quien primero estudió esta ética del cuidado como obstáculo de género para la práctica de AFD y de ocio en las mujeres fue Gilligan (1982), que define ética del cuidado como una actividad de respuesta a la necesidad de cuidar a los demás. Según Gilligan (1982) y Henderson y Bialeschki (1991b), la ética del cuidado consiste en anteponer las necesidades de otros a las de una misma y está orientada tanto hacia la familia como a la comunidad (Henderson y Bialeschki, 1991a y 1991b).

En su clásico modelo jerárquico, Crawford et al. (1991), identificaron como las obligaciones familiares impuestas, constituyen una dificultad del ocio que afecta tanto a hombres como a mujeres. Anteriormente, Searle y Jackson (1985) habían observado que los compromisos familiares son mayores restrictores del ocio en las mujeres que en los hombres, lo cual explica la disminución del nivel de práctica deportiva en las mujeres europeas después de formar una familia (Fasting et al. 2000), el que el

ESTADO DE LA CUESTIÓN.

perfil de las mujeres españolas practicantes de AFD sea de solteras mayores de 30 años y sin hijos (Vázquez, 1993) o que las mujeres británicas solteras practiquen más AFD que las mujeres casadas con o sin hijos (Woodward, et al. 1989).

Las dificultades como consecuencia de responsabilidades familiares y de trabajo fueron analizadas por Jackson y Henderson (1995) en un amplio estudio en Canadá, llegando a la conclusión de que estas responsabilidades son más intensas entre grupos de edades medias, y menos en grupos de edades menores y mayores (siguiendo un patrón de U invertida).

La doble jornada consiste en compaginar trabajo fuera del hogar y responsabilidades domésticas y es un problema de tipo estructural directamente relacionada con la falta de tiempo. El modo en que la doble jornada influye en la práctica de AFD y actividades de ocio ha sido encontrado y estudiado en mujeres en general por Bialeschki y Michener (1994), Dattilo et al. (1994), Deem (1982), Henderson (1991 y 1996), Little, (2002), Soler (2000) y Thomsson (1999) La doble jornada también es un problema de cara a practicar AFDMN (Santolaria et al. 1997).

La doble jornada dificulta la práctica de actividades físico deportivas directamente a través de dos cuestiones: la falta de tiempo, ya expuesta, y los sentimientos de culpa:

En relación a los sentimientos de culpa, las mujeres que consiguen organizarse para tener tiempo para practicar cualquier tipo de AFD, deben superar una serie de obstáculos o dificultades intrapersonales o antecedentes más sustanciales surgidos por los fuertes sentimientos de culpa que estas mujeres sufren cuando “desatienden” a aquellas personas cercanas de quienes se siente responsables mientras están practicando actividades de ocio (Dattilo et al. 1994; Fasting et al. 2000; Gilligan, 1982; Henderson, 1991; Henderson et al. 1989; Shank, 1986 y Thomsson, 1999).

Este sentimiento de culpa, provocado por un conflicto de roles es consecuencia evidente de la socialización de género y esta asociado a la baja autoestima (Shank, 1986 y Thomsson, 1999), a la sensación de no tener derecho al ocio (Bialeschki y Michener, 1994; Henderson y Bialeschki, 1991 y 1993; Shaw, 1991 y Shank, 1986), a una falta de conciencia feminista o a la falta de oportunidades de recreación. Henderson et al. (1989) observaron que el sentido de tener derecho al ocio aumenta cuando las mujeres ganan status en la sociedad, y comparten el cuidado doméstico y el cuidado de los hijos, ya que puede considerar que ha ganado el derecho al ocio trabajando Henderson et al. (1989) y Shaw (1985a).

Como se muestra en el párrafo anterior, el empleo fuera del hogar aumenta el sentimiento de derecho al ocio, lo cual se ve corroborado por el estudio que Castillo et al. (2005) desarrollaron para el ayuntamiento de Madrid, donde se constató que la situación ocupacional es muy relevante a la hora de condicionar el deseo de realizar AFDMN. El 6,5% de las mujeres que trabajan en el hogar desean hacer AFDMN, mientras que este porcentaje aumenta al 14,3% en el caso de mujeres que trabajan fuera de casa.

No debe olvidarse que el ocio siempre ha sido considerado como una recompensa que se gana con el trabajo. Para muchas mujeres, esta connotación del ocio presenta un dilema que no se da en los hombres. Algunas mujeres no se sienten con derecho a merecer una recompensa cuando anteponen sus necesidades de ocio a las de los demás, lo cual en algunos casos, lleva a éstas a auto imponerse una falta de ocio (Dattilo et al. 1994; Fasting et al. 2000; Henderson, 1991; Henderson et al. 1989; Shank, 1986 y Thomsson, 1999) de un modo más o menos consciente.

Además de originar directamente falta de tiempo y sentimientos de culpa, la doble jornada y el cuidado de los demás limita indirectamente la práctica de AFD y AFDMN en las mujeres deseosas de practicar AFD que se reservan tiempo para la recreación física, ya que cuando llega ese momento no quedan ganas ni energías debido al cansancio (Henderson y Ainsworth, 2000 y Kane, 1990).

La responsabilidad en el cuidado de los demás también influye en el tipo de actividad en el medio natural a realizar, ya que obviamente, las mujeres con hijos y responsabilidades familiares estarán menos dispuestas a correr riesgos (Nisbert, 1988) que otras mujeres; fenómeno que no ocurre con los hombres (Buchanan, 1998). Esta cuestión afecta particularmente a nivel de alto rendimiento.

Las limitaciones causadas en el ocio de las mujeres por la doble jornada están influenciadas por el transcurso de las diferentes etapas de la familia. Estos problemas se incrementan sustancialmente con la edad y el matrimonio (Alexandris y Carroll, 1997), aumenta cuando los niños están en preescolar, disminuye algo cuando entran en el colegio y se reduce bastante cuando los niños dejan el hogar (Witt y Goodale, 1981).

3.3.3. FALTA DE INTERÉS O DE FUERZA DE VOLUNTAD

La falta de interés, es identificada a menudo como algo que limita las posibilidades de disfrute de cualquier actividad de ocio (Raymore et al. 1994). Pero esa falta de interés ha tenido interpretaciones diversas según diferentes autores. Para muchos investigadores, la falta de interés puede ser la consecuencia de la actuación de una serie de factores (Crawford y Godbey, 1987; Henderson, 1991, Henderson et al. 1988 y Raymore et al. 1994) de tipo intrapersonal (Crawford et al. 1991).

Otros autores como Jackson (1988) admiten que la falta de interés puede ser una razón para no participar en actividades de ocio, pero no debería ser concebida como un limitador de la participación, ya que la existencia de factores que restringen la práctica implica la presencia de una intención o deseo de participar, el cual no existe en este caso. De hecho, este autor en su investigación de 1990 diferencia entre no participantes que desean participar y aquellos que no quieren.

Esta falta de fuerza de voluntad como restrictor de a la participación fue encontrada también en algunas mujeres suecas por Thomsson (1999), quien además observó como se ve incrementada sobretudo por la posibilidad de posponer la actividad físico deportiva hasta un momento más apropiado, lo cual constituye un obstáculo para muchas mujeres.

Searle y Jackson (1985), observaron como solteros, ancianos y personas de recursos económicos limitados estaban menos dispuestos a expresar su deseo de comenzar una nueva actividad de ocio mientras que a la vez experimentaban dificultades para satisfacer sus deseos de realizar actividades. Estos autores sugirieron que la falta de interés aparente es interpretada no como falta de interés, sino como resignación a las circunstancias externas y personales; hecho que pudiera darse en mujeres especialmente abrumadas por problemas que restrinjan su práctica.

3.3.4. IMAGEN DE LAS ACTIVIDADES FÍSICO DEPORTIVAS EN LOS MEDIOS DE COMUNICACIÓN.

Actualmente, aunque las oportunidades deportivas han aumentado para las mujeres, algunos tipos de prácticas siguen siendo todavía más aceptables que otras para ser practicadas por estas. En el caso de las AFDMN puede observarse como estas actividades no están asociados a la entidad mujer (Santolaria et al. 1997), lo que es la causa de que muchas mujeres encuentren dificultades para la práctica de éstos en forma de desconfianza por parte de sus compañeros masculinos e incompreensión por sus compañeras, falta de modelos etc.

Las AFDMN han estado rodeadas por una aureola de riesgo y grandes exigencias de esfuerzos físicos, especialmente las nuevas modalidades deportivas que están proliferando basadas todas ellas en las sensaciones que el riesgo y el vértigo suelen proporcionar; todo ello implica que las AFDMN hayan sido concebidas tradicionalmente como un campo masculino en el que las mujeres no se consideran lo suficientemente preparadas (Canales y Perich, 1997 y Diputación Territorial de Aragón, 1997).

A mediados de la década de los años 80, Shaw (1986) observó que las mujeres practicantes de actividades de ocio entrevistadas mencionaban la falta de modelos como un tema emergente: *“Las mujeres hablaron de sentirse pioneras intentando llevar vidas aceptables y productivas como madres y profesionales (...) Estas mujeres no sólo carecían de modelos que combinaran profesión y familia, sino que eran presionadas duramente para identificar otras mujeres que integrasen el ocio felizmente”* (Shaw, 1986, pp. 312).

Al igual que la imagen masculinizada del deporte difundida por los medios de comunicación es una de las dificultades que han encontrado las mujeres en su práctica de deporte de competición (Soler, 2000), gran parte de la imagen mas cercana a los roles masculino de las AFDMN es debida a estos medios. Los medios de comunicación representan imágenes estrechas y restrictivas de las mujeres y del ocio y reproducen ideologías sexistas y roles de género restrictivos (Culp, 1998 y Shaw, 1994) mientras difunden una imagen espectacular e inalcanzable de lo que son las AFDMN o sólo citan éstas para hablar de desgracias (Santolaria et al. 1997), lo que actúa a modo de limitador intrapersonal.

“Los términos asociados con muchas actividades de ocio como “Asaltar” un pico montañoso pueden también dar mensajes inconscientes de que la actividad es demasiado peligrosa o violenta para las mujeres”

(Henderson et al. 1989, p.125)

Además de la imagen incompleta de las AFDMN, los medios de comunicación no difunden los logros de potenciales modelos femeninos (Moscoso et al., 2008), lo que dificulta la práctica de las mujeres que desean iniciarse en el deporte de competición (Soler, 2000) o en las AFDMN (Culp, 1998 y Nisbert, 1988); en cambio, estos medios si promueven el mensaje de los rasgos de la mujer ideal (belleza, piel clara, piernas poco musculosas...), lo que desalienta a muchas a salir al medio natural (Nisbert, 1988).

Estrechamente relacionado con la imagen existente de las AFDMN, se observa como el temor a algunos de los aspectos de las AFDMN, podría ser una dificultad de género que afectase especialmente a las mujeres. Ewert (1988) observó que ellas mostraban mayores niveles de temor que los hombres en aspectos como perder el control, caer, no tener suficiente habilidad, ambiente hostil, oscuridad, animales venenosos, insectos, agua rápida y profunda, que se acabe la comida etc. No obstante, este autor sostiene que las mujeres no sienten más miedo que los hombres frente a las AFDMN, sino que éstas son más propensas que ellos a admitir esos miedos, lo cual constituye una interesante hipótesis de trabajo que debe ser tomada en cuenta en cualquier análisis de datos.

3.3.5. FALTA DE COMPAÑEROS DE PRÁCTICA Y RELACIONES CON ESTOS

Crawford et al. (1991) identificaron la falta de compañeros como una cuestión que limita el ocio de hombres y mujeres, lo cual fue ratificado en 1995 por Jackson y Rucks refiriéndose a las AFD y AFDMN; en este sentido, Searle y Jackson (1985) encontraron que la falta de compañeros es un problema que restringe el ocio de las mujeres en mayor medida que los hombres.

La falta de compañeros con quienes realizar estas actividades ha sido encontrada como obstáculo de género en el deporte de competición (Soler, 2000), la AFD en general (Fasting et al. 2000), en la práctica del paseo como actividad popular de ocio (Henderson y Ainsworth, 2000) y en la práctica de AFDMN de mujeres españolas por (Santolaria et al. 1997).

Gilligan (1982), mostró como las relaciones con los compañeros pueden ser particularmente significativas para las chicas, ya que la socialización femenina enfatiza la dependencia con otros y el mantenimiento de lazos personales cercanos. Estos lazos son especialmente fuertes con la familia, la cual, en ocasiones, apoya desigualmente a las mujeres cuando realizan un deporte “de chicos” o esta actividad quita tiempo de estudio (Fasting et al. 2000).

Al igual que Gilligan, Deem (1982), en su investigación sobre ocio y mujer en Inglaterra observó como la actitud del compañero o marido hacia el que las mujeres saliesen condicionaba la práctica. Deem (1986) también observó que para muchas mujeres, el ocio puede ser dependiente de su relación con los hombres en sus vidas, ya que algunas pueden tener tendencia a anteponer las necesidades de su pareja e hijos en muchos ámbitos de su vida, incluyendo el ocio. Esto es debido a que durante el proceso de socialización, las mujeres aprenden a encontrar satisfacción en sus vidas a través de sus compañeros y familia (Deem 1986).

La influencia de los roles de género se manifiesta con claridad en la compañía que uno mantiene durante la práctica de actividades de ocio. A menudo, se considera inaceptable el que una mujer practique actividades de ocio sola o con otros que no sean parientes próximos, ya que la norma es pasar la mayor parte del tiempo con su esposo e hijos, lo cual implica que las actividades de ocio estén constreñidas por las preferencias y dificultades de otros miembros familiares (De-Vries et al. 1996).

Debido a la escasez de practicantes femeninos de AFDMN, las mujeres que practican estas actividades lo hacen en colectivos donde en muchas ocasiones ellas son las únicas chicas (Santolaria et al., 1997). Los estereotipos y roles de género no tardan en manifestarse más o menos explícitamente en forma de rechazo, desconfianza o presión hacia las mujeres para que éstas asuman sus roles de género y se comporten de acuerdo con las ideas prevalecientes sociales de la identidad femenina (Coakley y White, 1992; Culp, 1998; Deem, 1982; Diputación Territorial de Aragón, 1997 y Little, 2002).

La cuestión de la pareja resulta interesante en algunos estudios españoles (este tema no se menciona directamente en los estudios extranjeros revisados). Muchas mujeres tienen su primer contacto con las AFDMN de la mano de su pareja (Diputación Territorial de Aragón, 1997 y Santolaria et al. 1997), lo cual tiene el inconveniente de situar a éstas en inferioridad de condiciones por su menor experiencia (Santolaria et al. 1997) y la ventaja de obtener un apoyo necesario en los comienzos; *“Buscan en sus parejas una protección que ellas necesitan para aproximarse a estas actividades.”* (Diputación Territorial de Aragón 1997, p.121). Casi todas las mujeres aragonesas entrevistadas por la Diputación Territorial de Aragón (1997) practican AFDMN ligadas fuertemente a alguien del otro sexo (marido o novio, padre, amigo o hermano), que les ha iniciado en estas actividades.

Ante esta resistencia o la sobreprotección por parte de determinados participantes masculinos, según la Diputación Territorial de Aragón (1997), Santolaria et al. (1997) y Pedersen (1998), para algunas mujeres resulta más fácil adoptar un rol pasivo de eternas novatas, centrando la responsabilidad y toma de decisiones en los hombres, lo que acaba ocasionando el que las mujeres no puedan realizar actividades según sus planteamientos.

3.3.6. APARIENCIA FÍSICA

En cualquier sociedad, el papel que deben tener las mujeres en el ámbito deportivo está sujeto a estrechos cánones estéticos y algunas mujeres evitan realizar actividades que las expongan a preocupaciones por su imagen corporal al practicar actividades no acordes con lo que se espera de ellas. Fontecha (2002) da el ejemplo de chicas que evitan utilizar piscinas públicas, el cual va en la misma línea de las mujeres practicantes de AFDMN entrevistadas por Mitten (1992), que afirman sentirse más a gusto cuando realizan estas actividades entre mujeres por no sentirse observadas por hombres desconocidos.

En párrafos anteriores se ve como ciertas actividades físico deportivas, entre las que se encuentran las AFDMN, no son consideradas “femeninas”; esto es la causa de que en ocasiones, las mujeres puedan sentir que practicar actividades físico deportivas “no apropiadas” para su sexo les haga desarrollar un cuerpo poco ajustado con los cánones estéticos femeninos. De hecho, en España, hombres practicantes de AFDMN entrevistados por Moscoso et al. (2008) han afirmado que las mujeres practicantes de esas actividades son muy masculinas.

La práctica de AFDMN va más allá del aspecto físico e influye también en aspectos más internos. Con la socialización se espera de las mujeres un comportamiento cariñoso, cuidador y compasivo, el cual está en clara contradicción con el esquema que ha transmitido el deporte tradicional que requiere agresividad y competitividad (Dattilo et al. 1994; Hall, 1996; Henderson, 1991; Henderson y Bialeschki, 1991a y 1991b; Henderson et al. 1988 y Soler, 2000), lo cual se magnifica si se habla de AFDMN.

Las nociones culturales de género incluyen ideas acerca de que es inaceptable el que las mujeres se ensucien y el que actividades como cazar y pescar son consideradas tradicionalmente para los hombres (Culp, 1998), lo cual constituye un obstáculo a la práctica de ADFMN (Little, 2002). Fontecha (2002) recuerda que las mujeres españolas se han movido tradicionalmente en espacios privados o domésticos difíciles de abandonar para ellas sin ser acompañadas. Por lo que es lógico deducir que salir de los espacios tradicionalmente asignados para realizar actividades de ocio debe suponer cierta disonancia psicológica para algunas mujeres, sobretodo adultas.

Estas nociones culturales crean un conflicto de roles entre socialización y práctica de actividades de ocio (Hall, 1996), especialmente acentuado al hablar de ADFMN por las características particulares de estas actividades (Culp, 1998; Nisbert, 1988 y Santolaria et al. 1997) que obligan a las mujeres a desarrollar ciertas características masculinas si quieren destacar en la práctica de estas actividades. En el contexto español, a muchas de las mujeres aragonesas entrevistadas en el curso 1994-95 (Diputación Territorial de Aragón, 1997) se les atribuyeron en algún momento caracteres masculinos lo cual les hizo sentirse alejadas de su condición de mujer.

Henderson et al. (1988) realizaron un estudio clásico en el cual encontraron relaciones significativas entre los problemas relacionados con la imagen corporal percibida y la personalidad de las mujeres encuestadas. Estas autoras demostraron que aquellas con personalidades andróginas o masculinas se sienten su ocio menos constreñido que las que tienen personalidades femeninas. En este estudio, encontraron que la apariencia física y la imagen corporal era una gran dificultad para el ocio de las mujeres.

Algunas mujeres se alejan de la práctica de AFD y AFDMN por miedo a sentirse menos femeninas si realizan estas actividades. Entre las que siguen practicando a pesar de esto, muchas aceptan ese miedo a perder su condición femenina como algo normal, por lo que los estos miedos se hacen inconscientes y no se enfrentan a ellos (Henderson, 1991). Este fenómeno sucede también con el temor a sufrir algún tipo de agresión física cuando se practican AFDMN, como se ve en el apartado siguiente.

3.3.7. MIEDO A SUFRIR AGRESIONES

El miedo a sufrir algún tipo de acoso o agresión física durante la práctica de actividades de ocio al aire libre constituye un obstáculo específico de las mujeres que disuade a muchas de practicar AFD solas, en espacios abiertos, por la noche, al anochecer o en estaciones del año con pocas horas de luz (Ewert, 1988; Henderson, 1991; Henderson y Bialeschki, 1991b y 1993b; Henderson et al. 1988 y Woodward et al. 1989). Este problema se ve incrementado por la dificultad de encontrar compañeros de práctica con quienes hacer estas actividades y por las reticencias de las parejas a dejar que sus mujeres salgan solas a espacios abiertos para realizar actividades de ocio (Henderson y Ainsworth, 2000).

El miedo a estar fuera y solas es consecuencia del proceso de socialización que reciben muchas mujeres y éste es suficiente para que algunas actividades físicas queden descartadas sólo por esa razón (Henderson y Bialeschki, 1993b). En el caso concreto de la práctica de AFDMN, estas preocupaciones por la seguridad aumentan enormemente por las especiales características del medio natural que incluyen el miedo a herirse o a posibles amenazas de animales u otras personas, sobretodo cuando las mujeres están solas en la naturaleza sin compañía masculina (Culp, 1998), lo cual se incrementa todavía más si se tiene en cuenta la menor auto confianza que sufren las mujeres en general en la práctica de estas actividades.

Según Henderson (1991) y Henderson y Bialeschki (1993b), el miedo por la seguridad es una limitación antecedente e interviniente, ya que influye previamente en la toma de decisiones de hacer o no determinadas actividades de recreación y también condiciona la práctica mientras está teniendo lugar.

3.3.8. FALTA DE CONFIANZA EN UNA MISMA

Como consecuencia de las relaciones con acompañantes y la influencia de los medios de comunicación, la falta de confianza en las propias capacidades constituye un problema que afecta a ambos sexos (Crawford et al. 1991 y Jackson y Rucks, 1995). Estas dificultades son mayores en las mujeres (Raymore et al. 1994) debido a que en éstas interviene además una menor experiencia, un menor refuerzo, una comparación permanente con los hombres, y menores expectativas de éxito (Fasting et al. 2000), lo cual da lugar a una escasa auto confianza que se incrementa cuando estas actividades se desarrollan en el medio natural (Little, 2002).

En el caso de las AFDMN, investigaciones cualitativas nacionales y extranjeras coinciden en señalar que la menor confianza de las propias destrezas es una de las principales dificultades que encuentran las mujeres en general en su práctica de AFDMN (Culp, 1998 y Little, 2002). Esta menor auto confianza puede resultar incrementada por experiencias negativas o por las mayores dificultades que encuentran éstas para entrenar y poder mejorar así física y técnicamente (Santolaria et al. 1997).

Las aragonesas practicantes de AFDMN entrevistadas en el curso 1994-95 admitieron verse física y técnicamente inferiores a los hombres, existiendo por tanto una subestimación de la infravaloración física; pero también afirmaron tener una mayor capacidad de sacrificio y una mayor prudencia (Diputación Territorial de Aragón, 1997). La mayor capacidad de sacrificio y la fuerza de voluntad resultan importantes para diseñar estrategias de superación de estas dificultades como se ve más adelante. La prudencia, necesaria en todas las AFDMN constituye un problema en ciertas actividades de difícil accesibilidad donde el nivel de compromiso resulte decisivo.

3.3.9. FACTORES ECONÓMICOS

Ya en los años 80, los primeros estudios que indagaron sobre las dificultades de género en AFD y de ocio observaron que las mujeres se encontraban particularmente desfavorecidas respecto al hombre al disponer de menores ingresos económicos, constituyendo esto una de las limitaciones de género más frecuentemente encontradas por investigaciones como las de Deem (1982), Henderson et al. (1988), Jackson (1988) y Searle y Jackson (1985).

A partir de la década de los años 90, multitud de estudios centrados en las diferencias de género en este aspecto han observado como las mujeres poseen una menor capacidad de gastar dinero que los hombres, (Deem, 1984; Fasting et al. 2000; Henderson, y Bialeschki, 1991 y Shaw, 1994). Esto ha sido observado en mujeres de todas las clases sociales por Kay y Jackson (1991), indo americanas y africano americanas (Henderson y Ainsworth, 2000 y Dattilo et al. 1994), en británicas entre 13 y 23 años por Coakley y White (1992) y entre 18-60 años por Woodward et al. (1989). Estos últimos autores justifican la menor utilización de los espacios abiertos de las mujeres respecto a los hombres como consecuencia de sus menores ingresos económicos, ya que consideran que las actividades interiores tienen un coste menor.

Volviendo con Deem (1984), tanto en hogares que dependen del sueldo del hombre como donde el dinero llegue de ambas partes, es relativamente común que se obstaculice a las mujeres el acceso al ocio fuera del hogar y que éstas tengan que pedir el dinero común para gastos de ocio personal. Obviamente, las mujeres que ganan su propio salario están en una posición más fuerte en la negociación sobre el acceso al ocio, ya que se sienten con derecho a tener algún tiempo y dinero personal para dicho ocio (Deem, 1984).

Los resultados de Deem deben ser tomados con reservas en este contexto por su país de procedencia y su fecha de obtención. Un estudio más cercano es el de la encuesta publicada por Vázquez (1993), que mostró como las mujeres practicantes de AFD poseen mayoritariamente un status ocupacional alto y medio, por lo que se deduce que las de status bajo tienen mayores dificultades para practicar AFD debido, posiblemente a sus menores ingresos económicos.

Con las dificultades provenientes de los menores ingresos económicos, Santolaria et al. (1997), sostienen que debido a la socialización, las mujeres practicantes de AFDMN utilizan el dinero de modo diferente a los hombres: *“También está claro que las mujeres tenemos, o mejor nos creamos más necesidades que los hombres; algo que en algunos casos y debido al elevado coste del material, nos pone en la tesitura de la elección (peluquería, maquillaje, ropas...)”* (Santolaria et al. 1997, p: 53^a).

Llama la atención la siguiente reflexión en torno a los ingresos económicos surgida al unir resultados de algunos estudios. Raymore et al. (1994) comprobaron que el nivel de ingresos no estaba relacionado con la percepción de dificultades estructurales en la práctica de actividades de ocio percibidas; Raymore et al. (1994) considerando que los problemas de tipo estructural están más directamente relacionados con los ingresos, tanto directa como indirectamente (transporte, material costoso...). Si esto resulta cierto, quienes logren superar las dificultades intrapersonales e interpersonales, no deben estar encontrando grandes problemas en lo referente a falta de medios económicos para salir al campo, por lo que se concluye que la falta de medios económicos es muy fácil de superar cuando se está realmente dispuesto a realizar esa actividad.

^a Se considera que esta afirmación es una reflexión personal de las autoras sin verificar por ningún estudio.

Por lo concluido en el párrafo anterior, se vuelve a constatar la importancia que tiene la motivación a la hora de relativizar o incrementar los problemas que restringen o impiden la práctica de AFDMN, como se examina en el apartado dedicado a tal efecto.

Siguiendo con la relativamente fácil superación de las dificultades económicas y volviendo al estudio con mujeres aragonesas practicantes de AFDMN, si se está lo suficientemente motivado, se observa como las participantes más jóvenes (y supuestamente con menores ingresos^a) son quienes más practican actividades de difícil accesibilidad (las cuales exigen materiales de alto precio), por lo que se vuelve a deducir que el nivel de ingresos no es un condicionante de la práctica de estas actividades si se está lo suficientemente motivado.

Ciertamente, una de las características las AFDMN es la utilización de materiales complejos (recuérdese que durante un tiempo fueron definidas como deportes tecnológicos). Pero esto no siempre es así, ya que actividades más populares como andar a un nivel básico no cuestan mucho, por lo que podría darse el caso de que personas con escasos recursos económicos salgan al medio natural porque no pueden afrontar otras más caras (De Vries et al. 1996). En el otro extremo, practicantes de determinadas actividades sofisticadas pueden ver sus deseos de participación en estas modalidades restringidos como consecuencia de los menores recursos económicos.

Del párrafo anterior se deduce que la práctica de determinadas AFDMN se ve más constreñida que otras (Samdahl y Jekubovich, 1997) y también que la falta de recursos económicos debe ser valorada en función de la actividad que se pretenda realizar, lo cual va en la línea de De Vries-et al. (1996) cuando afirman que *“Las personas que mencionan la falta de dinero como dificultad seria pueden diferir mucho en cuánto dinero tienen que gastar en sus actividades de ocio.”* p. 121

^a Jackson y Henderson observaron en 1995, como las dificultades por recursos económicos van disminuyendo conforme sube la edad.

Ciertamente, las dificultades financieras constituyen un importante impedimento a la hora de realizar cualquier actividad de ocio físicamente activo. En las últimas partes del marco teórico se observa como uno de los estudios clave para abandonar la idea de que la existencia de problemas siempre llevaba a la ausencia de participación (Kay y Jackson, 1991), constataron que las cuestiones financieras son un obstáculo absoluto para una minoría muy pequeña.

3.3.10. PROBLEMAS DE ACCESO Y TRANSPORTE

En función del grado de consolidación social de un deporte, el camino para su práctica puede estar ya abierto o no. Actividades convencionales como tenis, fútbol o balonmano, se caracterizan por tener el camino hacia su práctica ya establecido, de modo que quien desee practicar esta actividad sabe que uniéndose a un club va a recibir entrenamiento, grupo de práctica, competición reglada transporte etc. En el caso de las AFDMN esta práctica no es tan sencilla, ya que implica superar problemas intrínsecos a estas actividades como es el caso de los medios de transporte.

Una de las características de las AFDMN es que su práctica requiere desplazamientos importantes, difícilmente compatibles con la falta de movilidad y aislamiento doméstico que sufren algunas mujeres, sobretodo adultas. Estos factores han sido identificados como barreras y dificultades de género hacia la práctica de actividades físico deportivas y de ocio dentro y fuera del medio natural por autores como Culp (1998), Deem (1982), Fasting et al. (2000), Little (2002), Mee (1990), Searle y Jackson (1985), Shaw (1994) y Vázquez (1993).

Jackson y Henderson (1995) observaron que estas dificultades van reduciéndose conforme avanza la edad, aunque debe señalarse que el estudio realizado por estos autores tuvo lugar en Canadá, país donde las distancias a recorrer pueden ser en algunos casos mayores de lo que son en España.

La lejanía de la residencia respecto al medio natural es, en principio, un factor que limita la práctica de AFDMN de hombres y mujeres; así lo considera Culp (1998), quien tras entrevistar a mujeres adolescentes practicantes de AFDMN, observó que vivir en el medio urbano es visto como una complicación para salir al medio natural.

El estudio de Culp (1998) entra en contradicción con lo que afirmaron algunas de las mujeres aragonesas entrevistadas en el año 1995 por la Diputación Territorial de Aragón (1997), que fueron de la opinión de que cuanto más próxima se tiene la naturaleza, menos salidas al medio natural se realizan, por lo que se concluye que este aspecto es variable en función de la muestra y debe recibir un enfoque de investigación mediante métodos cuantitativos que profundice en ese sentido.

3.3.11. OTRAS DIFICULTADES DE GÉNERO

Los primeros estudios que examinaron las dificultades de género encontraron que las mujeres estaban particularmente desfavorecidas en el acceso a actividades de ocio respecto a la falta de oportunidades. Lo cual ha sido ratificado posteriormente por Culp (1998) y Shaw (1994). A esta falta de programas específicos debe añadirse la falta de información sobre los programas de ocio existentes, la cual afecta a las mujeres más que a los hombres (Henderson et al. 1988, Raymore et al. 1994 y Searle y Jackson, 1985).

Los problemas de salud y las lesiones también dificultan, aunque en menor medida, la práctica de actividades populares de ocio en algunas

mujeres, lo cual se refleja en entrevistas a mujeres pertenecientes a minorías étnicas estadounidenses que salen a caminar como actividad popular de ocio (Henderson y Ainsworth, 2000), en los cuestionarios de Dattilo et al. (1994) a mujeres afro americanas con sobrepeso, bajos ingresos y que trabajaban fuera de casa y finalmente, en las entrevistas en profundidad que realizó Little (2002) a mujeres practicantes de AFDMN.

La menor condición física de las mujeres respecto a los hombres también dificulta su práctica deportiva, como han señalado los estudios de Culp (1998), refiriéndose a AFMN, Jackson y Rucks (1995), en los ámbitos de AFD y AFDMN y Searle y Jackson (1985) hablando de recreación en general.

Existen otros obstáculos de género identificados por otros autores como Raymore et al. (1994) y Searle y Jackson (1985), que observaron como la timidez limitaba la práctica de actividades de ocio. La personalidad también es considerada como un obstáculo interno por Thomsson (1999) que influye negativamente en la práctica de AFD de mujeres suecas de todas las edades.

Las AFDMN están basadas en la utilización de material específico y costoso (recuérdese que durante algún tiempo ciertas AFDMN fueron denominadas deportes tecnológicos o tecno - ecológicos). La falta de material específico es un problema de género que han encontrado muchas mujeres españolas y extranjeras a la hora de practicar AFD en general (Buñuel, 1991) y ADFMN en particular (Canales y Perich, 1997; Little 2002 y Santolaria et al.1997). Hasta hace poco, los diseños y tallas estaban pensados para hombres y actualmente, la oferta de productos específicos es todavía escasa debido a la menor demanda. Los hombres puntuaron significativamente más alto que las mujeres en el coste del equipo para desarrollar actividades de ocio en general (Jackson y Henderson, 1995).

La menor necesidad de competir de las mujeres en relación a los hombres, encontrada en estudios como el de la Diputación Territorial de Aragón (1997), puede constituir una restricción u obstáculo de género

ESTADO DE LA CUESTIÓN.

en actividades o planteamientos donde haya que estar dispuestos a competir contra los elementos de la naturaleza.

Se observa, por tanto, como las dificultades que restringen la práctica de AFDMN operan en todos los planos: sociales, internos y estructurales, y que en algunos casos, las mujeres son especialmente sensibles a algunas de ellas, pero la incidencia de las dificultades en cada persona, además del género depende de otras variables como la motivación, el contexto social o la personalidad, como se expone a continuación.

CARACTERÍSTICAS DE LAS DIFICULTADES DE GÉNERO

3.4. CARACTERÍSTICAS DE LAS DIFICULTADES DE GÉNERO RELATIVAS A LAS ACTIVIDADES FÍSICO DEPORTIVAS EN EL MEDIO NATURAL

Las dificultades de género varían de modo importante en función de variables como la motivación, edad, contexto social, status socioeconómico etc. En esta línea, Jackson y Henderson (1995) mostraron que las experiencias de las mujeres en muchas categorías de dificultades en general y los problemas de tiempo en particular son incrementadas o aliviadas en función de una combinación de otras circunstancias como edad y situación familiar. En base a estos resultados, Jackson y Henderson concluyeron que la investigación sobre dificultades se beneficiaría si se incluyesen variables de tipo demográfico.

3.4.1. DIFICULTADES Y PARTICIPACIÓN EN ACTIVIDADES FÍSICO DEPORTIVAS EN EL MEDIO NATURAL

A la hora de investigar sobre la existencia de diferencias de género en cuanto a la existencia de dificultades, resulta muy importante tener en cuenta que pueden existir mayores diferencias dentro del colectivo de mujeres que entre hombres y mujeres (Henderson, 1996 y Jackson y Henderson, 1995).

Otro aspecto importante a la hora de indagar acerca de estas cuestiones en las mujeres es que cuando se interroga a éstas sobre la cuestión, ellas suelen ver las dificultades por razones de género como individuales y rara vez analizan éstas en términos de la situación general de éstas en la sociedad (Thomsson, 1999). En este sentido, en España, Puig (2001) ha observado que cuando a mujeres practicantes de AFD de alto nivel se les pregunta en cuestionarios sobre los principales problemas que encuentran, éstas suelen comentar que su práctica es menor por falta de constancia, dedicación trabajo, pero rara vez critican instituciones. Por ello esta autora opina que las mujeres ven normal esta situación. Puig también observa como en entrevistas en profundidad si aparecen estas cuestiones, lo que orienta esta tesis en lo referente a la metodología a aplicar.

Hoy en día, no existe un consenso acerca de si existe relación entre los problemas percibidos y la participación. En la revisión de la bibliografía existente se han hallado diversos puntos de vista, desde los que sostienen que la participación o ausencia de ésta no está relacionada con las dificultades percibidas, hasta los que han encontrado relaciones, tanto positivas como negativas. Por todo ello se deduce que o bien esta relación no ha sido lo suficientemente estudiada (Alexandris y Carroll, 1997), o bien varía en función del contexto sociocultural y demográfico de cada estudio, como señalaron Jackson y Henderson (1995) al comienzo de este apartado.

Independientemente del sentido de esa relación, autores como Scott y Shafer (2001) han sugerido que mientras las personas progresan en una actividad, parece haber cambios en los factores que restringen dicha participación, por ejemplo, quienes empiezan argumentan la falta de información, compañeros y equipamiento, mientras que practicantes habituales están más afectados por la masificación y la escasez de espacios naturales donde practicar. Esto puede llevar a que dentro de un mismo individuo, las dificultades influyan de diferente modo en cada fase de su práctica de AFDMN.

Además de tener en cuenta el tipo de dificultad, es necesario cuantificar la cantidad de limitadores de la práctica que están incidiendo, ya que como observaron Searle y Jackson en 1985, un único problema para salir al medio natural por si sólo no supone la inhibición de la participación, mientras que un conjunto de ellos sí.

En contraste con los estudios que han encontrado relaciones negativas entre percepción de dificultades y participación, se encuentran algunas investigaciones que observan como conforme aumenta la práctica, los problemas también van aumentando. Estudios clásicos que observaron relación positiva entre dificultades y participación en actividades de ocio son los de Jackson et al. (1993), Shaw et al. (1991), Kay y Jackson (1991)^a y Hubbard y Mannell (2001).

^a Algunos de estos estudios, que han sido criticados por estudiar un limitado grupo de obstáculos y hacer el análisis ítem por ítem (Carroll y Alexandris, 1997).

ESTADO DE LA CUESTIÓN.

Los estudios realizados por Shaw et al. (1991) y Kay y Jackson (1991) sostienen que cuantas más actividades se practican, mayor es la percepción de las dificultades asociadas a esa participación. Esto cambia claramente la asunción de que cuantos más sean los problemas percibidos, menor participación existirá (Alexandris y Carroll, 1997).

“Las dificultades pueden incluso ser advertidas más frecuentemente por participantes que por no participantes. Cualquier acto de participación potencialmente expone a las personas a dificultades que reflejan las características de la actividad. Por tanto se espera que altos niveles de dificultades puedan ser advertidas por aquellos que participen”.

(Kay y Jackson, 1991. p.312).

Como afirman Alexandris y Carroll (1997), una de las más importantes implicaciones del estudio de Kay y Jackson (1991) es la idea de que quienes participan superan sus dificultades, lo que posteriormente fue denominado por Jackson et al.(1993) como “proposición de negociación”. Esta conceptualización fue el comienzo de los estudios sobre las habilidades empleadas para superar las dificultades, como se ve en el siguiente apartado del marco teórico.

Con respecto a investigaciones que han encontrado relaciones entre percepción de dificultades y participación, Jackson y Rucks (1995), refiriéndose a las restricciones en el ocio encontradas por adolescentes de ambos sexos, sugirieron, al igual que Jackson (1983) y Jackson et al. (1993), que muchas o todas las dificultades percibidas en la participación en actividades de ocio y AFD varían en función del tipo de actividad constreñida, lo que hace difícil determinar de un modo absoluto la existencia o no de esta relación dificultades - participación y dirección.

Pero la relación no sólo puede depender de la actividad practicada, sino también del tipo de dificultades. Al exponer los problemas de tipo antecedente, se observa como la mayor parte de las dificultades y barreras antecedentes suelen actuar (y percibirse) preferentemente en las primeras fases de práctica de AFDMN, ya que una vez se ha comenzado a desarrollar una actividad regular, este tipo de dificultades comienza a disminuir.

Cuestiones como la reticencia familiar, el integrarse en un colectivo de práctica, la falta de habilidades específicas o el desconocimiento, por citar algunas, empiezan a perder importancia. Este hecho iría en la línea de que conforme aumenta la práctica de AFDMN, las dificultades percibidas van disminuyendo, al ir superándose poco a poco algunos de los problemas que condicionan la práctica.

Tradicionalmente se ha asumido que hay una relación negativa entre dificultades y participación en ocio y deporte, ya que, como es lógico, la percepción de factores que compliquen la práctica de una determinada actividad debería tener como consecuencia una incidencia negativa en la práctica de esta.

Autores que han defendido y encontrado esta relación negativa entre participación y percepción de dificultades en deporte recreacional han sido Alexandris y Carroll (1997), Carrol y Alexandris (1997) y Zhu et al. (2001). Los dos estudios de Carroll y Alexandris de 1997, que realmente son uno mismo publicado en dos artículos, además de detectar esa relación negativa, diferenciaron entre los diferentes tipos de dificultades a la hora de practicar deporte recreacional que incluía AFDMN, y observaron como este tipo de relación se daba únicamente en el caso de los problemas intrapersonales, lo cual muestra la importancia de estas dificultades respecto a las interpersonales y las estructurales, validando así el modelo jerárquico de Crawford et al. (1991).

Ciertamente, todo estudio sobre los problemas en la práctica de cualquier tipo de AFDMN debe discriminar entre tipos de dificultades y no agrupar éstas en una misma categoría. Con respecto a la población, ocurre algo similar: a la variable práctica debería añadirse el interés, ya que como se ha mostrado anteriormente, la motivación juega un papel determinante en esta cuestión. También habría que tener en cuenta el momento de práctica deportiva, como mostraron Nadirova y Jackson en 2000.

ESTADO DE LA CUESTIÓN.

El estudio de Nadirova y Jackson (2000) relacionó las dificultades con la fase de práctica y observó como en cada momento hay que encarar problemas específicos, lo cual podría explicar la falta de consenso de estudios previos que han pasado por alto esta variable. Según este estudio, la participación inicial está constreñida por falta de habilidades y costos económicos, siendo los primeros problemas que aparecen los de tipo estructural.

Siguiendo con este estudio, una vez se ha alcanzado cierto nivel de práctica, las personas empiezan a ver la intensidad o frecuencia de práctica limitada por complicaciones de tiempo, aunque la falta de éste no conlleva el cese de la participación, sino su reducción. La única causa de abandono según estos autores es la falta de habilidades que aparece cuando se comienza a conocer la actividad y se descubre que es demasiado costosa o difícil.

A modo de conclusión no se observa consenso sobre si la relación dificultades percibidas es directamente o inversamente proporcional a la participación en AFDMN. No parece lógico que la práctica aumente las dificultades percibidas, ya que entonces una participación a nivel elevado no sería posible, por lo que de toda esta cuestión se extraen los siguientes puntos:

- La relación entre dificultades percibidas y práctica depende del tipo de vinculación con las AFDMN y de las actividades realizadas, además de la edad y otros factores socioculturales.
- La ausencia de consenso puede deberse a la variabilidad respecto al contexto social investigado.
- A la hora de buscar relaciones entre dificultades y participación, es necesario diferenciar entre los diferentes grupos de dificultades existentes, así como el momento de práctica.

3.4.2. DIFICULTADES Y MOTIVACIÓN HACIA LA PRÁCTICA DE ACTIVIDADES FÍSICO DEPORTIVAS EN EL MEDIO NATURAL

Durante la descripción general de las barreras y dificultades de género, así como al profundizar en algunas de estas, la motivación fue apareciendo como un aspecto muy importante a tener en cuenta a la hora de entender la influencia de estas dificultades en la práctica de AFDMN. Este apartado se centra en esta cuestión y muestra como es precisamente esta motivación la que condiciona la importancia concedida a los problemas percibidos.

La importancia de la motivación de cara a comprender las dificultades ha ido creciendo conforme se han ido estudiando éstas últimas, hasta el punto en que Raymore (2002), entre otros autores ha criticado el que los estudios realizados sobre las cuestiones que condicionan la práctica de AFDMN han asumido que la participación siempre es deseada:

“Las aproximaciones a las dificultades asumen que la condición humana básica envuelve el deseo o necesidad de participar. Si alguien no participa en una actividad puede ser porque no puede (no participación = dificultad), y que si ellos participan es porque han superado o “negociado” las dificultades para lograr la participación (participación=dificultad superada)”

“La falta de interés, por ejemplo, es siempre vista como el resultado de dificultades intrapersonales (...) que llevan a la no participación. Pero ¿Por qué deberíamos asumir que todas las personas deberían estar interesadas en todas las formas de ocio o que los patrones de todas las vidas deberían ser iguales en cuanto a oportunidades de ocio e intereses?”

(Raymore, 2002. p 38).

La mayor parte de la bibliografía consultada coincide en señalar que existen relaciones muy fuertes entre el grado de motivación hacia una actividad de ocio y la percepción de las dificultades existentes en su práctica (Carroll y Alexandris, 1997; Iso-Ahola, 1989; Jackson et al. 1993; Jackson y Rucks, 1995; Little, 2002 y Raymore, 2002), aconsejando estos autores la inclusión de la variable motivación en cualquier estudio de dificultades hacia el ocio.

Si la motivación o el interés por realizar AFDMN es clave para percibir y enfrentarse a las dificultades que salir al medio natural conlleva, una interesante reflexión se revela en los estudios de Raymore et al. (1994) y Shaw et al. (1991); según estos autores, quienes expresan falta de interés por realizar una actividad de ocio, pueden no haber llegado al punto de considerar posibles factores que pudieran inhibir su participación. Desde el punto de vista metodológico y siempre siguiendo a estos autores, estas reflexiones significarían la exclusión en las investigaciones sobre dificultades de aquellas personas que aleguen falta de interés por realizar estas actividades, ya que no serían buenas fuentes de información.

Ciertamente, una persona no interesada en realizar una actividad probablemente no se haya planteado nunca, al menos de un modo consciente, las dificultades que debería superar para practicar esta actividad. Pero también es razonable pensar que esa falta de interés puede ser consecuencia de la influencia de una serie de problemas (Jackson, 1990). A modo de ejemplo, alguien que viva en Canarias difícilmente se mostrará dispuesto a realizar un curso de esquí de travesía debido a las evidentes dificultades estructurales que deben superarse para ello. Según este planteamiento, excluir de una investigación sobre dificultades a aquellos que aparentemente no estén interesados en participar podría significar perder una posible fuente de información en este sentido (Jackson, 1990).

Queda clara la controversia existente en estos momentos sobre si incluir o no a personas poco motivadas para realizar AFDMN en los estudios centrados en percepción de dificultades. El estudio de Carroll y Alexandris (1997) trató de dar algo de luz en esta cuestión, al diferenciar entre los diferentes grupos de problemas y su relación con la motivación.

Los resultados de los trabajos de Carroll y Alexandris (1997) pueden interpretarse de dos modos:

- Por un lado, las personas altamente motivadas percibirán menos o quizás superen mejor dichas complicaciones, lo que hará que participen más.
- La segunda interpretación es que una elevada percepción de los obstáculos hacia la participación en AFD hará que las personas consideren difícil alcanzar sus objetivos, por lo que la motivación de logro será menor. O dicho de otro modo: si se perciben muchos condicionantes que dificulten la práctica de actividades físico deportivas, la motivación hacia estas actividades y por tanto la práctica será menor (Carroll y Alexandris, 1997).

Las dos interpretaciones mostradas no son incompatibles, sino complementarias, en el caso de practicantes habituales (y por tanto con motivación), la práctica regular implica el haber eliminado ya muchas dificultades, por lo que ya no serán percibidas como tales y quien no practique por tener menor motivación todavía no se habrá enfrentado a dificultades percibidas que en el caso de practicantes habituales estarán ya superadas.

Al igual que en el estudio de Carroll y Alexandris (1997), Hubbard y Mannell (2001) mostraron que mayores niveles de motivación implicaban una mayor participación, aunque el modo en que se producía esta relación no coincidía en ambos trabajos; mientras que Carroll y Alexandris (1997) encontraron que la alta motivación disminuía la cantidad de dificultades percibidas, Hubbard y Mannell (2001) concluyeron con que la motivación no disminuía los problemas percibidos, pero sí era clave para superar estas dificultades.

Si en apartados anteriores se señala la importancia de distinguir entre diferentes grupos de dificultades a la hora de estudiar esta cuestión, es necesario observar las relaciones que tiene cada tipo de restrictor de la práctica con la motivación. Si según el modelo jerárquico de Crawford et al. (1991) (tabla 14), las dificultades intrapersonales son las más intensas, deberían estar más relacionadas con la motivación, como así constataron Carrol y Alexandris (1997), validando este modelo, lo cual no se aleja de la teoría de que las antecedentes condicionan el deseo de practicar (Jackson et al. 1990).

El estudio más completo en este sentido es el de Carrol y Alexandris (1997). Estos autores distinguieron entre las diferentes clases de dificultades (intrapersonales, interpersonales y estructurales) y encontraron una relación diferente entre motivación y cada tipo de dificultad. Según este estudio, la intensidad de la motivación en general correlaciona negativa y significativamente con la percepción de problemas en general, siendo las dificultades intrapersonales las que tienen las mayores correlaciones negativas con respecto a la motivación.

Con respecto a las dimensiones de las dificultades, Carrol y Alexandris, encontraron relaciones especialmente significativas en la falta de interés, obstáculos individuales / psicológicas, falta de conocimientos y falta de compañeros, pero no encontraron relaciones significativas entre motivación e instalaciones, servicios accesibilidad y dimensiones financieras.

En un intento de profundizar en la relación entre dificultades y motivación, es de destacar la línea de investigación que Alexandris está siguiendo en Grecia con diferentes colaboradores (Alexandris et al, 2002 y Alexandris et al 2007). Esta línea de investigación trata de establecer relaciones entre diferentes grupos de dificultades y diferentes tipos de motivación, observando que las dificultades de tipo intrapersonal tienen un gran poder desmotivador que no tienen las interpersonales y las estructurales (Alexandris et al, 2002), verificándose una vez más con esta población el modelo jerárquico de Crawford et al. (1991).

La motivación es sin lugar a dudas determinante en la percepción de dificultades, pero también juega un papel importante en la superación de estas cuestiones de la que se centra la siguiente parte de este marco teórico. Según Jackson et al. (1993), las personas activan estrategias para superar los problemas que limitan su práctica de actividades de ocio, siendo el éxito de esta negociación dependiente de la interacción entre motivación y dificultades.

3.4.3. DIFICULTADES Y CONTEXTO SOCIAL

Al exponer una por una las dificultades que afectan a la práctica de AFDMN, se matiza que algunas de las fuentes consultadas pertenecían a estudios extranjeros, por lo que la extrapolación al contexto español debía hacerse con reservas. Esto es debido a que el contexto demográfico es importante de cara a percibir los problemas que conlleva el salir al medio natural, sobretudo en lo que se refiere a cuestiones de género.

La existencia de dificultades de género en la práctica de AFD y AFDMN es debida a la influencia de los estereotipos y los roles de género, los cuales, como se ve en la primera parte del marco teórico, están condicionados por el contexto social. Todo ello hace que las investigaciones que traten de comprender la influencia de las dificultades de género que sufren las mujeres en sus actividades de ocio en la naturaleza o el ocio físicamente activo, deban tener en cuenta el contexto sociocultural en el que se realiza el estudio y la posición de las mujeres dentro de dicho contexto (Henderson, 1982, 1991 y 1992 y Shaw et al. 1991), así como un examen de las motivaciones hacia ese ocio (Henderson, 1982).

Es evidente que las restricciones por el género varían en función de los contextos sociales, pero también debe tenerse en cuenta que la situación de las mujeres en el mundo deportivo es bastante similar en los

países occidentales, sobretodo en relación en las diferencias entre los sexos (Fasting et al. 2000) y en lo referido a las dificultades de género para practicar AFDMN, ya que las mujeres occidentales, a pesar de diferencias de edad región o clase social experimentan problemas similares (Little, 2002).

Como se expone en esta tesis, muchas de las dificultades encontradas por las mujeres a la hora de practicar actividades de ocio son debidas a los roles y estereotipos de género, los cuales pueden ser combatidos con la educación; por eso no es de extrañar que se haya comprobado que cuanto más alto es el nivel educativo de las mujeres, menos problemáticas resultan para éstas los factores que restringen u obstaculizan su práctica por cuestiones de género (Searle y Jackson, 1985).

En 1994, Raymore, Godbey y Crawford, publicaron un artículo que verificó parcialmente el modelo jerárquico de Crawford et al. (1991) (tabla 14) y ha sido abundantemente citado por otros autores. Dicho estudio relacionó las dificultades percibidas por cada sexo a la hora de realizar actividades de ocio con la autoestima y el status socioeconómico.

Con respecto al status socioeconómico, este estudio observó que la percepción de dificultades de tipo intrapersonal estaba inversamente relacionada con los ingresos, ya que las personas con menores recursos económicos tendían a percibir en mayor medida los problemas de tipo intrapersonal. Sin embargo, no encontraron relaciones entre status socioeconómico y dificultades interpersonales y estructurales como habían anunciado Jackson et al. (1991) en su modelo jerárquico, por lo que este modelo quedó parcialmente verificado en el presente estudio.

3.4.4. DIFICULTADES Y RASGOS DE PERSONALIDAD

Basándose en los rasgos de personalidad de Beem (1975) y en los instrumentos para determinar esto, Henderson et al. (1988) elaboraron uno de los primeros estudios sobre las dificultades que encuentran las mujeres a la hora de realizar actividades de recreación. Este estudio, además de ser el primero que clasificó los obstáculos en antecedentes e intervinientes, añadió a su cuestionario una serie de preguntas para determinar la personalidad de las mujeres encuestadas, por lo que se pudo relacionar personalidad con percepción de problemas llegando a interesantes conclusiones respecto a los siguientes aspectos:

De las conclusiones de este estudio, se infiere que la personalidad de las mujeres influye de modo importante a la hora de percibir diferentes aspectos de las dificultades en la práctica de actividades de recreación entre las que se incluyen las AFDMN, por ejemplo, las mujeres con personalidades femeninas citaban más razones para no participar que las mujeres con personalidades más masculinas o andróginas. De acuerdo con Henderson et al. (1988), una personalidad femenina impide a las mujeres desarrollar intereses, habilidades y la seguridad para participar en un amplio abanico de actividades de ocio, entre las que están las AFDMN.

3.6. MEDICIÓN DE LAS DIFICULTADES

3.5. MEDICIÓN DE LAS DIFICULTADES

Al presentar las diferentes clasificaciones de las dificultades, se observa como originariamente se han examinado los problemas de tipo estructural o externos (probablemente por su fácil observación); y con el tiempo, las investigaciones se han movido hacia dificultades más internas como las antecedentes o intrapersonales.

Este cambio en las cuestiones a observar ha ido paralelo a la instrumentación utilizada, que básicamente ha pasado de ser únicamente cuantitativa (cuestionarios) a incluir técnicas cualitativas (entrevistas), más adecuadas para observar limitaciones de tipo interno. Según señala Jackson (2000), en el estudio de las dificultades se ha utilizado tradicional y excesivamente los métodos cuantitativos de recolección de datos; este autor señala que los métodos cualitativos deben ser incorporados en las investigaciones sobre estas cuestiones.

Uno de los mayores estudios sobre dificultades es el desarrollado por Jackson (1983) y Searle y Jackson (1985), mediante una encuesta, la cual fue mejorada años después por Jackson (1994) en su estudio sobre recreación al aire libre y por Jackson y Henderson (1995) para hacer un análisis que incluyó la variable género. Estos instrumentos han sido empleados en mayor o menor medida por autores como Culp (1998), Dattilo y Dattilo (1994), Henderson (1996), Henderson et al. (1988), Henderson y Ainsworth (2000), Jackson (1990), Jackson y Rucks (1995), Raymore et al. (1994) y Shaw (1994), lo cual muestra su validez como instrumento para medir este tipo de dificultades.

En su aplicación inicial, este instrumento era parte de un estudio diseñado y conducido por Alberta Recreation and Parks que fue enviado por correo en febrero y marzo de 1981 a 4.700 hogares (devueltos 2.425 ejemplares). Dicho cuestionario medía las dificultades a la práctica de actividades de recreación preguntando “¿Hay alguna actividad

recreacional en la que no tomes parte ahora pero que te gustaría comenzar a practicar regularmente?” (Jackson, 1983, p.50), quienes respondieron afirmativamente (1.240) indicaron la actividad mediante una pregunta abierta y posteriormente se les fue preguntado: *“¿Por qué no practicas esa actividad?”* (Jackson, 1983, p.51) y se les dio instrucciones para comprobar o revisar si cada una de las 15 razones era vista como nunca / algunas veces o a menudo un problema.

El tratamiento de los datos de este primer estudio realizado en Alberta en 1981 dio lugar a la publicación de dos artículos. Jackson (1983) comenzó por ordenar los problemas según su importancia por un sencillo cálculo de porcentajes de selección de “A menudo un problema” y tras esto, pasó a relacionar dificultades y tipos de actividad aplicando el coeficiente chi cuadrado. La segunda publicación fue realizada por Searle y Jackson (1985), en la cual, mediante porcentajes, establecieron relaciones entre estas dificultades y una serie de variables socioeconómicas de cruce como el sexo, la edad y los ingresos. La lista de actividades que deseaban practicar permitió dividir a la muestra en función de diferentes criterios como aire libre / interior, etc.

Siete años después del prolífico estudio del año 1981, el Gobierno de Alberta realizó un segundo estudio en el cual se aplicó un instrumento muy similar al anterior, pero en el cual se incluían ciertas variaciones debido probablemente a la mejora de las técnicas de análisis multivariante. Este cuestionario volvió a ser enviado por correo (devueltos 4.044) y en 1992 se hizo un segundo envío de un cuestionario idéntico recibándose 5.557 ejemplares. Por lo que esta versión mejorada del instrumento fue respondida por una muestra total de 9.601 personas.

Al igual que el trabajo anterior, los resultados de estos estudios fueron publicados en solitario por Jackson (1994), en cuyo título se habla de recreación al aire libre y una publicación de este autor junto con Henderson, autora que está especializada en temas de género (Jackson y Henderson, 1995). La única diferencia de esta segunda versión con respecto a la primera es que esta vez la importancia de cada una de las 15

dificultades fue medida mediante una pregunta tipo Likert de 4 puntos oscilando entre 1 “Nada Importante” y 4 “muy importante”.

La utilización de escalas tipo Likert oscilando de 1 “Nada Importante” y 4 “muy importante”, es frecuente en estudios que indagan acerca de las dificultades. En este sentido, Carroll y Alexandris (1997) y Alexandris y Carroll (1997) emplean este tipo de preguntas para medir la importancia de una serie de dificultades, lo que sirvió para validar el modelo jerárquico de Crawford et al. (1991) como ya se ha comentado en dos ocasiones. En este caso, este tipo de escalas también fueron sometidas a un análisis factorial, un test de fiabilidad mediante el alfa de Crombach y un tratamiento de las medias mediante pruebas T, entre otros procesos estadísticos.

En el análisis basado en el género de los datos obtenidos con este instrumento, Jackson y Henderson (1995) hablan de las limitaciones de este cuestionario a la hora de abordar cuestiones de género, las cuales se pueden resumir en el hecho de que se centra en las variables intervinientes, no en las antecedentes, que resultan especialmente importantes de cara a la mujer. *“como en casi todos los tipos de medición cuantitativa (...) puede ser que alguno de los términos específicos del cuestionario estaban redactados en términos demasiado amplios”* (p.49).

Desde una perspectiva de género, el cuestionario citado anteriormente resulta demasiado escueto al incluir únicamente 15 ítems que no incluyen dificultades que se han demostrado importantes para las mujeres como sentido de derecho al ocio, ética del cuidado, miedo a preocupaciones de seguridad, e imagen corporal. Por ello, hasta la fecha, el instrumento más exitosamente utilizado para medir dificultades de género relacionadas con el ocio físicamente activo es el clásico de Henderson et al. (1988).

“Mi frustración con los instrumentos de medición de las dificultades que no se dirigían a las peculiaridades únicas de las mujeres nos llevaron a

ESTADO DE LA CUESTIÓN.

desarrollar un nuevo instrumento para estudiar las dificultades al ocio de las mujeres hace 10 años”

(Henderson, 1997 p.456).

La población del instrumento al que se refiere esta autora estuvo compuesta por 294 mujeres relacionadas con una universidad norteamericana entre estudiantes, graduadas y personal de esa universidad. Estas autoras estudiaron la relación existente entre los rasgos de personalidad en relación al género y la percepción de dificultades de práctica de recreación, entendiendo esta recreación como *“todas los empeños en el tiempo libre que uno puede llevar a cabo como lectura de placer, deporte, socialización, actividades culturales, deportes, AFDMN etc.”* (Henderson et al. 1988, p.73). Para medir la percepción de las dificultades, diseñaron una pregunta del cuestionario seguida por una escala tipo Likert de 55 ítems valorables de 1 a 5 puntos, donde 1 era nada de acuerdo y 5 muy de acuerdo.

Los ítems fueron escogidos por una compilación de los desarrollados por autores previos, de entre los que destacan Witt y Goodale (1981), Searle y Jackson (1985) y McGuire (1984). Tras un análisis minucioso de estos tres artículos, se ha comprobado que las autoras añadieron a los ítems estándar de estos autores aquellos relacionados con el género femenino y las AFDMN.

El estudio de Henderson y cols. obtuvo un alfa global de .92 y dio como resultado 10 factores que representaban un 60% de la varianza total. Los factores obtenidos fueron los siguientes: falta de tiempo, desconocimiento, toma de decisiones, imagen corporal, preocupaciones familiares, desinterés, inadecuación social, dinero, capacidad y destreza y servicios disponibles.

Dado que este estudio se desarrolló con mujeres, no se extrajeron diferencias de género, pero si que se buscaron relaciones significativas entre las puntuaciones de estos factores y la personalidad de género de las encuestadas (andróginas, masculinas, femeninas e indiferenciada); para ello se realizó un ANOVA, usando la prueba F y post hocs para determinar estas diferencias.

El estudio de Henderson et al.(1988) ha sido citado profusamente por autores en estudios posteriores que se han basado en estos ítems para desarrollar nuevos instrumentos, aunque no hay constancia de que el cuestionario original se aplicase posteriormente en otros estudios, por lo que no se dispone de datos psicométricos que verifiquen dicho instrumento.

Se ha observado como la tendencia en la investigación cuantitativa de las dificultades es presentar un cuestionario con un listado de problemas cuantificables a través de una escala tipo Likert para luego agrupar los ítems en factores o categorías tipo antecedentes / intervinientes o similar. Jackson et al.(1993) desarrollaron un estudio clave para la comprensión de dificultades – motivación y estrategias de superación de éstas que se expondrá posteriormente. En este estudio, Jackson sugirió que el análisis de dimensiones de las dificultades es a menudo más fiable que el enfocarse en problemas puntuales, porque estos últimos pueden estar afectados por el modo en que los datos son recogidos o por la terminología utilizada, lo que constituye una clara apuesta por el análisis factorial como técnica estadística a incluir en la instrumentación.

ESTADO DE LA CUESTIÓN.

Puede observarse como existen diferencias entre lo que opinan las diferentes investigaciones respecto a aspectos importantes relacionados con las poblaciones a estudiar y la relación dificultades – participación. Estas discrepancias pueden ser debidas a dos causas: la gran cantidad de variables que influyen en los aspectos estudiados y el relativamente poco tiempo que lleva abierta esta línea de investigación.

Si el estudio de las dificultades es relativamente reciente, aún lo es más la investigación que trata de describir, analizar y clasificar los diferentes procesos mediante los cuales algunas personas logran vencer las dificultades que restringen o impiden y práctica de AFDMN. En el siguiente apartado, se presenta una revisión de los estudios que desde mediados de la década de los años 90 han ido indagando en este sentido.

ESTADO DE LA CUESTIÓN.

4. GÉNERO Y SUP. DE DIFICULTADES EN LA PRÁCTICA DE AFDMN.

4. GÉNERO Y SUPERACIÓN DE DIFICULTADES ASOCIADAS A LA PRÁCTICA DE ACTIVIDADES FÍSICO DEPORTIVAS EN EL MEDIO NATURAL

En este apartado del marco teórico, se realiza una revisión del estado de la investigación relativa a la superación de las dificultades que limitan la práctica de AFD en general y en el medio natural en particular. El género se presenta aquí como un aspecto importante a tener en cuenta, ya que de hecho, buena parte de las investigaciones realizadas al respecto han sido trabajos en los que el género ocupaba un interés central.

La primera parte de este apartado tiene como objetivo el realizar una revisión de cómo ha evolucionado en los últimos años esta línea de investigación, observándose que en muchos casos han sido autores y trabajos ya expuestos quienes han evidenciado la existencia de esas estrategias de superación de dificultades, provocando una inquietud sobre la cuestión que ha venido a iniciar una serie de investigaciones cada vez más centradas en este tema.

Posteriormente, se hace una exploración de los diferentes criterios de calificación de las estrategias, haciendo énfasis en los métodos empleados por los diversos estudios. Aunque estas cuestiones están todavía en fase de inicio, es necesario conocer los modos mediante los cuales pueden agruparse estas estrategias, ya que esto sirve para comprender mejor los datos que se presenten más adelante.

La revisión de las estrategias de superación de las dificultades continua con un análisis de sus características en cuanto a relación con los problemas percibidos y la variable motivación, que al igual que ocurrió con la percepción de dificultades es de gran importancia a la hora de activar dichas estrategias.

Este apartado finaliza con una revisión de las investigaciones más centradas en el género y las estrategias, comenzando por los estudios extranjeros y describiendo, para terminar, el estado de esta línea de investigación en España.

4.1. SUPERACIÓN DE DIFICULTADES: INTRODUCCIÓN HISTÓRICA

4.1. SUPERACIÓN DE DIFICULTADES: INTRODUCCIÓN.

En el apartado anterior, dedicado a lo que hasta ahora se ha realizado con respecto al estudio de los factores que restringían o limitaban la práctica de AFDMN, se ve como tradicionalmente, se ha pensado que si una persona encuentra una dificultad, entonces el resultado será directamente la ausencia de participación. *“Esta visión es una reliquia del periodo cuando los “Constraints” eran equiparados con barreras”* (Jackson et al. 1993, p.2).

Los primeros estudios que indagaron acerca de las dificultades que restringían o impedían la práctica de AFD o de actividades de ocio veían estas cuestiones como obstáculos insuperables, por lo que su presencia implicaba irremediabilmente la no participación (Jackson et al. 1993 y Jackson y Rucks, 1995).

A finales de los años 80 (según Jackson y Rucks, 1995) o a comienzo de la década de los años 90 (según Little, 2002) se llevaron a cabo estudios clásicos con población mixta sin establecer diferencias entre sexos como los de Jackson (1990), Crawford et al. (1991), Kay y Jackson (1991), Shaw et al. (1991) y Jackson et al. (1993). Éstos señalaron que la existencia de impedimentos no necesariamente implica que no haya participación, ya que gracias a un proceso de negociación exitoso de estas dificultades, muchas personas de ambos sexos logran participar en actividades de ocio, aunque de un modo que puede ser diferente a si no existiesen estas dificultades. (Crawford, et al. 1991, Jackson et al.1993 y Jackson y Rucks, 1995).

El propio modelo jerárquico de clasificación de las dificultades de Crawford et al. (1991) ya expuesto en esta revisión bibliográfica tuvo, según Jackson y Rucks (1995) gran importancia en la consideración de las dificultades como algo salvable. Se recuerda que este modelo clasificó las dificultades según el orden que en debían superarse, siendo las interpersonales las más difíciles de superar y las estructurales las más fácilmente eludibles.

“La participación en ocio es fuertemente dependiente de la negociación a través de una alineación de múltiples factores, dispuestos secuencialmente, que deben ser superados para mantener un ímpetu individual a través de esos niveles sistémicos.”

(Crawford et al. 1991, p.314).

Shaw et al. (1991) también comienzan a difundir cierta inquietud por la superación de las dificultades. Estos autores encuentran que de los once problemas observados, únicamente dos estaban relacionados con bajos niveles de participación, mientras que el resto, o no se relacionaban con la participación o incluso estaban relacionados con una alta frecuencia de práctica de actividades de ocio.

Al igual que Shaw et al. (1991), el estudio de Kay y Jackson (1991) revisó y descompuso la asunción no comprobada de que las dificultades llevaban siempre a la falta de participación al observar como aunque ciertamente, en algunos caso se reduce la práctica, en otros ésta no se ve afectada. Kay y Jackson (1991) comprobaron que quienes participan en actividades de ocio están igual de condicionados por las dificultades que los no participantes, siendo lo que diferencia a ambos grupos el hecho de que quienes practican han encontrado el modo de conducir, aliviar o incluso superar las dificultades, por lo que estos autores sugirieron que las personas realizan actividades de “ocio a pesar de las dificultades”, titulando así su artículo.

Por todo ello, se sostiene que este cambio en la concepción de las dificultades, así como los primeros indicios de la existencia de un proceso

de negociación fueron posibles, gracias a los trabajos de Shaw, et al. (1991) y Kay y Jackson (1991), entre otros.

Según Little (2000), hasta la publicación del artículo de Shaw et al. (1991), la mayor parte de estudios sobre dificultades sostenían que existía una relación negativa entre problemas percibidos y participación. Shaw et al. (1991) investigaron ocio físicamente activo y encontraron incluso relaciones positivas entre restricciones y participación.

Por lo expuesto hasta ahora, se observa como en 1991, las investigaciones comienzan a observar como quienes participan en actividades de ocio están tan constreñidos como quienes no participan, por lo que se empieza a hablar de negociación a través de las dificultades, destacando en este punto según Roberts (2003), los trabajos de Jackson et al. (1993), quienes publicaron el primer modelo de clasificación de las dificultades con el que se inicia el apartado siguiente.

4.2. MODELOS DE ESTRATEGIAS DE SUPERACIÓN DE LAS DIFICULTADES.

4 . 2 . M O D E L O S D E E S T R A T E G I A S D E S U P E R A C I Ó N D E L A S D I F I C U L T A D E S

Al igual que al tratar la cuestión de las dificultades, en el siguiente apartado se hace una presentación cronológica de los diferentes modelos de clasificación y funcionamiento de las estrategias de superación de las dificultades. Algunas de las teorías expuestas no pueden ser catalogadas como modelos propiamente dichos, ya que dado el incipiente estado de la investigación sobre las estrategias de superación de las dificultades, parte de la información disponible no está originada de modelos, sino de las conclusiones de otros estudios que si bien no abordaron directamente esta cuestión, si que obtuvieron resultados importantes al respecto.

Hasta mediados de la década de los años 90 y salvo el trabajo de Jackson et al. (1993), la mayor parte de la información disponible acerca de las diferentes estrategias que se utilizan para superar las dificultades se

ha obtenido de modo indirecto. En este sentido, Jackson y Rucks observaron que *“Ni el concepto ni el proceso de la negociación de las barreras han sido sometido a investigación empírica como primer objetivo en el comienzo de un estudio de investigación. Más bien, el concepto ha emergido como un marco útil para interpretación posterior de los datos recogidos para otros propósitos, y para síntesis e reinterpretación de investigación previa.”* (Jackson y Rucks, 1995, p.86.).

Como afirman Hubbard y Mannell (2001), la investigación sobre estrategias de superación de dificultades se encuentra en un estado inicial, lo que explica el que su orientación haya sido generalmente descriptiva y enfocada generalmente a identificar y categorizar estrategias de negociación más que a centrarse en ver como operan dichas estrategias. La variable sexo tampoco ha sido tomada demasiado en cuenta, ya que a excepción de las entrevistas en profundidad de Little (2002), todos los estudios mencionados en este último apartado se han realizado con población mixta sin tener en cuenta la variable sexo, lo cual muestra como el estado de las investigaciones es incipiente, sobretudo en cuestiones de género.

La motivación, como es lógico, resulta un aspecto clave para activar estrategias de superación de las dificultades; no en vano, esta variable ha estado presente desde las primeras investigaciones sobre las dificultades y antes de que se comenzase a estudiar directamente esta cuestión. Esto fue indicado ya por Crawford y Godbey (1987) al señalar que *“En el nivel estructural, si la preferencia es significativamente mayor que las dificultades percibidas, la actividad de ocio en cuestión podrá ser llevada a cabo a pesar de la presencia de esas barreras”* (Crawford y Godbey, 1987 p.124).

Este apartado se centra en presentar los modelos existentes sobre estrategias, pero antes de ello es necesario volver al trabajo de Crawford et al. (1991), el cual, aun sin ser un modelo de estrategias de superación de las dificultades, es necesario de cara a entender los modelos que se presentarán posteriormente. El modelo jerárquico de Crawford utiliza como criterio para establecer su modelo de clasificación de las dificultades el del orden en el que debían superarse estas.

Las dificultades intrapersonales (antecedentes según Henderson et al. 1988) son las más fuertes y actúan sobre el interés por realizar una determinada actividad, por lo que son las primeras que deben superarse. Una vez se han superado las dificultades intrapersonales, las estrategias de superación deben lograr vencer las interpersonales para por último superar aquellas de tipo estructural.

4.2.1. MODELO DE JACKSON, CRAWFORD Y GODBEY, 1993

El modelo jerárquico de Crawford et al. (1991) fue ampliado y revisado por Jackson et al. en 1993, los cuales sentaron por primera vez las bases de una clasificación de estrategias en función del plano donde se produce la modificación (cognitivo o comportamental), creando la clasificación que se expone a continuación.

“Las personas negocian las dificultades de varias formas. Dependiendo en parte del problema encontrado, las estrategias incluyen esfuerzos para aumentar la concienciación de las oportunidades, la adquisición de habilidades, alteraciones en el tiempo o frecuencia de la participación (incluyendo participación retrasada o reducida), o modificación de otros aspectos de la vida para acomodarse a las necesidades de ocio.”

(Jackson et al. 1993, p.4).

ESTADO DE LA CUESTIÓN.

El modelo de Jackson et al. (1993) organiza las estrategias en dos grandes grupos: cognitivas y comportamentales. Las cognitivas están basadas en modificaciones de tipo interno y su objetivo es el reducir la disonancia cognitiva, mientras que las comportamentales son modificaciones en el comportamiento visible y por tanto fáciles de observar. El paralelismo con la clasificación de dificultades de Francken y Van Raaij (1981) en internas y externas es evidente.

Jackson y sus colaboradores señalaron que las estrategias comportamentales son las más utilizadas. Es importante señalar que el modelo de Jackson es una meta investigación basada en estudios fundamentalmente cuantitativos que no tuvo en cuenta la variable género. Por este motivo queda una duda razonable sobre si en el caso de las mujeres no cobra una mayor importancia las estrategias de tipo cognitivas o interna, destinadas a vencer dificultades antecedentes o intrapersonales, tal y como sucede con las dificultades.

Tabla 16: CLASIFICACION DE LAS ESTRATEGIAS DE NEGOCIACIÓN EN EL MODELO DE JACKSON ET AL. (1993)

COGNITIVAS	▪ Ignorar a los demás. ▪ Aceptar las dificultades y dar lo mejor de mi mismo. ▪ Esforzarse. ▪ Pensar en la importancia de esa actividad. ▪ Mantener una actitud positiva y divertirse...
COMPORTAMENTALES	<u>Las que modifican aspectos ajenos al ocio.</u> ▪ Reorganizar los horarios de otras actividades. ▪ Cortar otros gastos o incrementar los ingresos. ▪ Cambiar las relaciones interpersonales. ▪ Mejorar sus destrezas. ▪ Ir a rehabilitación...
	<u>Las que modifican el propio ocio.^a</u> ▪ Alterar la duración o frecuencia de la participación etc...

^a Jackson y Rucks (1995) detectaron una ligera tendencia a utilizar este tipo de estrategias.

ESTADO DE LA CUESTIÓN.

Además de la división de las estrategias en cognitivas / comportamentales mencionada en la tabla anterior, Jackson et al. (1993) también dieron un impulso a la cuestión de la motivación, al introducir ésta dentro del modelo jerárquico en la forma de proposición de equilibrio o balance que sugiere que *“La iniciación y desarrollo del proceso de negociación son dependientes de la fuerza relativa o y interacciones entre las dificultades de participar y la motivación por esa participación.”* (Jackson et al. 1993; p.9).

La proposición de equilibrio de Jackson et al. (1993) supone tres avances en cuanto a comprensión de las estrategias de superación de dificultades:

- Se clasifican en cognitivas y comportamentales.
- Se hace por primera vez alusión a que dichas estrategias pueden incluir una modificación o ajuste en la actividad.
- Pone la variable motivación en el eje de funcionamiento del proceso de superación de las dificultades.

El modelo de Jackson y sus colaboradores (1993) (tabla 16) ha sido verificado posteriormente por múltiples estudios, de entre los que destacan Carroll y Alexandris (1997) con deporte recreativo, Hubbard y Mannell (2001) con fitness, y Alexandris et al. (2007) con esquí alpino.

4.2.2 MODELO DE JACKSON Y RUCKS, 1995

Jackson y Rucks publicaron en 1995 el primer estudio centrado totalmente en las estrategias de negociación de las dificultades. Estos autores realizaron el estudio con población adolescente sin diferenciar entre sexos y fueron ambiciosos en cuanto a instrumentación, ya que pretendieron diseñar un cuestionario capaz de medir estas estrategias, lo cual se mostró como poco eficaz, dado lo incipiente de esta línea de investigación.

Es evidente que en muchos casos existe relación lineal y directa entre dificultad → solución (p. ej.: problemas con el tiempo → estrategias para lograr más tiempo) pero en ocasiones, como mostraron Jackson y Rucks (1995), aparecen excepciones en personas que en vez de recurrir a una estrategia de negociación en la misma línea, optan por modificar sus aspiraciones de ocio, siendo precisamente esa modificación del ocio la propia estrategia *“El modo en el cual el ocio puede ser modificado es en si mismo una estrategia de negociación de las barreras.”* (Jackson y Rucks, 1995, p.103).

Según el argumento expuesto en el párrafo anterior, alguien que necesite más tiempo para irse a hacer piragüismo al Alto Tajo, no tiene por qué activar una estrategia encaminada a incrementar el tiempo disponible, sino que puede cambiar esta actividad e irse a remar al lago de la Casa de Campo, por ejemplo.

La consecuencia de esta conclusión de Jackson y Rucks es la falta de relación directa entre problema - estrategia, de modo que *“la elección de la estrategia de negociación de las dificultades no siempre puede ser precedida simplemente por conocer el tipo de dificultad encontrada”* (Jackson y Rucks, 1995, p.104.). Esto viene a corroborar la existencia de las negociaciones de tipo cognitivo expuestas por Jackson et al. 1993 y las llamadas estrategias de reestructuración de la actividad de Little (2002) que se presentan más adelante.

Considerando la importancia del estudio de Jackson y Rucks (1995), así como la utilización preferente de las estrategias comportamentales, se expone a continuación ejemplos de éstas agrupadas en los siete grupos que utilizaron estos autores:

Tabla 17: ESTRATEGIAS COMPORTAMENTALES ENCONTRADAS POR JACKSON Y RUCKS (1995)

-
- 1 Modificación del tiempo.
 - Aprovechar mejor el tiempo. Planificar con antelación.
 - Priorizar y renunciar a cosas que otras personas consideran importantes.
 - Practicar con menor frecuencia.
 - Dejarlo temporalmente para recuperarse de lesiones.
 - Renunciar a horas de trabajo.
 - Ser voluntario para trabajar como instructor de lo que me gusta.
 - 2 Adquirir destrezas.
 - Ir a una escuela deportiva. Pedir la ayuda de un instructor.
 - Practicar más hasta que funcione.
 - 3 Cambiar relaciones interpersonales.
 - Encontrar amistades con aficiones comunes.
 - Conseguir que otros me lleven cuando mis padres no pueden.
 - Hablar más para vencer mi timidez.
 - 4 Mejorar finanzas.
 - Aumentar mis ingresos (pedir prestado o encontrar un trabajo).
 - Gastar mejor (hacer un mejor presupuesto).
 - 5 Terapia física.
 - Cambiar una sesión de ocio por una de fisioterapia.
 - Llevar un inhalador (asmática).
 - Seguir practicando pero con tratamiento.
 - Nadar evitando algunas brazadas.
 - 6 Cambiar las aspiraciones de ocio.
 - Colocar una canasta en el patio de atrás.
 - Irme a mi casa.
 - Jugar con mis amigos.
 - Mirar la televisión.
 - Ir a montañas más pequeñas si me asustan las grandes.
 - Improvisar con el escaso equipamiento disponible.
 - 7 Otras.
 - Encontrar una forma de llegar.
 - Demostrar a los chicos que piensan que no soy lo suficientemente dura que puedo controlar mi cuerpo tan duramente como ellos.

Para obtener este listado de estrategias de negociación, Jackson y Rucks fueron ambiciosos en cuanto a metodología y trataron de diseñar sin éxito en el año 95 el primer cuestionario para medir éstas mediante preguntas cerradas. La medición cuantitativa de estrategias de superación de estas cuestiones se ha mostrado altamente compleja, hasta el punto que el primer cuestionario ha aparecido en 2001 (Hubbard y Mannell^a, 2001),

^a Estos autores señalaron que en su revisión bibliográfica no encontraron ninguna medición cuantitativa de las estrategias de superación de las dificultades.

centrado en ocio en general. Focalizar el objeto de estudio en las AFDMN un reto que autoras versadas en estas cuestiones como Henderson llevan tiempo persiguiendo.

“Toda la teoría del ocio y los instrumentos cuantitativos de medición debe continuar su proceso de evolución para contribuir a la base de conocimientos que estamos creando Por ejemplo, mis colegas y yo estamos actualmente trabajando en un cuestionario cuantitativo que mida la superación de las dificultades, aunque todavía no ha sido lo suficientemente satisfactorio.”

(Henderson, 1997. p.456).

Conscientes de que no había ningún instrumento previo al respecto, Jackson y Rucks aplicaron previamente un cuestionario piloto en el que uno de sus objetivos consistía en *“Proveer datos preliminares que pudieran ser utilizados para generar listas de comprobación precodificadas de actividades, barreras encontradas y estrategias”* (Jackson y Rucks, 1995 p.89). Según cuentan los propios autores, *“El resultado más importante del estudio piloto fue nuestra comprensión de que sería prematuro desarrollar listas de comprobación de actividades, barreras y estrategias de negociación”* (p.89), por lo que decidieron continuar su investigación utilizando en el cuestionario piloto las mismas preguntas abiertas que en el cuestionario definitivo.

De la lectura del artículo de Jackson y Rucks (1995) se deduce que el investigar cuantitativamente las estrategias de superación de las dificultades es un objetivo pendiente, ya que un cuestionario, por muy bien diseñado que esté, no llegará a medir las importantes cuestiones de índole psicológico o interno que subyacen a las estrategias de superación de las dificultades, por lo que a fecha de hoy, la mejor aproximación hacia esta cuestión es a través de herramientas cualitativas.

Siguiendo con el trabajo de Jackson y Rucks (1995), éste resulta especialmente interesante por ser el primero en intentar estudiar las estrategias desde un punto de vista cuantitativo. Otra aproximación diferente es la cualitativa, que al igual que en el caso de las dificultades

parece más adecuada para aportar información sobre estrategias de tipo cognitivo o internas.

4.2.3. MODELO DE CARROLL Y ALEXANDRIS, 1997

El trabajo de Carroll y Alexandris (1997), aunque centrado en la medición cuantitativa de las dificultades, también observó que la participación regular podía estar asociada a altos niveles de complicaciones percibidas. Esta afirmación llevó a estos autores a entrar en la cuestión de las estrategias de superación de las dificultades y afirmar que debía existir una negociación subyacente que podía incluir modificación del tiempo, adquisición de destrezas o cambios en relaciones interpersonales o en aspiraciones de ocio.

Carroll y Alexandris también aprovecharon sus datos para examinar la proposición de equilibrio que Jackson y sus colaboradores habían lanzado en 1993 sobre motivación y estrategias, llegando a la conclusión de que *“individuos altamente motivados son menos proclives a percibir altos niveles de dificultades y que son más proclives a participar en deportes”* (Carroll y Alexandris, 1997 p.296), con lo que se verificaría la proposición de equilibrio de Jackson et al.(1993).^a

El trabajo de Carroll y Alexandris se mostró como útil de cara a aumentar la inquietud investigadora sobre esta cuestión y puso de manifiesto que cualquier estudio centrado en la participación y las dificultades debía considerar las estrategias de superación de estas últimas. Desde un punto de vista metodológico, esta investigación no aporta nada relevante de cara a las estrategias, ya que estuvo centrado en la medición de dificultades.

^a Según Hubbard y Mannell (2001) esta interpretación debe ser tratado con precaución, ya que las relaciones entre motivación/dificultades/participación fueron analizadas de modo bivariados y no simultáneamente con procedimientos multivariados, por tanto no está claro si la relación entre cualquiera de las dos variables se mantendría si la influencia de la tercera se controlase. Así que no es posible concluir que la motivación aumenta la participación al reducir de algún modo la percepción de las dificultades.

4.2.4 MODELO DE LITTLE, 2000 Y 2002.

Previamente al trabajo de 2002 y comentado en los párrafos anteriores, Little publicó en 2000 un estudio de diarios y entrevistas en profundidad a mujeres australianas practicantes de AFDMN. En esta investigación se describieron y clasificaron las estrategias de superación de las dificultades en dos grupos: estrategia de salida y de acceso.

Las estrategias de salida son utilizadas por una minoría de mujeres y pueden llevar al cese de las actividades. Consisten principalmente en “lamentar dejar de practicar estas actividades y no luchar contra las dificultades” o en “aceptar la situación y pensar en posibles oportunidades futuras” o “recordar esa práctica para mantener una conexión con estas actividades”.

Las estrategias de acceso son las más comunes, hacen conscientes a las personas de sus propias necesidades de AFDMN y les hacen mantener una actitud positiva. Posibles estrategias de acceso son las siguientes:

- Priorizar las actividades mediante organización del tiempo y el trabajo dentro y fuera de casa.
- Reorganizar las propias AFDMN o aprender otras actividades^a.
- Acceder a clubes o implicar a la familia para ahorrar tiempo, dinero o conseguir compañeros.
- Comprometerse con la actividad y ajustar su intensidad y frecuencia para poder practicarla.
- Sustituir la actividad por otra similar.
- Anticipar el regreso a la práctica de esta actividad, lo que implica ver la falta de AFDMN como un estado temporal.

De este listado de estrategias, la más frecuentemente encontrada en investigaciones precedentes es la de modificación o ajuste de la actividad para compatibilizarla con los problemas. Ejemplo de ello es el estudio de Nadirova y Jackson (2000), quienes observaron que las dificultades, más

^a El cambio de actividad como respuesta para superar las dificultades fue observado en ese mismo año por Fasting et al. 2000, p 107, “*Algunas de las madres entrevistadas cambiaron de deporte*”

que bloquear la práctica absoluta, inhiben la frecuencia o intensidad en las actividades cuando existe al menos algún nivel de participación.

El trabajo de Little (2000) resulta especialmente interesante para esta tesis por varios motivos:

- Tiene en cuenta la variable género (aunque hubiese sido más interesante un trabajo con población mixta).
- Entra a valorar cuestiones de tipo psicológico.
- Se hace una aproximación cualitativa hacia este tema, lo cual parece ser mejor desde un punto de vista metodológico.

La orientación metodológica utilizada debió satisfacer a la autora, ya que su siguiente estudio publicado sobre esta cuestión estuvo basado en entrevistas en profundidad, como se ve en el párrafo siguiente.

Al igual que su estudio de 2000, las siguientes entrevistas en profundidad de Little (2002)^a, resultan especialmente importantes en este trabajo por tres motivos: por un lado se centra en las AFDMN de mujeres, por otro proporciona una clasificación interesante y sobretodo, introduce la noción de equilibrio en la negociación de las dificultades. Según esta autora, el equilibrio entre el tipo de estrategia elegida está influido por la interacción entre la fuerza de la motivación y la percepción de las dificultades percibidas.

Little (2002), aplicando una vez más técnicas cualitativas, introdujo como principal aportación la propuesta de que los métodos de negociación no son estáticos, ya que según evolucionen sus circunstancias, las mujeres negociarán de un modo determinado. Cuando las dificultades son leves ellas recurren a estrategias de refuerzo de sus actividades y reestructurando las mismas actividades cuando las restricciones son mayores, según puede observarse a continuación.

^a Consulta Sport Discus Enero 2004 el único artículo que aparece con los outdoor y negotiation en cualquier lugar es el de Little 2002

Tabla 18.: MODELO DE CLASIFICACIÓN DE LAS ESTRATEGIAS DE NEGOCIACIÓN DE LITTLE (2002)



En la tabla superior, puede apreciarse como el tipo de estrategias empleadas depende en buena medida de la intensidad de las restricciones percibidas, además de la motivación en juego. Estos dos factores, dificultades y motivación, son el eje del modelo de Little (2002) y como ya viene mostrándose, son aspectos que toda investigación que aborde las cuestiones vistas en esta tesis debe tener en cuenta.

Según el modelo de Little, dentro de las estrategias destinadas a reforzar la participación en la actividad elegida, se puede optar por priorizar ésta mediante una mejor gestión del tiempo. Para que esto se produzca, es necesario que las mujeres reconozcan la importancia personal de estas actividades, lo cual suele ocurrir tras cambios importantes como la emancipación de los hijos, el abandono del mercado laboral o la superación de una lesión o enfermedad.

También puede aumentarse el compromiso con estas actividades, de modo que las mujeres logran continuar practicando estas actividades restringidas por obstáculos como el cuidado de los niños, la falta de equipo y dinero etc. A diferencia de la estrategia anterior, aquí se produce un ajuste de las actividades alterando la intensidad o frecuencia de las AFDMN, cambiando la planificación para ir con otros, ir en grupos...

Cuando las dificultades son demasiado elevadas, las mujeres pueden reestructurar las AFDMN practicadas temporalmente de dos modos: o cambiando el concepto mismo de ocio en la naturaleza (aventura creativa), para dar cabida a actividades más compatibles con las

circunstancias personales, o si las dificultades son máximas (embarazo, crianza de los hijos...), un último modo de superar éstas pasa por seguir estrategias de anticipación, las cuales implican asumir la interrupción en la práctica como un estado temporal, quedando el tiempo de interrupción de la práctica para planificar nuevas actividades.

Es indudable que los factores motivacionales pueden intervenir en el modo de encarar las dificultades que restringen la práctica de actividades de ocio físicamente activo (Jackson et al. 1993). El modelo de Little (2002) también tiene el mérito de situar el papel de la motivación dentro del proceso de negociación de las dificultades. Una motivación fuerte lleva al refuerzo de la práctica de AFDMN, mientras que si ésta es débil, la práctica se verá reestructurada y por tanto será parcialmente atenuada.

Es posible que la discrepancia en lo referente a la relación entre percepción de dificultades y participación sea debida a que estos estudios no han contado con la variable motivación. Si el deseo de práctica es lo suficientemente alto, las personas tenderán a buscar el modo de superar las dificultades que les restrinjan o impidan practicar actividades físico deportivas. *“Las mujeres con un compromiso fuerte con el deporte intentan mantenerse en forma después de tener hijos”* (Fasting et al. 2002 p.111.) (subrayado añadido).

Puede verse como, tras el relativamente infructuoso intento de Jackson y Rucks (1995) por estudiar la superación de dificultades mediante una aproximación cuantitativa, la metodología que prima en los estudios centrados en las estrategias de superación de estas cuestiones es la cualitativa (Little, 2000 y 2002). Los trabajos basados en encuestas son útiles para resaltar las dificultades, pero no profundizan lo suficiente en estas (Fasting et al. 2000). Para el estudio de las estrategias de superación de dificultades sucede algo similar, la metodología más eficaz

parece ser la cualitativa por su mayor nivel de profundización y potencial para aproximarse a cuestiones inconscientes.

4.2.5. MODELO DE HUBBARD Y MANELL, 2001

El segundo intento por aproximarse cuantitativamente a las estrategias de superación de dificultades fue llevado a cabo por Hubbard y Manell (2001). Este trabajo realizó una extensa revisión sobre los estudios publicados y planteó como hipótesis, varios modelos de funcionamiento de las estrategias que fueron comprobados con técnicas estadísticas que acabaron verificando uno de los modelos planteados.

Una de las más valiosas aportaciones del trabajo de Hubbard y Mannell (2001) es la instrumentación, ya que por primera vez aplica un cuestionario cerrado para medir las estrategias de superación de las dificultades. Estos autores cuantificaron la superación de las dificultades mediante una pregunta tipo: "*¿Con que frecuencia has utilizado o has intentado utilizar cada una de estas estrategias para superar las dificultades a la hora de hacer ejercicios en el lugar de trabajo y el tiempo de ocio físicamente activo?*" Tras esta pregunta se presentó una escala tipo Likert de 35 ítems, la cual clasificaba las dificultades en las cuatro categorías siguientes:

- Organización del tiempo: enseñar a las personas en casa a ayudar en las tareas de casa, acortar las actividades, madrugar...
- Adquisición de habilidades: aprender nuevas actividades, hacerlo lo mejor posible, pedir ayuda...
- Coordinación intrapersonal: intentar encontrar personas con intereses similares, participar en actividades con individuos de mi mismo sexo...
- Fuentes financieras y estrategias: presupuestar el dinero, no gastar más de lo necesario, improvisar con el equipamiento que tengo...

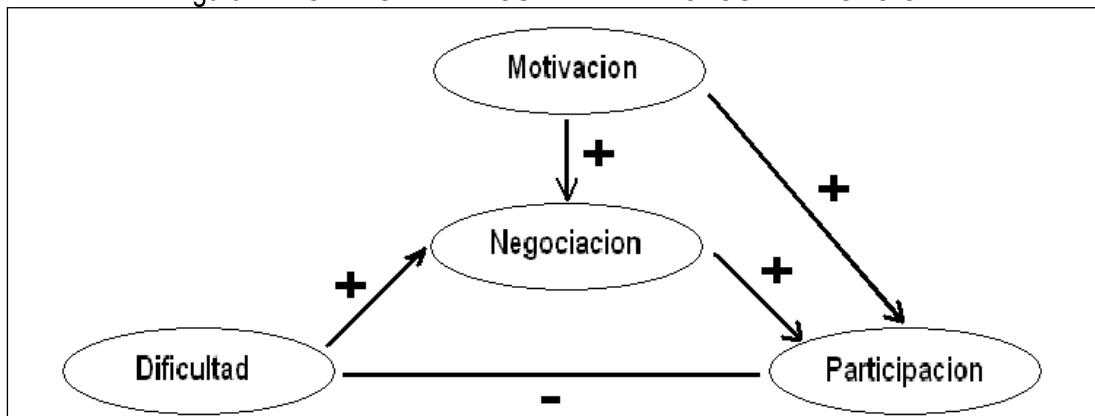
El segundo avance del artículo de Hubbard y Mannell fue la revisión y verificación de las diferentes teorías existentes sobre el papel de la

ESTADO DE LA CUESTIÓN.

motivación en el conjunto dificultades – participación - estrategias. Para ello, estos autores plantearon cuatro hipótesis o modelos basadas en la investigación previa existente y trataron de verificar cada uno de ellos.

De los cuatro modelos propuestos y revisados, se verificó el llamado modelo de “Dificultad – efectos – mitigación”. Este modelo se basa en la hipótesis de que el encuentro con las dificultades activa unos mayores esfuerzos para superarlas, de modo que, aunque los problemas sigan actuando para disminuir el nivel de participación, los esfuerzos activados pueden completamente contrarrestar o mitigar sus efectos negativos, o al menos reducirlos en cierto grado.

Figura 1: MODELO DE DIFICULTAD – EFECTOS – MITIGACIÓN



FUENTE: Hubbard y Mannell, 2001 p.148.

ESTADO DE LA CUESTIÓN.

El modelo de dificultad – efectos – mitigación fue verificado al no encontrarse relaciones estadísticamente significativas entre motivación general y dificultades, demostrando, además de la importancia de la superación de las restricciones a la práctica, que a mayor compromiso para participar, mas grandes serán los esfuerzos por superar las dificultades y para practicar AFD.

Los resultados de la investigación de Hubbard y Mannell (2001) confirman de este modo la proposición de equilibrio o balance de Jackson et al. (1993), según la cual la superación de las dificultades depende de las interacciones entre las propias dificultades y la motivación.

El avance realizado por Hubbard y Mannell resulta considerable; no obstante, la aplicabilidad en esta tesis de su instrumento resulta desaconsejable y sus conclusiones deben ser tomadas con reservas, ya que además de estar contextualizado fuera de España, no se ha centrado en AFDMN, sino en actividades de mantenimiento en centros de fitness y sus análisis no incluyen la variable sexo como categoría de análisis.

SUPERACIÓN DIFICULTADES

4.3. MEDICIÓN DE LAS ESTRATEGIAS DE SUPERACIÓN DE LAS DIFICULTADES

Pese a la escasez de estudios centrados en la superación de dificultades en el caso de las mujeres, sí es posible encontrar estudios que analizando los problemas y la participación observan que las mujeres logran superar estos problemas negociando a través de éstas mismas (Henderson y Bialeschki, 1993; Henderson 1996; Henderson et al. 1988; Jackson, 1990; Shank, 1986 y Woodward et al. 1989).

Shank (1986) y Henderson et al. (1993) realizaron sendos estudios con mujeres sin y con minusvalías respectivamente, centrados en el estudio de las acciones que tomaban, en respuesta a las dificultades a la recreación que experimentaban y ambas llegaron a conclusiones similares. A grandes rasgos, detectaron tres grandes tendencias: dejar de practicar estas actividades (decisión bien o mal llevada según cada subgrupo), modificar parcialmente la práctica y seguir practicando a pesar de las dificultades. Todo ello sirve para intuir posibles modelos de clasificación de las estrategias, en función de que se cambie el comportamiento visible o la actitud mental, o si se modifica o no la actividad restringida.

Otros autores que observaron posibles indicios de estrategias de negociación al comparar las dificultades con la práctica de actividades deportivas y recreativas fueron Woodward et al. (1989) y Jackson (1990). El estudio de Woodward et al. observó que en las mujeres británicas, el marido tenía un efecto más negativo sobre la participación en AFD y recreación física que la llegada de los niños, lo cual, según estos autores indica que las madres se organizan mejor para hacer AFD que las mujeres sin hijos. Jackson, por su parte, realizó un estudio clásico a la hora de cambiar la concepción de las dificultades como insuperables (Jackson y Rucks, 1995) al descubrir que muchas mujeres canadienses pueden ajustar sus expectativas de ocio en función de sus circunstancias a través de algún tipo de negociación con estas.

El trabajo de Jackson y Rucks (1995) fue el primer intento de medir cuantitativamente las estrategias de superación de las dificultades, cuestión que no fue lograda quedando su cuestionario definitivo reducido a una serie de preguntas abiertas y un recuento de las estrategias mencionadas. Hubbard y Mannell (2001) fueron más allá con una escala de tipo likert que no lograron analizar factorialmente y Alexandris et al (2007) publicaron el primer estudio que utilizó una escala apta para su análisis factorial. Es de esperar que con el tiempo, estos instrumentos vayan mejorando en cantidad y calidad.

Como se ha señalado con anterioridad, la falta de investigaciones sobre estas cuestiones en España, ha motivado que gran parte de la bibliografía encontrada provenga de otros países, por lo que a la hora de extrapolar los resultados al contexto español haya que proceder con precaución.

De la revisión de la evolución que han seguido las investigaciones acerca de estas cuestiones, se deduce que para comenzar a realizarse estudios centrados en las estrategias de negociación de dificultades, debe haberse formado una cierta masa crítica de trabajos que muestren como la presencia de problemas no siempre conlleva la disminución o ausencia de práctica; sólo a partir de entonces, puede surgir un interés por llevar a cabo estudios centrados en este fenómeno y su posterior medición.

En España, poco a poco van acumulándose estudios mixtos y centrados en el género que van sugiriendo la existencia de algún tipo de proceso de negociación de las dificultades. Ejemplos de estos indicios de estrategias pueden deducirse más o menos directamente de las encuestas a hombres y mujeres de García Ferrando (2001) o las investigaciones cualitativas y cuantitativas centradas en mujer llevadas a cabo por Fasting et al. (2000) y Vázquez (1993). Estos estudios son expuestos a continuación.

Dentro de los trabajos con población mixta, García Ferrando (2001) observó en su encuesta del año 2000 que el sexo no tiene nada que ver con los abandonos de la práctica de AFD, ya que se producen los mismos abandonos en hombres que en mujeres. Teniendo en cuenta que las mujeres encuentran más dificultades que los hombres, de los resultados de las encuestas de García Ferrando, es lógico suponer que en estas deben existir ciertas estrategias de superación de las dificultades.

Al igual que ha ocurrido en el extranjero, los trabajos que más han puesto de manifiesto la existencia de posibles estrategias de negociación en España son aquellos centrados la práctica de AFD por parte de la mujer, destacando el estudio que Vázquez (1993) realizó acerca de las actitudes y prácticas deportivas de las mujeres españolas. Esta autora observa como a pesar de los impedimentos que limitan la participación de AFD en general de las mujeres, su práctica es más estable que la de los hombres y su tasa de abandonos es menor.

Siguiendo con el estudio anterior, a pesar de la doble jornada, las mujeres consiguen organizarse para practicar AFD en días de diario en mayor proporción que los hombres, que lo hacen predominantemente los fines de semana. Todo ello, unido a una buena motivación de las mujeres hacia las AFDMN, las lleva a desarrollar una fuerte capacidad de organización para no dejar su actividad a pesar de los obstáculos existentes (Vázquez, 1993), lo cual no es sino una estrategia de superación de las dificultades catalizada por la motivación.

En los estudios sobre estrategias de negociación de las dificultades se observa cierto paralelismo en la evolución seguida en Norteamérica y España. En EE.UU. y Canadá ha surgido una cierta inquietud por las estrategias de superación de dificultades derivada de estudios cuantitativos, seguida de trabajos cualitativos que han utilizado las entrevistas en profundidad.

En España, aunque los estudios disponibles son menos numerosos y esta cuestión se encuentra en fase inicial de investigación (generación de cierta inquietud, no estudio directo), podría observarse como a las aproximaciones cuantitativas de Vázquez (1993) y las encuestas de García Ferrando que encuentran indicios sobre esta cuestión, le siguen estudios cualitativos (entrevistas) que sin tener la cuestión de la negociación de las dificultades como objeto directo de investigación, sí que aportan información al respecto; éstos son los trabajos de Prats et al. (1995) y de Fasting et al. (2000), de los cuales se trata a continuación.

Prats et al. (1995) llevaron a cabo un estudio sobre el tiempo libre de las mujeres barcelonesas que observó como las mujeres forzadas a compaginar trabajo fuera del hogar con tareas domésticas conseguían organizarse para conseguir tiempo libre mucho mejor que las mujeres que no tenían que trabajar fuera de casa. Esta mejor organización surge claramente de la necesidad personal de compaginar estos dos trabajos, lo que les lleva a diseñar unas estrategias de rentabilización o ahorro de tiempo que en este estudio se definieron como “Estrategias de supervivencia”, a las que se dedicó un apartado entero.

Dentro de estas estrategias de supervivencia, Prats et al. (1995) hablan básicamente de organización, la cual se plantea en diferentes dimensiones:

- Organización familiar: reparto de tareas, recurrir a abuelos y abuelas...
- Organización individual: planificación de recorridos estratégicos en los desplazamientos, privarse del tiempo propio de aseo, sueño, alimentación...
- Recurrir a nuevas tecnologías y servicios del hogar (congelados, comidas preparadas...)
- Recurrir a profesionales del cuidado (canguros, residencias de ancianos...)
- Aplicación de estrategias empresariales a las tareas del hogar (agendas...)
- Programar el tiempo libre como una actividad más (priorización de la actividad).

El paralelismo entre las estrategias escritas por las entrevistas de Prats y sus colaboradores con las entrevistas en profundidad de Little (2000) es patente, lo que muestra que no existen tantas diferencias en esta cuestión entre los países occidentales. Esto resulta un dato alentador de cara a poder utilizar la bibliografía extranjera de este marco teórico en este estudio.

Prats et al. señalan la necesidad de compaginar la doble jornada como el desencadenante de la activación de unas “estrategias de supervivencia” que no aparecen en la misma medida cuando las mujeres no trabajan fuera de casa. Según los estudios sobre la motivación y AFDMN expuestos, la motivación hacia las AFDMN va a ser clave para la superación de estas AFDMN del mismo modo que la necesidad ha sido clave para conseguir tiempo en el estudio de estos autores.

Fasting et al. (2000), en sus entrevistas en profundidad a mujeres de diferentes países europeos encontraron que la mayor estrategia de superación de las dificultades mencionada fue frente a la falta de tiempo, ya que las mujeres superaban este problema poniéndose prioridades y organizándose con más eficacia. Estas autoras también observaron que las mujeres parecían utilizar las mismas estrategias de organización independientemente de su nacionalidad, lo cual es un buen dato de cara a extrapolar los resultados de los artículos extranjeros expuestos a lo largo de este marco teórico.

“La presión por falta de tiempo significa que estas mujeres se ven forzadas a ponerse unas prioridades y a organizarse con más eficacia. Para algunas de las mujeres, el compromiso con el deporte tenía tanta importancia que rechazaban otras actividades para dedicarse a él.”

(Fasting et al. 2000, p.106).

ESTADO DE LA CUESTIÓN.

Coincidiendo con Prats (1995) y con Fasting (2000), Moscoso y sus colaboradores (2008) señalaron como las mujeres en el contexto español se definen como mejor organizadas que los hombres, por lo que esta capacidad de organizarse mejor se presenta como un punto fuerte a favor de la práctica femenina.

A modo de conclusión, podría decirse que el estado de la cuestión de las estrategias de superación de las dificultades en España es el equivalente al de principios de los 90 en EE.UU. y Canadá. Existen estudios sobre dificultades de género en la práctica de AFD e indicios sobre la existencia de estrategias de superación de estas cuestiones, pero todavía no es posible encontrar trabajos centrados en estas cuestiones en el ámbito de las AFD, y menos aún en el de las AFDMN.

ESTADO DE LA CUESTIÓN.

5 TRATAMIENTO DE AFDMN EN LAS FACULTADES DE CAFD MADRILEÑAS.

5. TRATAMIENTO DE LAS ACTIVIDADES FÍSICO DEPORTIVAS EN EL MEDIO NATURAL EN LAS FACULTADES DE CIENCIAS DE LA ACTIVIDAD FÍSICA Y DEL DEPORTE MADRILEÑAS

Dentro del colectivo universitario, los estudios superiores de CAFD requieren de su alumnado una elevada motivación hacia el deporte y poseer a grandes rasgos, unos mayores hábitos de práctica de actividad física que la población general. Para acceder a estos estudios desde bachillerato, es necesario alcanzar un mínimo en unas pruebas físicas, lo cual teóricamente garantiza un estado de forma física adecuado para la práctica de los deportes que se desarrollarán los diferentes cursos. A lo largo de la carrera, el alumnado convive con un gran número de practicantes de diversos deportes, por lo que está en un contexto idóneo para practicar acompañado gran cantidad de actividades físicas, entre las que se encuentran las AFDMN.

En este apartado, se presentarán los estudios de CAFD dentro del contexto universitario español, haciendo un breve recorrido histórico a como han evolucionado esta carrera desde su concepción educativa y de rendimiento, hasta su apertura a otras salidas profesionales donde tienen cada vez más cabida las AFDMN. También se presenta la oferta formativa en AFDMN existente en los centros de la Comunidad de Madrid en la fecha de toma de datos de esta tesis

El conocimiento de todo ello es necesario de cara a comprender la importancia de aplicar una tesis de estas características a la población estudiante de esta carrera. Además, resulta necesario el conocer las asignaturas y contenidos sobre esta temática que el alumnado de CAFD

haya recibido al respecto, ya que esto puede influir en la toma de datos de esta tesis.

No puede olvidarse que el sector del ocio y el turismo activo en el medio natural está creciendo, como muestran los movimientos de los estudios de CAFD hacia este ámbito. Las personas con la titulación en Ciencias de la Actividad Física y del Deporte están destinadas a jugar un papel relevante en este sector si no quieren desaprovechar un importante yacimiento de empleo, por lo que es importante conocer su relación con las AFDMN en cuanto a motivaciones, práctica, competencias y disposición a desarrollar su actividad profesional. Alguien titulado en CAFD también va a transmitir valores relacionados con el género en su práctica profesional, por lo que es importante conocer hasta que punto, la socialización de género le ha influido en diversos aspectos de su formación.

:

5.1. LOS ESTUDIOS DE CIENCIAS DE LA ACTIVIDAD FÍSICA Y DEL DEPORTE EN LA UNIVERSIDAD ESPAÑOLA

Los estudios superiores de Educación física (hoy en Ciencias de la Actividad Física y del Deporte) obtuvieron en la década de los años 80 su equivalencia con el resto de titulaciones universitarias a través del Real Decreto 790/1981, el cual, entre otras cosas, amplió la duración de sus enseñanzas a cinco años y dividió las enseñanzas en dos ciclos universitarios, el primero con tres años de duración y el segundo con dos, que daban derecho a la obtención de los títulos de Diplomado y Licenciado en Educación Física, respectivamente.

La titulación de licenciado en Educación Física es un reflejo de las necesidades sociales de las décadas de los 70 y 80. Estas primeras décadas de transición democrática, en el campo del deporte, se caracterizaron por una creciente necesidad de profesorado de Educación Física y un modelo deportivo tradicional en el que el entrenamiento y el

rendimiento eran, junto con la docencia, las salidas tradicionales de las enseñanzas superiores de Educación Física.

La denominación actual de los estudios de “Ciencias de la Actividad Física y el Deporte” modifica unos estudios que hasta entonces, se identificaban exclusivamente con el término “Educación Física”. Este cambio de denominación es consecuencia del proceso que tuvo lugar durante la década de los años 80 en el cual, estos estudios, que antaño estaban centrados mayoritariamente hacia la educación y el entrenamiento, se abrieron a nuevos campos como consecuencia de las demandas de la sociedad actual. Estos campos fueron la gestión, la salud y la recreación, en línea con las nuevas concepciones de deporte para todos que comenzaron a extenderse.

En el momento de toma de datos de esta tesis, las directrices generales propias de los planes de estudios conducentes a la obtención título universitario oficial de Licenciado en Ciencias de la Actividad Física y del Deporte son las reguladas por el Real Decreto 1670/1993 de 24 de septiembre (BOE 20 de octubre), que establece el título universitario oficial de Licenciado en Ciencias de la Actividad Física y del Deporte.

El Real Decreto 1670/1993 ha estructurado en dos ciclos los estudios de CAFD. El primer ciclo desarrolla enseñanzas básicas y de formación general y el segundo sirve para profundizar y especializarse. La duración oscila entre los cuatro y cinco años en función del plan de estudios propuesto por cada universidad, aunque se observa que la tendencia actual es a ofertar carreras de cuatro años. Los planes formativos estructuran sus optativas en itinerarios específicos curriculares para que el alumnado pueda formarse mejor en alguna salida profesional determinada.

El Real Decreto 1670/1993 mencionado fija la estructura básica del Plan de Estudios de la licenciatura, y a partir de este, cada universidad tiene autonomía para diseñar su propio plan de estudios, en correspondencia con la descentralización que viene dándose desde la transición democrática.

En el caso de las AFDMN, este Real Decreto 1670/1993, que podría considerarse el decreto de mínimos no parece conceder demasiada importancia a las AFDMN, ya que contempla únicamente una asignatura con esa denominación en segundo ciclo de apenas 4 créditos, aunque en los desarrollos que hace cada universidad, los planes de estudios incrementan estos contenidos en mayor medida, además de impartir asignaturas con contenidos de AFDMN, como se muestra más adelante.

Los objetivos formativos específicos de esta licenciatura y sus competencias profesionales no aparecen explícitamente enumerados en el Real Decreto 1670/1993, que se limita a presentar la estructura de sus contenidos y señalar en la primera de sus directrices que *“Las enseñanzas conducentes a la obtención del título oficial de licenciado en CAFD deberán proporcionar una formación adecuada en los aspectos básicos y aplicados de la A.F. y el deporte en cualquiera de sus manifestaciones.”* (BOE, 20 de octubre de 1993, p. 29.558).

El libro blanco de la ANECA para el título de Grado en CAFD sí que define las competencias de esta titulación, estableciendo como objetivos y funciones de los estudios en Ciencias de la Actividad Física y del Deporte los siguientes: docencia de educación física, profesionales en actividad física para la salud, entrenamiento deportivo, y la gestión deportiva. Se observa como la titulación ha evolucionado desde el tradicional esquema Educación física + entrenamiento hacia un modelo más abierto a la actividad física recreativa y la salud, donde se sitúan ahora todos los planteamientos y ámbitos de las actividades en el medio natural. La vinculación de estos estudios con la salida profesional de las AFDMN es el objeto de consideración en el siguiente apartado.

Los estudios de CAFD en los centros mencionados se encuentran en estos momentos en pleno proceso de adaptación de cara a la progresiva implantación de las nuevas titulaciones de grado. La adaptación incluye la presentación y obtención de la aprobación de los nuevos planes de estudios y la formación del profesorado. Se espera que los nuevos planes de estudio de grado en CAFD comiencen a desarrollarse en el curso 2009-10.

AFDMN:

5.2. RELACIÓN DE LOS ESTUDIOS DE CIENCIAS. DE LA ACTIVIDAD FÍSICA Y EL DEPORTE CON LAS ACTIVIDADES FÍSICO DEPORTIVAS EN EL MEDIO NATURAL.

Como se expone en el apartado anterior, los planes de estudios de ciencias de la actividad física y el deporte tienen años de historia, y sus enseñanzas deben formar al alumnado en cualquiera de las manifestaciones de las AFD, lo cual incluye por tanto la práctica de AFDMN; en este sentido, García Ferrando (2001) anticipa una *“disminución de la presencia del deporte federado de competición, un aumento de las ejercitaciones físico-deportivas con un fuerte componente de salud y recreación, y un aumento también de las actividades físico-deportivas en la naturaleza”*. La conveniencia de ajustar la carrera a estas nuevas demandas sociales es evidente, así como investigar sobre las expectativas en torno a las AFDMN que tienen quienes inician una carrera de CAFD, su nivel inicial, o sus hábitos de práctica de este tipo de actividades.

Las personas tituladas en CAFD son formadas en tres aspectos importantes a la hora de desarrollar actividades formativas en el medio natural, estas características son, según Gabrielsen (1971):

- Conocimiento del desarrollo y el conocimiento humano.
- Capacidad pedagógica para enseñar en situaciones informales de aire libre.
- Conocimiento del medio natural y habilidades técnicas para desenvolverse en ese medio.

La práctica deportiva en el medio natural que hoy se realiza tiene poco que ver con la que se realizaba hace 10 ó 15 años, ya que si antes estas actividades eran propias de una minoría social, hoy en día son cada vez más quienes quieren probar estas actividades de un modo esporádico o repetirlas de vez en cuando. Pero ello de un modo relajado, saludable y seguro sin que le suponga la necesidad de pertenecer a un club o federación, o un gran compromiso en cuanto a preparación física, exposición o simplemente sin estar dispuestos a “pasar penurias”.

ESTADO DE LA CUESTIÓN.

Debe recordarse que el mercado del turismo es una importante fuente de ingresos de nuestro país, y que dentro de este sector, cobra cada vez más fuerza el llamado turismo activo que se desarrolla en el medio natural. Es necesario que los estudios de ciencias de la actividad física y el deporte adapten sus planes, ya que es necesario ofertar una formación especializada en estos centros.

Pero la demanda de estos nuevos participantes no es el único aspecto a estudiar; también es necesario el conocer sus motivaciones, y los problemas o dificultades asociadas a la práctica de AFDMN, para que de ese modo, el titulado en CAFD pueda diseñar programas adaptados a estos perfiles y que salven estas dificultades.

Estos nuevos practicantes crean una creciente demanda de profesionales que les dirijan y coordinen, y sobre todo, que les hagan asequibles actividades que anteriormente se consideraban elitistas y minoritarias o incluso no existían. Por todo ello los planes de estudios de CAFD que ha establecido cada universidad se han configurado para dar respuesta a las demandas que la sociedad va a plantear a esta titulación en este sentido. Esta adaptación, en todos los casos ha supuesto la ampliación de los mínimos que plantea el R.D. 1670/1993, que fija la obligatoriedad de cursar como mínimo en 2º ciclo una asignatura de 4 créditos relacionada directamente con estas actividades.

Volviendo al libro blanco de la Agencia Nacional de Evaluación de la Calidad y Acreditación (ANECA) mencionado, quedan claras por tanto, las salidas profesionales del titulado en CAFD y las líneas principales que debe tener su formación, pudiéndose observar como algunas de estas competencias y líneas de formación son perfectamente aplicables al medio natural. En el titulado en CAFD, las AFDMN jugarán un diferente papel en cada uno de estos sectores:

ESTADO DE LA CUESTIÓN.

- a) Dentro de la docencia en la enseñanza formal, el profesorado que imparta clases de educación física en la Educación Secundaria y el Bachillerato deberán poseer una formación básica sobre protección de la naturaleza, técnica y materiales de desplazamientos y pernóctas, así como organización de estas actividades, rastreo, orientación y orientación deportiva y cabuyería.

La salida laboral de docencia en educación formal es la que presenta una mayor regulación y por tanto un menor intrusismo, aunque no puede calificarse como salida relacionada con las AFDMN ya que el bloque de contenidos de AFDMN es una parte más del ecléctico currículo de educación física.

- b) La docencia en los ciclos formativos de grado medio (Técnico en conducción de Actividades Físico-Deportivas en el Medio Natural) y superior (Técnico en Actividades Físicas y Deportivas) va a exigir unos mayores conocimientos del titulado en CAFD para desarrollar la parte de medio natural, no en vano, esta titulación, sobretodo la de grado medio incluye contenidos relacionados con el desplazamiento, estancia y seguridad en el medio terrestre y la conducción de grupos en bicicletas y a caballo.
- c) Otra salida relacionada con la docencia de las AFDMN es la de impartir cursos en las nuevas enseñanzas de técnicos deportivos relacionados con deportes en el medio natural, ya que los decretos de desarrollo de estas titulaciones (equivalentes a formación profesional) exigen que ciertos contenidos del currículo lo desarrollen titulados en CAFD. El bloque común de estas enseñanzas no tiene relación con las AFDMN, pero en las titulaciones de deportes como montaña, partes del bloque específico afines a las AFDMN pueden ser desarrolladas tanto por licenciados en CAFD como por técnicos superiores. Por el momento, esta salida profesional no es lo suficientemente importante como para dar

ESTADO DE LA CUESTIÓN.

empleo estable al colectivo de profesionales de CAFD. Además, la tendencia general de las federaciones es la de contar con profesorado formado en la propia federación, no en otros contextos.

- Dentro del campo de la Actividad Física para la Salud se incluyen las actividades en la naturaleza desarrolladas bajo un planteamiento recreativo. El titulado en CAFD tiene capacidad para dirigir y desarrollar estas actividades, aunque la escasa regulación de este sector, unida a la existencia de titulaciones y cursos oficiales y extraoficiales va a provocar que el profesional de CAFD, con una sobrecualificación importante en muchos casos, deba competir en igualdad de condiciones con otras personas menos preparadas. A pesar de esta menor regulación del campo de la AF - Salud, el potencial de este sector es importante, como lo demuestran los importantes esfuerzos que plantean muchos centros para formar en esa línea.
- En el campo del entrenamiento deportivo relacionado con las AFDMN, el titulado en CAFD puede desarrollar actividades de iniciación y mejora, aunque dadas las características del sector del medio natural, éste no tiene el potencial laboral que tendrían otros deportes más consolidados y además, la no regulación del sector, unido a las titulaciones de federaciones y cursillos varios generan una variada oferta de profesionales mejor o peor cualificados que compiten con el profesional de las CAFD.

Las AFDMN no cuentan además con la tradición de otros deportes de competición donde se pague al entrenador, por lo que en la actualidad, este sector no es relevante económicamente hablando.

La progresiva deportivización de las AFDMN en forma de carreras de montaña, raids etc., se presenta como un ámbito laboral en el que el perfil del titulado en CAFD puede encajar especialmente bien, ya que posee una formación en entrenamiento deportivo muy superior a la de otras titulaciones unida a conocimientos de AFDMN, por lo que el alto

rendimiento deportivo es una salida profesional que en el futuro puede dar empleo a estos profesionales. Trabajos como el llevado a cabo por el INEF de Lleida (1997), muestran como sobretodo entre las mujeres jóvenes, hay un colectivo de *deportistas* que acuden hacia las AFDMN en busca del rendimiento, lo que constituye un colectivo con el que el titulado en CAFD puede desarrollar su labor profesional.

- La salida profesional de planificación, organización y gestión en el ámbito de las AFDMN y el turismo es una línea de formación en la que están apostando muchos centros, ya que constituye un sector de importancia creciente en nuestro país, donde el tradicional modelo de sol y playa está dejando paso a otros planteamientos más ligados al turismo activo. El titulado en CAFD puede encajar siempre y cuando, además de poseer la formación técnico-deportiva que le caracteriza, haya recibido unos conocimientos de gestión empresarial que cada vez, van teniendo más importancia en el currículo de estos estudios.

A través de los estudios sobre dificultades presentes en esta tesis, el conocimiento de los factores que hacen desistir a usuarios potenciales de AFDMN puede servir al titulado en CAFD para que se especialice en el campo de la gestión. De esta forma se enriquece la oferta de servicios, se implementan estrategias de marketing para alcanzar nuevos sectores de población y se desarrollan preferencias por este tipo de ocio poco planteadas anteriormente.

5.3.: formación ofertada en afdmnd por los centros que preparan a titulados en cafd.

5.3. FORMACIÓN OFERTADA EN ACTIVIDADES FÍSICO DEPORTIVAS EN EL MEDIO NATURAL POR LOS CENTROS MADRILEÑOS QUE FORMAN PROFESIONALES EN CIENCIAS DE LA ACTIVIDAD FÍSICA Y DEL DEPORTE

Dada la importancia de las AFDMN, en la configuración de sus planes de estudios todas las universidades madrileñas con estudios superiores de CAFD incrementan en mayor o menor medida estos contenidos dedicando más créditos a esta asignatura o reforzando esta con una serie de asignaturas optativas complementarias para aquella parte del alumnado que quiera ampliar sus conocimientos.

En la Comunidad de Madrid, ninguno de los centros donde se imparte CAFD ha establecido un itinerario curricular relacionado con el medio natural como han hecho en otras universidades, pero todos los centros desarrollan contenidos de AFD en la naturaleza a través de asignaturas optativas y de libre elección que superan el mínimo exigible del R.D. 1670/1993; además de los itinerarios y prácticums sobre recreación, o turismo, que inciden especialmente en este tipo de contenidos.

En el momento de toma de datos de esta tesis (curso 2005-06), son seis los centros que imparten esta carrera en la Comunidad de Madrid (ver tabla 19). Estos centros se caracterizan por haber adaptado el plan de estudios a sus características particulares, existiendo algunos centros donde se da prioridad a la formación en alguno de los campos de trabajo del titulado en CAFD. Tampoco existe consenso en el número de cursos, ya que mientras en unos centros se apuesta por planes de estudios de cuatro años, en otros se continúa con los planes a cinco cursos, aunque en alguno de ellos se esté pasando a un plan de cuatro años.

ESTADO DE LA CUESTIÓN.

De los seis centros mencionados que imparten esta carrera, tres públicos y tres privados, como se desarrollará a continuación:

Tabla 19: Centros madrileños que imparten estudios superiores de CAFD en el momento de la toma de datos.

Centro	Duración (créditos)	Universidad	Carácter	Plan de estudios	Lugar	Cursos
Facultad de CC de la Actividad Física y del Deporte (INEF)	3+2 (345)	UPM	Público	Resol. 25/9/1996, (BOE 18/10/1996)	Ciudad Universitaria	1,2,3,4,5
Facultad de Medicina UAH Facultad de Formación del Profesorado y Educación UAM	3 + 2 (312)	UAH UAM	Publico	Resol 11/7/2001, (BOE 9/10/2001)	Alcalá (primer ciclo) y Tres Cantos (2º ciclo)	5º (UAM)
Facultad de Formación del Profesorado y Educación	2+2 (300)	UAM	Público	Resol. 21/11/2005 (BOE 31-12-2005)	Tres Cantos	1º, 3º
Facultad de Medicina	3+2 (312)	UAH	Público	Resol.30/11/2005 (BOE 31/12/2005)	Alcalá de Henares	1,2,3,4,5
Facultad de Ciencias de la Actividad Física y el Deporte	2+2 (318)	UEM	Privado	Resol. 30/6/2001, (BOE 8/11/ 2001).	Villaviciosa de Odón	1,2,3,4
Instituto de Ciencias del Deporte	2+2 (349,5)	Camilo José Cela	Privado	Resol 1/9/2005 (BOE 5/10/2005).	Villafranca del Castillo.	1
Facultad de Ciencias de la Salud	2+2 (300)	UAX	Privado	Homologado por el R.D. 1277/2000, de 30 de junio (BOE 21/7/2000)	Villanueva de la Cañada.	1,2,3,4

La **Facultad de CC de la Actividad Física y del Deporte (INEF)** fue creada por la Ley 77/61 sobre Educación Física, de 23 de diciembre de 1961 e inició su actividad académica en el curso 1967-68 como Instituto Nacional de Educación Física, siendo el primer centro de estas características que comenzó a funcionar en este país. El cambio de denominación a Facultad de Ciencias de la Actividad Física y del Deporte (INEF) tuvo lugar el 1 de octubre de 2003. Los itinerarios que ofrece en el momento de toma de datos de esta tesis son educación, rendimiento, dirección, organización y gestión y ocio, recreación y salud; en ese curso, este centro ofrecía un prácticum sobre turismo y deporte donde las AFD en la naturaleza tenían un papel relevante.

En el momento de toma de datos de esta tesis, en la facultad de Ciencias de la AF y del deporte (INEF), la asignatura troncal obligatoria relativa a las AFDMN que debe desarrollarse en el segundo ciclo se

ESTADO DE LA CUESTIÓN.

imparte al iniciar 4º curso, donde el alumnado debe cursar obligatoriamente una asignatura obligatoria llamada “Actividades en el medio natural” (5 Créditos: 2 teóricos y 3 prácticos); esta asignatura permite el dominio de las llamadas actividades fundamentales, técnicas de aire libre básicas como orientación y cabuiería y algunas técnicas específicas como escalada con cuerda por arriba, piragüismo básico y gestión específica.

El fijar la asignatura de AFDMN lo antes posible dentro de las posibilidades legales (debe figurar en 2º ciclo), responde a la necesidad de impartir estos contenidos básicos de AFDMN lo más pronto posible. Hay corrientes que abogan por que esta asignatura figurase en primer ciclo, donde el alumnado ve los fundamentos básicos de su carrera que profundizará en segundo ciclo. La solución propuesta por el INEF, al igual que en otros centros de Madrid, es la de desarrollar esta asignatura al comenzar el segundo ciclo antes posible y ofertar entre las optativas y las de libre configuración unos primeros conocimientos básicos en este sentido.

Además de la asignatura obligatoria ya mencionada, la Facultad de Ciencias de la Actividad Física y del Deporte (INEF) de Madrid ofertó al alumnado que compuso la población de esta tesis, un prácticum afín a este sector (deporte y turismo) y en función del año académico, una serie de asignaturas optativas con clara relación con las AFDMN, las cuales son:

- Actividades y Deportes de Orientación y Multiaventura (4 créditos); destinada al aprendizaje de contenidos de los ámbitos de la AFD y el turismo activo, dentro de los itinerarios de educación y ocio, recreación y salud. Los contenidos prácticos están centrados en orientación deportiva, kayak polo, multiaventura y buceo con equipo ligero.

ESTADO DE LA CUESTIÓN.

- Deportes subacuáticos y de campo abierto (4 créditos: 2 teóricos y 2 prácticos); siendo los contenidos *“Enseñanza de distintas modalidades a nivel de iniciación. Fundamentos básicos de la técnica, de la táctica y el reglamento.”*
- Deporte de aventura y supervivencia (4 créditos: 2 teóricos y 2 prácticos). Los contenidos son *“Concepto, conocimiento y práctica de deportes de aventura, autosuficiencia en distintos ecosistemas, preparación de expediciones, utilización y adaptación de nuevos espacios.”* Esta asignatura, en el momento de la toma de datos de la tesis había sido sustituida por “Recreación, Deporte y Turismo”, aunque ese curso todavía había alumnos matriculados en este centro que habían cursado ya primero.
- Organización y gestión de campamentos y eventos en la naturaleza. (3 Créditos: 1 teórico y 2 prácticos). Los contenidos son *“Técnicas de diseño, gestión, animación y control de actividades al aire libre. Nuevas tendencias ecológicas sociales.”* En el momento de la toma de datos, esta asignatura había sido sustituida por “Externalidades Medioambientales”.
- Actividades de montaña y orientación (6 créditos: 2 teóricos y 4 prácticos). Los contenidos son: *“Actividad Físico Deportiva en la montaña. Fundamentos teóricos. Fundamentos de los deportes de orientación. Organización de actividades y deportes de montaña y de orientación, Animación y recreación en el Medio Natural.”* Esta asignatura optativa, en el momento de toma de datos se denomina “Actividades y deportes de montaña” y se desarrolla en segundo ciclo, mientras que la parte de orientación se desarrolla en primer ciclo en la asignatura también optativa “Actividades y deportes de orientación y multiaventura”.

La Facultad de Ciencias de la Actividad Física y del Deporte (INEF) se configura así como el centro que mayor variedad de asignaturas ofrece

relacionadas con el medio natural. Su oferta de asignaturas destaca por su dinamismo y continua adaptación a este sector, apostando por el potencial laboral del turismo activo.

El curso 2002-2003, **la Facultad de Medicina de la UAH y la Facultad de Formación del Profesorado y Educación de la Universidad Autónoma de Madrid UAM)** comenzaron a desarrollar el primer y segundo ciclo de estos estudios respectivamente en base al plan de estudios que estas universidades diseñaron conjuntamente (resolución de 11/7/2001, (BOE 9/10/2001)). Los itinerarios ofertados son la AF escolar y poblaciones especiales y la gestión de la AF y el deporte. Esta situación de colaboración entre ambas universidades se mantuvo hasta el curso 2005-06, cuando cada universidad diseñó sus propios planes de estudios y formó a su alumnado de forma independiente. En el curso 2005-06, momento de recogida de cuestionarios, este plan sólo siguió vigente a extinguir en 5º curso dentro de la UAM.

En la **Universidad Autónoma de Madrid (UAM)**, en el curso 2005-06 convivieron dos planes de estudios. El plan de estudios conjunto con la Universidad de Alcalá mencionado para el alumnado de 5º curso y el plan 2005, de dos ciclos de dos años (resolución 21/11/2005), que pasó a implantarse en el primer curso de cada ciclo, por lo que este centro impartió el plan 2005 a 1º y a 3º, no habiendo clases en 2º curso ni en 4º.

En el plan nuevo (2005), que se impartió a 1º, aparece como troncal la asignatura de “Actividades en el medio natural” de 4,5 créditos cuyos contenidos son *“Actividades físicas y deportivas en la naturaleza. Las AFDMN y el currículo escolar”*. Se observa como este centro apuesta principalmente por el campo profesional de la docencia, no en vano, la carrera se desarrolla en una facultad de formación del profesorado.

Con relación a 5º curso (plan 2001), este plan de estudios incluye en este curso una asignatura denominada “Actividades Físicas y Deportivas en la Naturaleza.”, con una carga de (1,5 créditos teóricos y 2,5 prácticos).

En los contenidos de esta asignatura destaca el apartado “Las AMN y el currículo de E.F.”, con lo que puede verse otra vez una clara orientación hacia la docencia en esta asignatura.

La **Universidad de Alcalá (UAH)** comenzó en el año académico 05-06 su nuevo plan de estudios para todos los cursos, que continuó manteniendo una duración de cinco años divididos en dos ciclos, un primero de tres años y un segundo de dos. En el momento de la toma de datos de esta tesis, sólo las universidades de Alcalá y la Politécnica de Madrid desarrollan planes de estudio de cinco años.

A diferencia de la Facultad de Ciencias de la Actividad Física y del Deporte (INEF) de Madrid, en la Universidad de Alcalá se ha optado por poner la asignatura troncal de Actividades en el Medio Natural al finalizar el 2º ciclo, por lo que hasta el 2º semestre del último curso no tendrán como obligatoria dicha asignatura que consta de 1,5 créditos teóricos y 3 prácticos. Sus contenidos son los fundamentos teóricos de las AFDMN, la protección de la naturaleza, planificación de actividades, orientación y marchas y acampadas.

Para introducir la asignatura obligatoria de AFDMN que se desarrolla al acabar la carrera, el alumnado que lo desee puede, en primer ciclo, cursar las asignaturas voluntarias de 4.5 créditos de deportes en el medio natural, deportes náuticos. “Deportes en el Medio Natural” se compone de 2 créditos teóricos y 2,5 créditos prácticos y tiene como contenido principal los “Fundamentos teóricos y prácticos de las AMN. La recreación en el MN”. La asignatura de deportes náuticos se encuentra dentro de Deportes monográficos II y tiene 1 crédito teórico y 3,5 prácticos donde se ven los “Fundamentos teórico-prácticos y aspectos reglamentarios de deportes náuticos: vela, esquí acuático, piragüismo, etc.”

En 1995, la **Universidad Europea de Madrid (UEM)**, creó la Facultad de Ciencias de la Actividad Física y del Deporte. Este centro, de carácter privado, imparte la Licenciatura en CAFD con los itinerarios de entrenamiento y salud y gestión del ocio y el deporte. Se observa como

ESTADO DE LA CUESTIÓN.

este centro ha apostado por los campos del entrenamiento orientado hacia la salud y la gestión deportiva, los cuales constituyen un importante yacimiento de empleo en la actualidad. Este centro oferta, además de la titulación de CAFD en 4 años, la doble titulación CAFD+Fisioterapia en 5 años.

Acerca de la Universidad Europea de Madrid, la asignatura de *“actividades en el medio natural”* obligatoria para segundo ciclo está en 3º curso y se compone de 4 créditos teóricos y 3,5 de práctica, lo que representa una ampliación sustancial de los mínimos legales establecidos y una clara apuesta de esta universidad por estos contenidos; esta asignatura tiene como contenidos la teoría básica de las AFDMN, educación ambiental, senderismo, orientación, raids, organización, cabuiería, juegos, escalada en un rocódromo construido en sus propias instalaciones, esquí y campamentos.

Esta universidad es la única de las privadas que oferta asignaturas voluntarias para reforzar esta asignatura; están la de libre elección *“Naturaleza y Deporte”* (6 créditos en primer ciclo) y la optativa *“Actividades en la naturaleza II”*, de 4,5 créditos en último curso.

La asignatura de *“Naturaleza y Deporte”* comienza a trabajar los contenidos de medio natural en un nivel básico a través sus fundamentos teóricos, la orientación, el manejo del GPS y la protección de la naturaleza. La segunda parte actividades en la naturaleza que tiene carácter voluntario en último curso tiene como contenidos *“El medio físico, clima, geología, hidrología y orientación. Bases para la organización de campamentos”* y amplía las actividades a deportes menos conocidos como la espeleología o el piragüismo.

Dentro de sus apuestas, la UEM prioriza las salidas profesionales de la salud y el fitness y la recreación que incluye el ocio en el medio natural.

En el curso 05-06, la **Universidad Camilo José Cela (UCJC)**, comenzó a impartir esta carrera en primer curso en base al plan aprobado

ESTADO DE LA CUESTIÓN.

por la Resolución 1/9/2005, que como es habitual en las universidades privadas, fijó una estructura de dos ciclos de 2 años cada uno.

En la universidad Camilo José Cela, las AFDMN aparecerán en el segundo semestre del último curso con una carga de 4,5 créditos (2 teóricos y 2,5 prácticos) y contenidos sobre *“AFD en la naturaleza. Atención especial a la conservación del medio ambiente.”*

En dicha universidad aparece una asignatura optativa de 4,5 créditos (2,5 teoría y 2 práctica) denominada “Actividades físicas de tiempo libre” que puede cursarse en 2º, 3º ó 4º curso que contiene dentro de sus contenidos “Actividades físicas y entorno natural”. Dada la incipiente creación de esta carrera en dicha universidad, los programas de estas asignaturas todavía no están perfilados.

La Facultad de Ciencias de la Salud de la **Universidad Alfonso X el Sabio (UAX)** imparte la licenciatura en CAFD desde el año 1999 (en sus comienzos dependió de la Facultad de Estudios Sociales). Los itinerarios que ofrece son los de educación física y deportiva, el entrenamiento deportivo, salud y deporte y gestión de actividades y recursos deportivos.

En la Universidad Alfonso X el Sabio, en 4º curso, hay una asignatura cuatrimestral de 7.5 créditos en la cual se da al alumnado la capacidad para desenvolverse correctamente en las actividades fundamentales y en actividades de escalada con la cuerda por arriba, además de piragüismo. Esta universidad es de las que más créditos dedica a la asignatura obligatoria, pero no ofrece ninguna otra asignatura optativa ni de libre configuración relacionada con las AFDMN. La fijación de esta asignatura en el último curso no resulta adecuada, ya que este curso debiera servir para profundizar, no para adquirir conocimientos básicos.

A modo de conclusión, todos los centros que imparten CAFD en la Comunidad de Madrid han hecho un esfuerzo por ampliar los contenidos relacionados con las AFDMN debido a que éstas entran dentro de los

nuevos planteamientos de ocio saludable. El alumnado va a acabar sus carreras habiendo recibido más contenidos que los cuatro créditos obligatorios por ley. La mayor parte de los centros de la Comunidad de Madrid han ampliado su oferta de optativas y de libre configuración para responder a las demandas de la sociedad y alumnado y adaptarse así a un sector todavía incipiente que, aun a pesar de su escasa regulación, tiene un buen potencial de trabajo para el profesional de la AFD.

El profesional egresado de estos centros, debe tener unos conocimientos adecuados y conocer el perfil de las personas destinatarias en cuanto a motivación hacia las AFDMN y los problemas a los que se enfrenta para practicar este tipo de actividades. El titulado en CAFD no sólo puede superar limitaciones como la falta de conocimientos técnicos a través de formación o dirigiendo actividades, también es posible el diseño de programas adaptados a esta problemática asociada a las AFDMN que se ha visto en el marco teórico, programas que por citar unos ejemplos faciliten soluciones al transporte, compatibles con los hijos, que faciliten relaciones interpersonales en este ámbito etc.

Para posibilitar esta intervención, es necesario un trabajo previo que tenga como objetivo abordar estas cuestiones y se centre en población estudiante de CAFD y también población destinataria de este tipo de intervención por parte del licenciado. Dicho objetivo general se concreta en una serie de objetivos que se expondrán en el siguiente apartado.

CAPÍTULO 2

OBJETIVOS E HIPÓTESIS

OBJETIVOS E HIPÓTESIS

CAPÍTULO 2 OBJETIVOS E HIPÓTESIS

El propósito final de esta tesis es el de conocer y comprender mejor la vinculación de quienes estudian Ciencias de la Actividad Física y del Deporte con las AFDMN, analizando para ello aspectos como sus hábitos de práctica, lo que más les atrae de estas actividades, las dificultades que encuentran para salir al medio natural y los modos más utilizados para superar estas dificultad. Dentro de este propósito, se incide particularmente en el análisis desde la perspectiva de género, haciendo especial hincapié en las diferencias provocadas por esta variable.

BJETIVOS:

1 . OBJETIVOS

Tras examinar el estado de la cuestión, se plantean los siguientes objetivos:

OBJETIVO 1. Describir y analizar, en el colectivo de estudiantes de ciencias de la actividad física y del deporte de las diferentes universidades madrileñas, las diferencias de género existentes en los hábitos y las características de su relación con las actividades físico deportivas en general y en el medio natural en particular.

OBJETIVO 2. Conocer la relación de la motivación con la frecuencia de práctica de AFDMN, estableciendo las diferencias de género existentes y diferenciando entre diferentes frecuencias de práctica de este tipo de actividades.

OBJETIVOS E HIPÓTESIS

OBJETIVO 3. Identificar las dificultades que restringen la práctica de AFDMN, constatando particularmente los impedimentos asociados al género y observando, en cada sexo, las relaciones que se establecen entre influencia de la frecuencia de práctica de estas actividades y dificultades percibidas.

OBJETIVO 4. Identificar y describir las estrategias empleadas por hombres y mujeres para franquear las dificultades que restringen su práctica de AFDMN, atendiendo especialmente a la influencia del género en este proceso de negociación de dificultades.

OBJETIVO 5. Analizar la identificación de género del colectivo de estudiantes de CAFD, en cuanto a su desarrollo profesional en los diferentes ámbitos de las AFDMN, así como su competencia auto percibida en dichas prácticas y su valoración sobre la formación recibida en los estudios de CAFD.

HIPÓTESIS

2. HIPÓTESIS

Relacionados con los objetivos mencionados en el apartado anterior, las hipótesis que se plantean son las siguientes:

HIPOTESIS 1: Se espera encontrar unos elevados hábitos de práctica de AFD tanto en hombres como en mujeres; no obstante, los hombres de este estudio realizarán habitualmente actividades físico deportivas en mayor proporción que las mujeres. Se espera encontrar también diferencias de género en cuanto a los deportes practicados por cada sexo.

Con relación a las AFDMN, se espera una frecuencia de práctica mayor en los hombres y diferencias de género también en el tipo de actividades practicadas. Se espera que la práctica vacacional sea más numerosa que la regular.

HIPOTESIS 2: Existirán diferencias de género en los motivos que llevan a hombres y mujeres a practicar AFDMN. En el caso de las mujeres, éstas mostrarán una mayor afinidad por motivaciones hacia un ocio de tipo afiliativo o social e introspectivo, más en línea con las corrientes ecofeministas frente a motivaciones más próximas al riesgo y la aventura en el caso de los hombres.

La motivación condicionará no sólo la práctica, sino también la percepción de dificultades y la activación de estrategias para superar estas últimas.

HIPOTESIS 3: La mayor frecuencia de práctica de AFDMN llevará implícita una disminución de las dificultades percibidas. Esta disminución variará según el género, habiendo diferencias entre hombres y mujeres.

Dentro de las dificultades percibidas, se manifestarán impedimentos tanto de tipo estructurales como interpersonales e intrapersonales, siendo estos últimos los de mayor influencia en el caso de las mujeres.

HIPOTESIS 4: Aunque determinadas estrategias de superación de las dificultades podrán ser comunes para ambos sexos, se espera que cada sexo utilice preferentemente ciertas formas de negociación de las dificultades, habiendo diferencias de género por tanto en el grado de utilización de cada estrategia.

HIPOTESIS 5: Tanto en lo que se refiere a desarrollo profesional como en competencia autopercebida, se espera encontrar diferencias de género en forma de una mayor predisposición y afinidad por parte de las alumnas hacia el ámbito educativo, mientras que los alumnos se mostrarán más interesados en la gestión y dirección. Los estudios de CAFD irán aumentando la competencia auto percibida en los diferentes ámbitos relacionados con las AFDMN, especialmente los de gestión.

CAPÍTULO 3

METODOLOGÍA

METODOLOGÍA

CAPÍTULO 3 METODOLOGÍA

En el presente capítulo se detallarán los aspectos objeto de esta investigación, así como las técnicas e instrumentos desarrollados y los pasos seguidos para cumplir los objetivos. También se explica el modo de análisis de los datos obtenidos, tanto cuantitativos como cualitativos.

1 DISEÑO DE LA INVESTIGACIÓN:

1. DISEÑO DE LA INVESTIGACIÓN

En esta investigación se realiza un estudio de diseño mixto, con una doble aproximación cuantitativa/cualitativa, de tipo secuencial y consecutivo; con este propósito, se emplea una metodología centrada en la triangulación de distintas técnicas de investigación social, tal y como recomendaron Shaw et al. (1991), utilizando cuestionarios como una aproximación cuantitativa, para llegar a un número amplio de personas y el grupo de discusión y las entrevistas en profundidad desde una aproximación cualitativa con el fin de ahondar en la interpretación de aquellos aspectos que requerían una aproximación en mayor profundidad.

Dado que el diseño de la investigación es mediante la triangulación de técnicas, se optó por la aplicación sucesiva de las tres técnicas empleadas, llevando a cabo una toma de datos en tres fases que se complementan, coincidiendo cada fase con el empleo de un instrumento. De este modo, los resultados de cada etapa permitieron calibrar y orientar mejor la siguiente fase.

La aplicación consecutiva de técnicas e instrumentos de investigación permitió por tanto, que los resultados de cada fase se incorporasen al planteamiento de la etapa siguiente; así es el caso de las entrevistas en profundidad, donde la realización y análisis del grupo de discusión permitió mejorar esta última fase de la toma de datos.

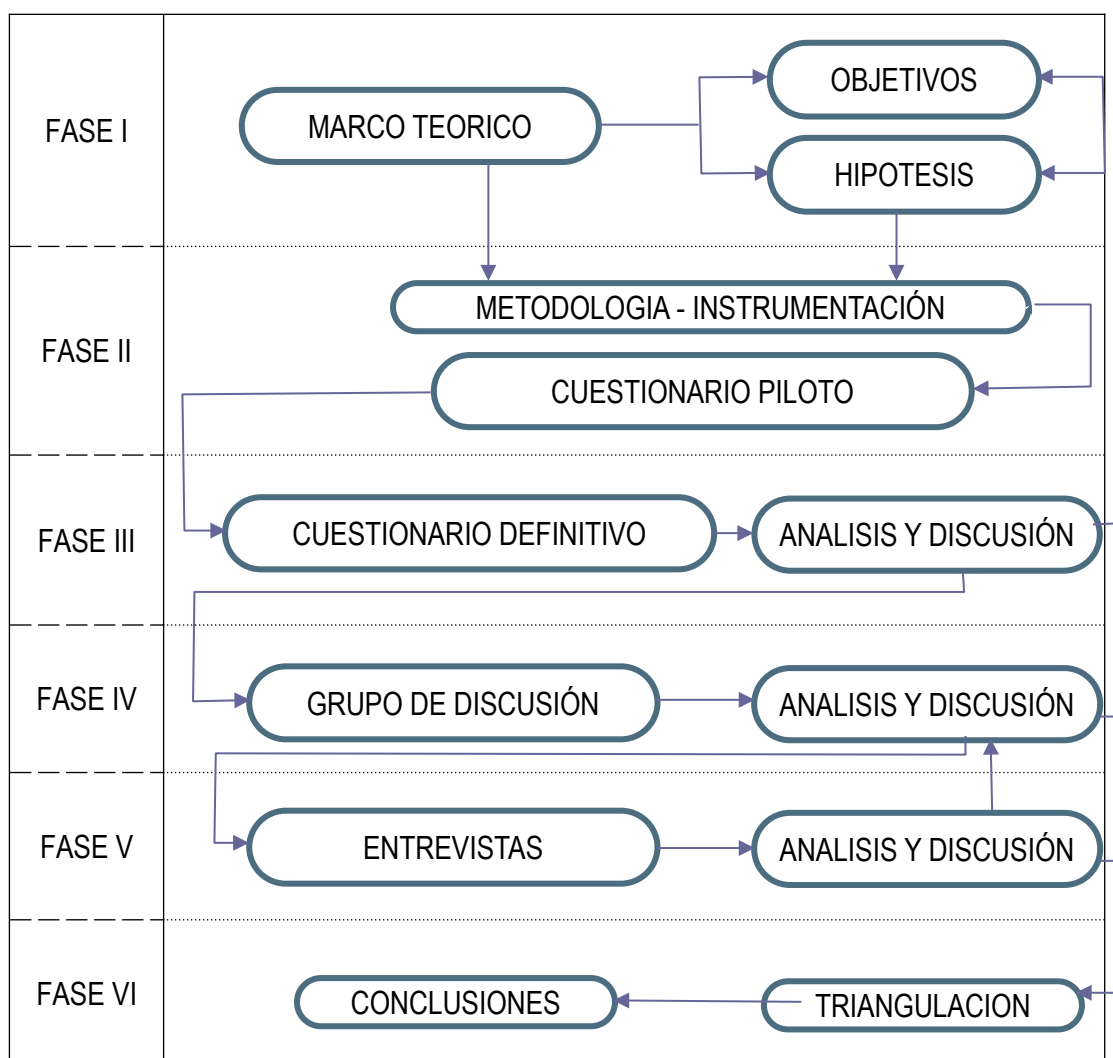
La mayor ventaja que se espera obtener al combinar aproximaciones cuantitativas con cualitativas es la de obtener el máximo de información de todas las dimensiones de la cuestión (Fernández, 2002). El tipo de información que cada instrumento aporta a este trabajo es diferente; los cuestionarios resultaron especialmente útiles para obtener información descriptiva de los planos conscientes y racionales de gran cantidad de personas, mientras que las técnicas cualitativas permitieron ir más allá y ahondar en cuestiones más de tipo interno como pudieran ser, por ejemplo, las dificultades de tipo interpersonal en las actividades de ocio. Del marco teórico se deduce que un análisis adecuado de las experiencias de ocio, independientemente de que se cuantifique el comportamiento de las personas, debe tratar de explicar mediante una aproximación cualitativa lo que significan estas experiencias para dichas personas y como el género puede condicionarlas.

El que aproximaciones cualitativas y cuantitativas proporcionen informaciones diferentes no las hace incompatibles ni excluyentes, sino complementarias (Fernández, 2002). La complementación de instrumentos es un procedimiento que ya ha sido empleado con éxito en España para estudiar la implicación de las mujeres en la práctica de las AFDMN, tal y como realizó la Diputación Territorial de Aragón (1997) y Moscoso et al. (2008).

2 PROCEDIMIENTO SEGUIDO.

2 FASES DE LA INVESTIGACIÓN Y PROCEDIMIENTO SEGUIDO

Una vez aprobado el proyecto de tesis, comenzó una revisión de la bibliografía existente hasta la fecha, para lo cual se consultaron libros y revistas en bibliotecas. La fase de revisión bibliográfica sirvió para confeccionar el marco teórico y definir el diseño de la investigación más adecuado, que siguió las seis fases que se presentan en el esquema siguiente.



Una vez establecida la metodología y cuando se contó con un marco teórico sólido, se finalizó el diseño del cuestionario a emplear, lo cual pasó por la aplicación previa de un estudio piloto y un posterior análisis.

Dicho cuestionario piloto se aplicó a una muestra de 195 personas estudiantes de los diferentes cursos de la licenciatura en CAFD de la Universidad de Castilla la Mancha, de modo que la muestra fuese representativa de la variabilidad de las respuestas en los diferentes cursos.

El cuestionario piloto incluyó las siguientes secciones:

Sección y temática	Fuente	Descripción
Motivación.	Manfredo et al.(1996)	Escala tipo Likert de 108 ítems.
Dificultades.	Henderson et al.(1988)	Escala tipo Likert de 55 ítems.
Capacidad auto percibida.	Elaboración propia.	Escala tipo Likert de 35 ítems.
Estrategias.	Jackson y Rucks (1995)	Pregunta abierta.

Los datos de todas estas secciones del estudio piloto fueron analizados con el fin de observar la fiabilidad y validez de los instrumentos empleados para el cuestionario piloto como se expondrá más adelante.

Una vez configurado el cuestionario final y previamente a su aplicación, se procedió al solicitar el permiso de las personas responsables de cada uno de los centros a visitar. Primeramente, el Subdirector de Investigación y Documentación de la Facultad de Ciencias de la Actividad Física y del Deporte (INEF) envió una solicitud de colaboración; pasado un tiempo, se mantuvo una entrevista con la persona responsable de cada centro donde se solicitó la colaboración y se le dio información de los datos a recoger, así como su tratamiento posterior. Tras la aplicación de los cuestionarios, se agradeció por escrito la colaboración de las personas implicadas.

El calendario y horario de cumplimentación de los cuestionarios fue realizado por el investigador, o por algún responsable del centro, en función del sistema de funcionamiento de cada universidad. Los

cuestionarios fueron presentados, explicados, repartidos y recogidos por una encuestadora que fue informada de todos los aspectos necesarios para desarrollar esta tarea. La encuestadora estuvo presente en el momento de la cumplimentación de los cuestionarios para resolver las dudas que pudiesen surgir.

Los cuestionarios incluyeron una separata solicitando personas voluntarias para participar en el grupo de discusión que se celebró al poco tiempo de recoger los cuestionarios. La encuestadora también fue informada de este tema y trasladó al alumnado esta información.

Una vez recogidos los cuestionarios finales y con un primer análisis de estos, se realizó en la Facultad de Ciencias de la Actividad Física y del Deporte (INEF) de Madrid, el grupo de discusión. Para llevar a cabo este, se solicitó un aula donde fuese posible que sus componentes se sentasen en círculo para facilitar así la comunicación y evitar situaciones estatutarias con participantes sentados en la cabecera de la mesa (Fernández, 2002 y Aguilar 1998).

Durante los 90 minutos del grupo de discusión, se empleó como material auxiliar un fichar para hacer anotaciones, una grabadora y una cámara. Se grabó en video porque se consideró necesario determinar la representatividad tipológica de cada una de las afirmaciones, y poder así asociar la información recogida con un perfil concreto.

La última fase de la toma de datos correspondió a la obtención de información cualitativa mediante entrevistas en profundidad, que fueron llevadas a cabo una vez analizados los cuestionarios y el grupo de discusión. El análisis de contenido de cada transcripción sirvió para mejorar el guión de la siguiente entrevista.

Las entrevistas en profundidad, tuvieron lugar en el lugar seleccionado por la persona entrevistada, que siempre estuvo situado cerca de su residencia o incluso en el propio domicilio en la mayor parte de las ocasiones, lo cual sirvió además para que la entrevistadora obtuviese información adicional sobre su entorno, domicilio, vida social etc., información que aunque no queda registrada en una transcripción si que resulta útil de cara al análisis global, y en menor medida categorial de cada entrevista.

Las entrevistas en profundidad fueron realizadas sucesivamente, dejando un tiempo tras cada una de ellas para realizar la transcripción y un primer análisis, lo que permitió reajustar el guión e ir mejorando este. De los tres instrumentos descritos en este apartado, únicamente en las entrevistas en profundidad se contó con población no estudiante de CAFD, con el fin de incorporar un elemento de contraste, como se detalla en el apartado siguiente, centrado en presentar la población estudiada y las personas participantes.

POBLACIÓN ESTUDIADA Y PARTICIPANTES

3. POBLACIÓN ESTUDIADA Y PARTICIPANTES

La población de estudio estuvo constituida por el colectivo de estudiantes de Ciencias de la Actividad Física y del Deporte en la Comunidad de Madrid. Además, en el caso concreto de las entrevistas en profundidad se incluyeron participantes no vinculados con los estudios de CAFD con la finalidad principal de disponer de un elemento de contraste.

La población de estudiantes de CAFD en el curso 04-05 se encontró ubicada en tres centros públicos y tres privados, siendo el centro con un alumnado más numeroso la Facultad de Ciencias de la A.F. y del Deporte (INEF), perteneciente a la Universidad Politécnica de Madrid.

3.1. PARTICIPANTES EN LA ENCUESTA

Los/as participantes encuestados/as en el trabajo estuvieron constituidos por la totalidad de la población estudiante de la Licenciatura de Ciencias de la Actividad Física y del Deporte que se impartía en las universidades madrileñas durante el curso 2005-2006. Este curso hubo un total de 2.392 personas matriculadas en los seis centros que impartieron dicha carrera, siendo su distribución la indicada en la tabla 20.

En la tabla 20 se observa como la Facultad de Ciencias de la Actividad Física y del Deporte (INEF) de Madrid, el más antiguo de los centros, es el que dicho curso tuvo con diferencia un mayor porcentaje de alumnos/as, seguido por la Universidad Europea que se acerca al medio millar de estudiantes.

Respecto a la distribución de la población por sexos, el Consejo de Coordinación Universitaria, en sus estadísticas sobre este curso, fija que el porcentaje de mujeres en estos estudios fue del 25,6% en la Comunidad

de Madrid, siendo éste un porcentaje similar al nacional (22,8%)^a. (Consejo de Coordinación Universitaria, 2009)

Tabla 20.: Alumnado matriculado en CAFD el curso 2004-2005^b

	Matrículas	
	N	%
Facultad de Ciencias de la AF. y del D. (INEF) Universidad Politécnica de Madrid.	1.198	50,0%
Facultad de Ciencias de la AF. y del Deporte Universidad Europea de Madrid	494	20,65%
Facultad de Medicina. Universidad de Alcalá	347	14,51%
Facultad de formación del profesorado. Universidad Autónoma de Madrid.	170	7,11%
Facultad de Estudios Sociales Universidad Alfonso X el Sabio.	147	6,15%
Universidad Camilo José Cela	36	1,51%
TOTAL	2.392	100,00%

En el momento de la toma de datos, se tuvo en cuenta la casuística de algunos centros, la cual se resume en los siguientes puntos:

- En las Universidades Alfonso X el Sabio y la Universidad Europea, la licenciatura tiene una duración de cuatro cursos, por lo que segundo ciclo corresponderá a 3º y 4º curso.
- Esta licenciatura ha comenzado el curso 05-06 en la Universidad Camilo José Cela, por lo que únicamente se imparte a primer curso.
- La Universidad Autónoma de Madrid ha iniciado en el momento de recogida de cuestionarios los estudios de primer ciclo de esta licenciatura, por lo que no ha impartido todavía segundo curso. Esta universidad está cambiando además su plan de estudios para dejar esta licenciatura en 4 años y este curso se extingue el antiguo plan de cinco años. Por lo que hay un quinto curso del plan antiguo, pero el plan nuevo todavía no ha llegado a cuarto, por lo que no se imparte este curso.

^a Porcentajes calculados a partir de las estadísticas anuales del Consejo de Coordinación Universitaria. Véase bibliografía.

^b Los datos presentados en esta tabla se obtuvieron consultando directamente a estas universidades. Posteriormente, el Consejo de Coordinación Universitaria presentó en sus estadísticas anuales los siguientes datos: UPM=1.206, UEM=495, UAH=257, UAM=375, UAX=148 y UCJC=0.

METODOLOGÍA

- En la Facultad de Ciencias de la Actividad Física y del Deporte (INEF) de Madrid, el número de estudiantes matriculados por curso es ligeramente inferior al total de alumnado matriculado. Esto es debido a que en el cómputo total se añadieron las personas matriculadas únicamente en complementos de formación.

Al ser objetivo de las encuestas de esta tesis el obtener información de la totalidad de la población, se acudió a todas las clases de todos los cursos y de todas las universidades para aplicar los cuestionarios, siendo las únicas personas que quedaron excluidas de la investigación quienes no estaban presentes en el aula en ese momento o quienes no quisieron cumplimentar el cuestionario. La distribución de los cuestionarios obtenidos por centro se presenta en la tabla 21.

Tabla 21: Cuestionarios obtenidos.

	Cuestionarios	
	n	%
Facultad de Ciencias de la AF. y del D. (INEF) Universidad Politécnica de Madrid.	545	45,42%
Facultad de Ciencias de la AF. y del Deporte Universidad Europea de Madrid	332	27,67%
Facultad de Medicina. Universidad de Alcalá	82	6,83%
Facultad de formación del profesorado. Universidad Autónoma de Madrid.	129	10,75%
Facultad de Estudios Sociales Universidad Alfonso X el Sabio.	81	6,75%
Universidad Camilo José Cela	31	2,58%
TOTAL	1200	100,00%

Finalmente, se recogieron 1.200 cuestionarios, los cuales representan el 50,2% del total de la población (N=2.392) según datos de las propias universidades. De todos los cuestionarios recogidos, un 71.5% (858 cuestionarios) correspondieron a hombres, mientras que 27,9% (n=335) fueron cumplimentados por las mujeres.

3.2. PARTICIPANTES DEL GRUPO DE DISCUSIÓN

Siguiendo las pautas establecidas, e integrando las aportaciones de Aguilar (1998), y Fernández (2002), se tuvieron en cuenta los siguientes criterios de selección de los componentes:

- Homogeneidad en cuanto a temas comunes y variables sociales, lo que se consiguió al ser todos estudiantes de CAFD.
- Heterogeneidad en forma de ciertas diferencias en cuanto a tipologías, de modo que pueda haber discusión de los diferentes puntos de vista.
 - Número similar de hombres y mujeres.
 - Frecuencias diversas de práctica de AFDMN.
 - Practicantes de AFDMN de fácil accesibilidad y también de difícil accesibilidad.
 - Representación de la totalidad de los cursos que componen los estudios de licenciatura en AFD.
 - Presencia equilibrada de alumnado de centros públicos y privados.
 - Los componentes del grupo de discusión no deben conocerse entre si, perteneciendo en este caso concreto a cursos o grupos diferentes.

En base a estos criterios, se formó un grupo de discusión caracterizado por los siguientes rasgos:

Tabla 22.: Participantes en el grupo de discusión.

MUJERES	1	Centro privado. 2º Curso. Senderismo y bicicleta de montaña. Frecuencia mensual y sobretodo vacacional.
	2	Centro público. 3º Curso. Alpinismo, escalada, senderismo, cañones. Frecuencia semanal Está en la directiva de un club de montaña.
HOMBRES	3	Centro público. 1º Curso. Senderismo, bicicleta de montaña y otras actividades. Frecuencia de práctica semanal. Monitor de Tiempo Libre en activo.
	4	Centro privado. 4º Curso. Orientación, instalaciones con cuerdas. Campamentos. Frecuencia de práctica vacacional. Monitor de Tiempo Libre en activo.
	5	Centro público. 5º Curso. Senderismo y ascensiones. Frecuencia de práctica semanal.

El acceso a las personas que participaron en el grupo de discusión resultó ser una cuestión compleja, ya que confluyeron una serie de problemas. A la dificultad de localizar al alumnado con el perfil indicado, se añadió la de reunir a todas estas personas en un mismo lugar y un mismo momento.

El modo de acceder al alumnado fue mediante una separata que se añadió a los cuestionarios. En dicha separata se explicó brevemente el interés de identificar participantes voluntarios para dicho grupo de discusión y se proporcionó un espacio para poder ofrecerse a través de un modo de contacto. Dicha separata se recogía separada del cuestionario para garantizar el anonimato de éste último. Esta cuestión fue explicada también por la persona que aplicó los cuestionarios.

De los cuestionarios recogidos antes de desarrollar el grupo de discusión se recogió casi medio centenar de separatas cumplimentadas que sirvieron para contactar con posibles personas interesadas. En el primer contacto, tras agradecer su colaboración se les preguntó acerca de sus hábitos de práctica de AFD y de AFDMN y su disponibilidad horaria. De este modo se obtuvo un listado de posibles miembros del grupo de discusión, su perfil y disponibilidad que fue de gran ayuda a la hora de configurar dicho grupo.

ENTREVISTAS

3.3. PARTICIPANTES EN LAS ENTREVISTAS EN PROFUNDIDAD

En base a los objetivos e hipótesis y sobretudo a los resultados del grupo de discusión y cuestionarios, se fijaron los criterios de selección de las personas entrevistadas. Además de utilizar como criterio de selección el sexo (mismo número de hombres que mujeres), se tuvieron en cuenta otros aspectos como el tipo de vinculación con las AFDMN y la incidencia de factores condicionantes de esa práctica como pudiera ser la doble jornada.

Con respecto a las entrevistas en profundidad, las personas entrevistadas fueron hombres y mujeres con diferentes grados de vinculación con las AFDMN. Partiendo de la base de que la mayor parte de las personas entrevistadas debían de tener una alta frecuencia de práctica de estas actividades, se pretendió cubrir los diversos tipos de vinculación con las actividades en el MN, seleccionándose cinco tipos de vinculaciones muy diferenciados:

- Vinculación carácter laboral con estas actividades, ya sea como docente en actividades de formación asociadas al medio natural o como guía en excursiones.
- Práctica de AFDMN a nivel medio-alto con una frecuencia de práctica habitual.
- Práctica de AFDMN a bajo nivel y con una frecuencia esporádica.

El segundo aspecto mencionado, la incidencia de factores condicionantes de esa práctica, resulta especialmente importante de cara al abordaje de aspectos como las dificultades encontradas en la práctica y los modos de superación de estos problemas. Se seleccionaron varias personas informantes que compatibilizasen su práctica con responsabilidades familiares (pareja e hijos). Del mismo modo, se incluyeron personas con distintos tipos de jornada laboral, combinando trabajadores/as a jornada completa con personas con jornada intensiva, y ocupaciones en días de diario con ocupaciones de fines de semana y festivos.

También se consideró oportuno incluir a dos personas licenciadas en CAFD que desarrollasen actividades docentes en educación secundaria; esto permitió indagar por un lado en los objetivos relacionados con los estudios de CAFD y por otro lado preguntar acerca del estado de las cuestiones a tratar en su alumnado.

En base a los criterios anteriormente expuestos, las personas entrevistadas reúnen las características tipológicas que se muestran en la tabla siguiente:

♀ Tabla 23.: Tipologías de las personas en las entrevistadas. ♂

1	Relación de carácter laboral con las AFDMN, ya sea como docente en actividades de formación asociadas al medio natural. Puede practicar también estas actividades fuera de su horario de trabajo con buenos resultados. En activo. Sin hijos. Persona de entre 20 y 30 años.	6
2	Relación no laboral con las AFDMN. Responsabilidades laborales ajenas a las AFDMN. Alta frecuencia de práctica y en activo. Dilatada experiencia en la práctica de AFDMN de difícil accesibilidad y elevado grado de compromiso. Responsabilidades familiares (hijos). Persona de más de 50 años.	7
3	Responsabilidades laborales ajenas a las AFDMN. Práctica ocasional y esporádica. Pocos años practicando y muy poca experiencia. Actividades de fácil accesibilidad y escaso grado de compromiso. Sin hijos. Persona de entre 20 y 30 años.	8
4	Licenciado en Ciencias de la Actividad Física y del Deporte, relativa vinculación laboral con las AFDMN, en forma de docencia en educación secundaria o trabajos esporádicos en campamentos o similares. Practicante de Actividades en la naturaleza cuyo perfil de práctica sea asociable a uno de los dos grupos anteriores. Sin hijos. Persona de entre 20 y 30 años.	9
5	Responsabilidades laborales ajenas a las AFDMN Muy escasa práctica de AFDMN. Sin experiencia. Sin hijos. Persona entre 18 y 30 años.	10

En el anexo N° VIII de esta tesis se encuentra el perfil detallado de cada una de las personas entrevistadas.

El procedimiento de selección se llevó a cabo a través de contacto con particulares o clubes, descartando a las personas del círculo de conocidos del investigador y la entrevistadora.

En el contacto previo a la entrevista en profundidad se solicitó la colaboración a la persona, explicando de forma somera y sin entrar en detalles, la finalidad de la entrevista, se explicó que ésta sería grabada para poder hacer una transcripción y se garantizó el anonimato de la persona informante.

Cuando la persona a entrevistar dio su autorización, se procedió a fijar fecha y hora para realizar la entrevista en profundidad, la cual tuvo lugar en el sitio seleccionado por la persona entrevistada.

Por lo general, las personas con las que se contactó mostraron una buena disposición para desarrollar las entrevistas en profundidad, aunque en el caso de quienes estaban escasamente vinculados con las AFDMN, hubo cierto reparo inicial derivado de las dudas que mostraron respecto a la importancia de su contribución de cara a proporcionar información relativa a unas actividades con las que la vinculación era escasa.

. IDENTIFICACIÓN DE LAS VARIABLES DE ESTUDIO.

4 . IDENTIFICACIÓN DE LAS VARIABLES DE ESTUDIO

En el siguiente apartado se presentarán las variables a estudiar en esta tesis. Los diferentes instrumentos empleados indagarán en mayor o menor medida en cada una de estas variables, como se describirá en el siguiente apartado.

El conjunto de las variables de estudio del presente trabajo son las siguientes:

Sexo

El sexo fue una variable determinante en esta investigación, ya que fue relacionado con el resto de variables con el fin de conocer cómo hombres y mujeres asemejan o difieren respecto a las otras cuestiones investigadas.

Curso de estudios

En la codificación de los cuestionarios, se anotó la variable curso con la intención de poder realizar una comparación de la evolución del resto de variables a lo largo de la carrera y poder así comparar al alumnado recién llegado a primer curso con los de último curso.

Participación general en actividades físico deportivas

Con relación a la práctica deportiva general, se midió en dos dimensiones: la actividad practicada en concreto y su frecuencia de

METODOLOGÍA

realización; esto último permitió clasificar a la muestra según la frecuencia de práctica en los siguientes grupos:

- Practicante regular de AFD: frecuencia mínima de tres sesiones semanales.
- Esporádico: Frecuencia de práctica entre regular y vacacional.
- Vacacional.
- No practicante de AFD.

Participación en actividades físico deportivas en el medio natural

Respecto a la práctica deportiva en el medio natural, los datos concernientes a la frecuencia de práctica permitieron clasificar a la muestra en función de sus hábitos de práctica, mientras que los datos del tipo de práctica de permitieron clasificar las actividades según el medio físico empleado y la accesibilidad de la práctica.

La información sobre frecuencia de práctica de AFDMN sirvió para conocer la vinculación de las personas con el medio natural y clasificar a la población encuestada en los siguientes grupos:

- Practicantes regulares de AFDMN: aquellos con una frecuencia de práctica mínima de varias veces al mes.
- Esporádicos: aquellos que salen con una frecuencia inferior a la regular, pero superior a la vacacional.
- Vacacionales: quienes salen únicamente en vacaciones:
- No practicantes de AFDMN.

Los datos sobre tipo de práctica de AFDMN en el cuestionario permitieron agrupar las actividades practicadas en función de dos criterios: medio físico y accesibilidad. El criterio para clasificar el medio físico donde se realizaron estas actividades fue el de Casterad et al. (2000), mientras que para la accesibilidad se tomó el criterio de la Diputación Territorial de Aragón, (1997).

Motivos para practicar actividades físico deportivas en el medio natural

La motivación se midió en la forma de las razones para salir al medio natural. Se buscaron diferencias de género en estas razones, las cuales oscilaron entre motivaciones internas como la búsqueda de introspección o sentir el contacto con la naturaleza, hasta motivaciones externas como dirigir a otros o mejorar las relaciones sociales.

Dificultades percibidas

Se entiende como dificultad percibida para salir al medio natural todo aquello que restringe o imposibilita la práctica de AFDMN. En la aproximación cualitativa a la toma de datos, estas dificultades se midieron de un modo abierto, mientras que en los cuestionarios se indagó acerca de dificultades intrapersonales, interpersonales y estructurales.

Estrategias de superación de dificultades

Se define como estrategia los modos y las formas que las personas emplean para abordar y superar las dificultades. Las estrategias, igual que los problemas para salir al medio natural se midieron en sus dimensiones internas, sociales y estructurales.

Competencia auto percibida sobre diferentes ámbitos relacionados con las actividades físico deportivas en el medio natural

La valoración de la capacidad auto percibida del alumnado de CAFD relativa a los diversos ámbitos relacionados con las AFDMN se categoriza en la relativa a las técnicas de aire libre y a la gestión de las actividades en la naturaleza.

Percepción del alumnado de último curso sobre la formación recibida en actividades físico deportivas en el medio natural

La percepción que tienen quienes estudian la carrera de CAFD en relación a la formación recibida en AFDMN se midió igualmente en los tres ámbitos relacionados con las AFDMN: técnicas, gestión y docencia de estas actividades.

Expectativas del alumnado de 1º curso sobre su formación inicial en actividades físico deportivas en el medio natural

En el caso del alumnado de primer curso no tuvo sentido indagar acerca de la formación recibida, por lo que se preguntó en cuestionarios y las entrevistas en profundidad sobre las expectativas en cuanto a la formación que esperaba recibir durante la carrera los ámbitos de técnicas, gestión y docencia.

5 INSTRUMENTOS DE RECOGIDA DE DATOS.

5. INSTRUMENTOS DE RECOGIDA DE DATOS

Como se expuso al comenzar el apartado metodología, esta investigación está basada en la triangulación a través de los resultados obtenidos mediante diferentes aproximaciones de la investigación social: encuesta, grupo de discusión y entrevistas. En este apartado se presentan los instrumentos empleados, así como sus diferentes características.

5.1. CUESTIONARIOS

El cuestionario empleado en este trabajo (Ver anexo II) está compuesto por un conjunto de instrumentos ya empleados y validados en estudios anteriores. Además de estos, se elaboró un cuestionario para medir la competencia auto percibida y las expectativas laborales relacionadas con las AFDMN.

Para la medición de las motivaciones para la práctica de AFDMN, las dificultades y las estrategias, se revisaron los estudios cuantitativos precedentes al respecto, concediendo especial atención a sus instrumentos, sus características psicométricas y si habían sido validados por estudios posteriores. La selección definitiva de instrumentos, además de estas cuestiones, tuvo en cuenta el grado de adecuación a esta tesis, esto es: la inclusión de la perspectiva de género y el que el estudio se centrara en ocio en el medio natural más que ocio en general.

En los casos de dificultades en la práctica de AFDMN y de las razones o motivos para salir a este medio, fue necesario el traducir del inglés los instrumentos originales. La traducción fue realizada separadamente por dos expertos independientes vinculados con el ámbito de las AFDMN. Una vez obtenidas las dos traducciones, se contrastaron éstas para llegar al documento definitivo traducido que se pasó al cuestionario piloto y posteriormente al estudio definitivo.

El cuestionario incluyó información sobre edad y sexo, además de las secciones que se sintetizan a continuación.

Sección y temática	Fuente	Descripción
Participación AFD. Tipo actividad: Frecuencia:	Sánchez y Fernández (2004)	Pregunta abierta. Escala 5 puntos.
Participación AFDMN. Tipo actividad: Frecuencia:	Sánchez y Fernández (2004)	Pregunta abierta. Escala 4 puntos.
Posesión licencia. Modelo. Acompañamiento.	Elaboración propia. Elaboración propia. INEF Lleida (1999)	Pregunta abierta. P. cerrada respuesta única. P. cerrada respuesta múltiple.
Motivación	Manfredo et al.(1996)	Escala tipo Likert de 37 ítems.
Dificultades	Henderson et al.(1988)	Escala tipo Likert de 25 ítems.
Estrategias.	Hubbard y Mannell (2001)	Escala tipo Likert de 29 ítems.
Asignatura sobre MN	Elaboración propia.	Pregunta abierta.
Actividad laboral futura	Elaboración propia.	Dicotómica respuesta múltiple semicerrada.
Expectativas / Contribución	Elaboración propia.	Escala tipo Likert de 3 ítems.
Competencia auto percibida.	Elaboración propia	Escala tipo Likert de 11 ítems.

La presentación y descripción de los distintos instrumentos empleados en el cuestionario se presenta a continuación:

Cuestionario sobre motivos para practicar AFD en el medio natural (basado en Manfredo et al. 1996)

Se empleó una escala proveniente del banco de motivos elaborado a través de una meta investigación por Manfredo et al. en 1996 (Recreation Experience Preference Scales). Este instrumento tiene las siguientes características: escala tipo likert de 5 puntos compuesta por 109 ítems agrupados en 19 categorías. Las ventajas que presenta el banco de motivos de Manfredo, es su amplitud y posibilidad de ajuste a la población objeto de estudio mediante el procedimiento que estos autores especifican en su estudio. Esta posibilidad de selección de razones para personalizar el instrumento implica el que no haya coincidencia exacta entre los ítems empleados en diferentes estudios.

En este trabajo, el banco de ítems fue depurado siguiendo las recomendaciones del estudio original (Manfredo et al. 1996), basándose

en estadísticos de fiabilidad (alfa) y análisis factorial exploratorio^a, quedando identificadas tras el proceso las 37 razones o motivos agrupadas en 12 factores que se incluyeron finalmente en el cuestionario final.

En un primer análisis factorial exploratorio (AFE), la prueba de KMO dio un resultado de ,838, mientras que la prueba de esfericidad de Bartlett dio como resultado un $\chi^2=18140$ $p=,000$, lo que muestra que los datos del estudio piloto se muestran adecuados para un análisis factorial. El análisis factorial exploratorio de los resultados del cuestionario piloto extrajo la matriz de componentes rotados que puede observarse en la tabla 1 del anexo I. En dicha matriz de componentes se han ocultado aquellos coeficientes de saturación menores a 0,4.

El análisis mostró una estructura de 18 factores coincidentes con las categorías o subcategorías del estudio original. La varianza total explicada por el AFE fue de 65,803% y los porcentajes de varianza explicados por cada factor oscilaron desde 7,774% en el primer factor, hasta 1,330% en el último. Los valores propios de cada factor también oscilaron entre 8,396 y 1,437, como puede apreciarse en la tabla 2 del anexo I.

Con relación a la consistencia interna del total de la escala, ésta fue medida a través del estadístico alfa de Crombach , concretamente el valor para el conjunto de la escala fue de 0,9167. El alfa de cada factor (ver tabla 2 del anexo I) osciló entre 0,9349 y 0,7236.

En base a los resultados del análisis exploratorio, se ajustó la escala, configurándose la escala definitiva, a través de la aplicación de los siguientes criterios:

- Se descartaron los ítems con coeficientes de saturación menores a 0,665 y los que tuviesen saturaciones en otro factor mayores a 0,4.^b
- Se descartaron los factores que contuviesen un solo ítem.

^a Método de extracción recomendado por los autores: Unweighted least squares.

^b Se hizo una excepción con el ítem “Aprender de lo que soy capaz” para mantener el factor “ponerme a prueba”

- Dentro de cada factor, se eliminaron los ítems que en el estudio original perteneciesen a otros factores diferentes, como fue el caso, a modo de ejemplo, de los ítems que en el estudio original pertenecen a “introspección” y en el exploratorio se mezclaron con “escape personas”.^a

Como consecuencia, y para la configuración final del instrumento empleado en este estudio, la escala quedó formada por 37 ítems agrupados en 12 factores que se presentan a continuación: contacto con naturaleza, evasión, autonomía y liderazgo, nostalgia, asumir riesgos, reconocimiento social, personas similares, escape personas, ejercicio físico, nuevas personas, dirigir a otros y ponerme a prueba. Con esta estructura, se levó a cabo un segundo AFE, cuyos datos obtenidos en el total de la muestra participante en este trabajo, se mostraron igualmente adecuados a un modelo factorial, como muestran los resultados de la prueba de Kaiser-Meyer-Olkin ($KMO=0,868$) y la prueba de esfericidad de Bartlett ($\chi^2=24319,5$ y $p=0,000$).

Este segundo AFE proporcionó una la matriz de componentes rotados que puede observarse en la tabla 3 del anexo I. En dicha tabla se han ocultado aquellos coeficientes de saturación menores a 0,5. La varianza total explicada en este caso aumentó al 77,686%, así como los porcentajes de varianza explicados por cada factor, que oscilaron desde 9,051% en el primer factor, hasta 4,415% en el último. Los valores propios de cada factor, oscilan entre 3,349 y 4,415 como puede apreciarse en la tabla 4 del anexo I.

^a Los factores “aprender de la naturaleza” y “disfrutar de la naturaleza” del estudio original se fusionaron un nuevo factor denominado “contacto con la naturaleza”.

Con relación a la consistencia interna del conjunto de la escala, ésta fue de 0,9089. El alfa de cada factor está representado en la tabla 4 del anexo I y sus valores oscilan entre 0,9282 y 0,8227.

Cuestionario sobre dificultades (basado en Henderson et al. 1988)

Tras revisar y evaluar los instrumentos cuantitativos disponibles acerca de las dificultades en la práctica potencial o real de AFDMN se optó por recurrir a la instrumentación utilizada por Henderson, Snaltaker y Taylor (1988).

El estudio de Henderson y sus colaboradoras es una escala tipo likert de 5 puntos y 55 ítems que analizados factorialmente produjeron 10 factores. Éste es el instrumento que se consideró más adecuado ya que tiene en cuenta dificultades y factores específicos de las mujeres y es más amplio que otros instrumentos disponibles

Este cuestionario presenta además las ventajas de haber sido aplicado a una muestra de 294 mujeres de entre las cuales hay un 58% de estudiantes universitarias, tener buenos datos psicométricos en casi todos sus factores, como se verá posteriormente y además ha sido diseñado por autoras de prestigio, siendo posteriormente citado en estudios ulteriores de entre los que destacan el de Crompton y Seong-Seop (2004) y los macroestudios de Jackson (1994) y Carroll y Alexandris (1996), los cuales tomaron ítems y factores de este trabajo.

La mayor limitación de este instrumento reside en su antigüedad, lo inespecífico en cuanto a AFDMN (incluye otros aspectos de recreación) y unos valores psicométricos en algún factor algo bajos. Pese a esto, se llegó a la conclusión de que las ventajas superaban los inconvenientes.

En el estudio original de Henderson et al. (1988), los valores psicométricos obtenidos mostraron una consistencia interna (alfa) global de 0,92 y de cada factor que osciló entre 0,86 y 0,66. La varianza total representada fue de un 60%, las autoras no proporcionaron datos sobre las varianzas parciales de cada factor, pero si presentaron los datos sobre las puntuaciones factoriales, que oscilan entre 3,62 y 1,44. Sus datos agruparon los ítems dentro de los 10 factores siguientes: falta de tiempo, dinero, servicios, preocupaciones familiares, desconocimiento, desinterés, dificultades relativas a la toma de decisiones, mala imagen corporal, insuficientes destrezas y desaprobación social.

Los resultados obtenidos sobre este instrumento en un primer AFE, mostraron una estructura de los datos con buen ajuste a un modelo factorial ($KMO=,858$ y $Bartlett\ c^2=4455.436$ $p=,000$). El AFE también produjo la matriz de componentes rotados que puede observarse en la tabla 5 del anexo I. En dicha matriz de componentes se han ocultado aquellos coeficientes de saturación menores a 0,4. El modelo obtenido por este primer AFE consta de 10 factores

La varianza total explicada por este primer análisis factorial fue de 61,170% y los porcentajes de varianza explicados por cada factor oscilaron desde 14,097% en el primer factor, hasta 2,885% en el último. Los valores propios de cada factor también oscilaron entre 6,908 y 1,414, como puede apreciarse en la tabla 6 del anexo I. Con relación a la consistencia interna (Alfa), del total de la escala, ésta fue de 0,9375. El alfa de cada factor está representado en la tabla 4 del anexo I y osciló entre 0,904 en el caso del primer factor y 0,3149 en el caso del último.

Con los resultados de este primer análisis se observó que no todos los ítems se agrupaban del mismo modo que en el instrumento original y que los últimos factores no obtuvieron una buena consistencia interna ni un destacado valor de varianza representada, no obstante, las agrupaciones sí tenían sentido al tener en cuenta los factores resultantes tomando referencia los ítems de saturaciones más altas, por lo que se optó por realizar un ajuste reduciendo en parte el instrumento original.

De esta forma, se ajustó la escala de un modo muy similar a lo realizado en el caso de las razones o motivos, configurándose la escala definitiva a partir de los siguientes criterios:

- Se descartaron los ítems con coeficientes de saturación menores a 0,6 y los que tuviesen saturaciones en otro factor mayores a 0,4.
- Se descartaron los factores que contuviesen un solo ítem.
- Dentro de cada factor, se eliminaron los ítems que en el estudio original perteneciesen a otros factores diferentes.^a

Tras lo anterior, el instrumento se redujo a una escala de 25 ítems agrupados en los siguientes factores: interés, medios, familia, planificación, auto concepto, desconocimiento, tiempo y dinero.

Con esta estructura se llevó a cabo un segundo AFE, cuyos datos se mostraron, adecuados al modelo factorial, como muestran los resultados de la prueba de Kaiser-Meyer-Olkin ($KMO=0,873$) y la prueba de esfericidad de Bartlett ($\chi^2=11296,6$ y $p=0,000$). En este caso, se extrajo la matriz de componentes rotados que puede observarse en la tabla 7 del anexo I, en la que se han ocultado aquellos coeficientes de saturación menores a 0,5.

La varianza total explicada por este segundo AFE se incrementó al 69,686% y los porcentajes de varianza explicados por cada factor oscilaron desde 12,551% en el primer factor, hasta 6,204% en el último. Los valores propios de cada factor también oscilaron entre 3,138 y 1,551, como puede apreciarse en la tabla 8 del anexo I.

Con relación a la consistencia interna (Alfa), del total de la escala, ésta fue de 0,8932. El alfa de cada factor está representado en la tabla 8 (anexo I) y osciló entre 0,8955 y 0,6429, elevándose esos valores respecto al primer AFE.

^a Los factores “medios” y “servicios” del estudio original se fusionaron un nuevo factor denominado “medios” y también se fusionaron los factores “cuerpo” y “decisión” en un nuevo factor llamado “auto concepto”.

Cuestionario sobre estrategias de superación de las dificultades

Para estudiar el modo en que las dificultades expuestas podían ser superadas o minimizadas, se siguió el mismo procedimiento que el aplicado por Jackson y Rucks (1995), en el cual estos autores preguntaron de modo abierto qué estrategias se han seguido para superar las dificultades. Se incluyó en el estudio piloto una pregunta de respuesta abierta, con cuyas respuestas, se realizó una primera clasificación de las estrategias usadas, uniendo las similares y agrupando éstas por categorías. De este modo se obtuvo un listado de diferentes estrategias que se encuentra en la tabla 9 del anexo I.

La clasificación de estrategias obtenidas en el estudio piloto, se definió con la ayuda de un experto independiente y se volvió a revisar según los siguientes criterios:

- Se incluyó al menos una estrategia por categoría, para que todas las categorías tuviesen representación.
- Se eliminaron las estrategias peor formuladas.
- Prevalcieron aquellas con mayor aplicación al MN y las que inciden en aspectos asociados al género.
- Inclusión del máximo número de ítems posibles en función del espacio físico disponible en el cuestionario.

Como consecuencia, la configuración final integra 29 ítems agrupados en torno a las siguientes categorías: priorización (3 ítems), práctica (2), mejora de la C.F. (1), conseguir transporte (1), aprender (2), relaciones interpersonales (4), mejor organización del tiempo (3), finanzas (7), cambiar las aspiraciones de ocio (5) y otros (2). Se dejó un espacio en blanco para que el encuestado/a pudiese añadir alguna otra estrategia.

La estructura del instrumento en este estudio se tomó de Hubbard y Mannell (2001), el cual, tras una pregunta filtro sobre si había alguna actividad practicada a pesar de las dificultades (igual que Jackson y Rucks, 1995), pedía que se indicase la frecuencia con la que se utilizan una serie de estrategias.

El resultado obtenido en este trabajo sobre la consistencia interna (alfa) de la escala de estrategias fue de 0,8778. Aunque los datos mostraron un buen ajuste al modelo factorial ($KMO = ,827$ y Bartlett $\chi^2 = 2139,8$ $p = ,000$), no se encontró sentido a su agrupamiento por factores, por lo que la escala sobre estrategias de superación de dificultades fue analizada ítem por ítem.

Cuestionario de competencia auto percibida sobre diferentes ámbitos relacionados con las actividades físico deportivas en el medio natural

La competencia auto percibida en habilidades relacionadas con el medio natural, se cuantificó en el cuestionario piloto con una escala de elaboración propia que incluyó una serie de ítems que abarcan técnicas de aire libre, la capacidad de enseñar dichas técnicas y conocimientos de gestión. Este listado de ítems fue extraído de los currículos vigentes en Madrid sobre ESO y bachillerato, técnicos deportivos en montaña y formación profesional, además de los cursos de monitores y coordinadores tiempo libre.^a

Las capacidades y habilidades presentadas fueron agrupadas en los ámbitos de docencia (11 capacidades), recreación (13) y organización y gestión (12). El ámbito de técnicas en el medio natural incluyó aspectos fundamentales para desplazarse y permanecer en el medio natural como manejar una brújula o montar una tienda de campaña mientras que docencia en el medio natural presentó los mismos ítems que técnicas pero precedidos de “Enseñar a ...”. El ámbito gestión contuvo habilidades relacionadas con las AFDMN desde el punto de vista empresarial.

^a De esta legislación fueron excluidos los contenidos no específicos del medio natural, los de conocimiento del medio, primeros auxilios, entrenamiento y deporte y los concernientes al trabajo con poblaciones especiales.

Un primer AFE evidenció que los ámbitos de enseñanza y técnicas se mostraban en un único factor (Tabla 10 - anexo I) Esto llevó a descartar los ítems correspondientes a enseñanza y realizar un análisis manteniendo los ítems de gestión y técnicas, obteniendo los siguientes resultados:

Los datos de este AFE eliminando los ítems de educación se muestran adecuados ($KMO=,948$ y $Bartlett\ c2=4480,980$ $p=,000$). El análisis produjo la matriz de componentes rotados que puede observarse en la tabla 12 (anexo I). En dicha matriz de componentes se han ocultado aquellos coeficientes de saturación menores a 0,4.

La varianza total explicada por este AFE fue de 67,579% y los porcentajes de varianza explicados por cada factor oscilaron desde 40,139% en el primer factor, hasta 27,440% en el último. Los valores propios de cada factor también oscilaron entre 10,035 y 8,860, como puede apreciarse en la tabla 13 del anexo I.

Con relación a la consistencia interna (Alfa), del total de la escala, ésta fue de 0,9688. El alfa de cada factor está representado en la tabla 13 del anexo I y osciló entre 0,97 y 0,9212.

En base a los datos del segundo factorial, se ajustó el instrumento bajo los siguientes criterios: en el factor gestión, que alcanzaba saturaciones más elevadas que en el factor técnicas se descartaron todos los ítems con saturaciones menores a 0,835, mientras que en el factor técnicas se descartaron los ítems con valores menores a 0,7.^a

^a Se descartó también “Orientarme mediante indicios naturales” por ya tener dos ítems de orientación con mayores saturaciones.

Dentro del cuestionario final, la escala así filtrada se mostró adecuada para un análisis factorial, como muestran los resultados de la prueba de Kaiser-Meyer-Olkin ($KMO=0,876$) y la prueba de esfericidad de Bartlett ($\chi^2=7212,503$ y $p=0,000$). La matriz de componentes rotados se muestra en la tabla 14 del anexo I.

La varianza total explicada por este AFE fue de 67,449% y los porcentajes de varianza explicados por cada factor oscilaron desde 33,796% en el primer factor, hasta 33,654% en el último. Los valores propios de cada factor también oscilaron entre 3,718 y 3,702, como puede apreciarse en la tabla 15 (anexo I). Con relación a la consistencia interna (Alfa), del total de la escala, ésta fue de 0,8802. El alfa de cada factor está representado en la tabla 15 (anexo I) y osciló entre 0,9111 y 0,878.

Cuestionario sobre actividad laboral futura

Mediante una pregunta dicotómica, se midió la disposición a desarrollar la actividad profesional futura en alguno de los ámbitos de las AFDMN (gestión, recreación o educación), dejando un espacio para que se señalase otro ámbito.

Cuestionario sobre participación en actividades físico deportivas

La práctica de AFD fue abordada con la misma instrumentación que Sánchez y Fernández (2004) emplearon con una población de edad similar en la Comunidad de Madrid.

Esta cuestión se midió mediante tres preguntas, una primera, que a modo de filtro preguntó si se realizaba algún tipo de actividad físico deportiva, una segunda, de carácter abierto, donde el encuestado debió indicar la actividad o actividades realizadas y una tercera, que mediante una escala permitió señalar las frecuencias.

Cuestionario sobre participación en actividades físico deportivas en el medio natural

La participación en AFDMN se midió del mismo modo que la práctica de AFD en general. Esta sección sirvió también de filtro, ya que a quienes afirmaron practicar AFDMN, se les pidió cumplimentar una sección del cuestionario que recogió información de los siguientes temas:

- Posesión de licencia federativa (una pregunta filtro y otra abierta indicando la federación).
- Modelo de esa práctica (recreación o rendimiento).
- Acompañamiento (7 ítems dicotómicos tomados del estudio del INEF de Lérida de 1999).

Cuestionario sobre expectativas del alumnado de primer curso sobre formación a recibir relativa a las actividades físico deportivas en el medio natural.

En el cuestionario final empleado en esta tesis, se solicitó al alumnado de primer curso una valoración acerca de las expectativas sobre las enseñanzas que iba a recibir afines a las AFDMN en los ámbitos de gestión, recreación y enseñanza. Los datos de consistencia interna (alfa) de esta escala de elaboración propia dieron un valor de 0,728.

Cuestionario sobre percepción del alumnado de último curso sobre la formación recibida en relación a las actividades físico deportivas en el medio natural.

Dentro del cuestionario final, el apartado de valoración de la formación recibida en estos estudios también fue diseñado mediante elaboración

propia consistió en una pregunta directa a través de una escala tipo Likert que indagó, a través de tres ítems de 5 puntos, acerca la contribución de los estudios de CAFD de los ámbitos gestión, recreación y enseñanza. Esta escala obtuvo una consistencia interna (alfa) con valor de 0,7357

Cuestionario sobre asignaturas cursadas sobre actividades físico deportivas en el medio natural

Dado que las asignaturas cursadas relativas a AFDMN podían influir en las respuestas de algunas secciones del cuestionario, como por ejemplo las relativas a capacidad auto percibida o la contribución de la formación recibida en la carrera, se incluyó una pregunta abierta donde el alumnado indicó las asignaturas cursadas hasta la fecha. Como que en primer curso no había asignaturas optativas sobre esta cuestión, esta pregunta no se incluyó en primer curso.

5.2. GRUPO DE DISCUSIÓN:

5.2. GUIÓN DEL GRUPO DE DISCUSIÓN

Las dimensiones de estudio del grupo de discusión se centraron en la participación, dificultades y modos de superación de estas, dando especial énfasis a las estrategias de afrontación de estas dificultades. La motivación fue tratada de un modo algo más somero que el resto de variables, ya que como se comentó anteriormente, esta cuestión fue analizada principalmente mediante cuestionarios.

En la realización del grupo de discusión, se partió de un guión previamente estudiado y consensuado que se ha incluido en el anexo V de esta tesis. Dicho guión hace especial hincapié en las estrategias más empleadas por el alumnado de CAFD en Madrid para practicar AFDMN, superando posibles dificultades percibidas derivadas de esta práctica.

Junto con la participación en AFDMN se indagó acerca de lo que se consideraban AFDMN y lo que no, ya que en el análisis de los cuestionarios no apareció consenso en este sentido y el grupo de discusión era una buena oportunidad para obtener información al respecto. También se aprovechó para informarse acerca del modo en que se realizaban cada una de estas actividades.

También se valoró de forma cualitativa y estimativa, el grado de motivación de las personas hacia la práctica de estas actividades, ya que si los cuestionarios indagaron acerca de las razones o motivos, los instrumentos cualitativos se centraron en la intensidad de la motivación, de cara a estudiar posibles relaciones entre dicha motivación con las dificultades percibidas y su posterior superación.

El grupo de discusión, de 90 minutos de duración, indagó también acerca de las dificultades experimentadas por los participantes a la hora de salir al medio natural, las cuales fueron escritas en un fichar a modo de

lluvia de ideas con la intención de clasificarlas según diferentes criterios y también asociarlas a los diferentes modos de superación de estas. Se pidió a la moderadora del grupo de discusión que no se conformase con dificultades explícitas y políticamente correctas como la falta de tiempo o ingresos. Estas dificultades fueron el punto de partida del estudio de las estrategias de superación de las dificultades.

Para favorecer la imparcialidad y crear un clima de confianza o entendimiento, el grupo de discusión, al igual que las entrevistas en profundidad, fue moderado y analizado por una psicóloga, licenciada además en investigación comercial y marketing, con experiencia en este tipo de técnicas. Esta persona fue también ajena a la práctica de AFDMN, para garantizar que no existirán unas vivencias previas que puedan condicionar la entrevista en profundidad, aunque ello conllevó la necesidad de una preparación de la entrevistadora en ese campo.

Tras agradecer la asistencia de las personas que acudieron, el grupo de discusión comenzó con una presentación de la moderadora y las presentaciones de sus componentes que incluyese información acerca de su práctica de AFDMN y su centro de procedencia. Esta presentación entre informantes tuvo como principal objetivo el establecer un clima de confianza y motivador entre las personas informantes y además sirvió para confirmar la información detallada obtenida sobre los perfiles de las personas participantes.

Dado que en la convocatoria de un grupo de discusión no se debe entrar en demasiados detalles sobre los asuntos a tratar, para que no lleven dichos temas preparados y racionalizados (Aguilar, 1998), se explicó de manera somera y sin entrar en excesivos detalles el objetivo general del grupo de discusión, aunque sí se incidió en la importancia de éste con respecto a la toma de datos, siendo el fin último, el motivar a quienes participaron para que colaborasen en dicho grupo.

5.3. ENTREVISTAS EN PROFUNDIDAD

Las dimensiones de estudio de las entrevistas en profundidad fueron las mismas que para el grupo de discusión, con la salvedad de que la variedad de perfiles y la mayor posibilidad de profundización añadieron a estas entrevistas la posibilidad de profundizar en determinadas cuestiones en función del perfil; en este sentido y por citar algunos ejemplos, en las personas mayores de 50 años y con hijos, se pudo indagar detenidamente en las dificultades asociadas a la paternidad y maternidad y los modos de superar estas, mientras que en las entrevistas en profundidad a profesionales en estas actividades fue posible conocer las dificultades que una práctica de alto rendimiento implica.

En el momento del diseño de la entrevista en profundidad, se optó por la utilización de entrevistas semiestructuradas, las cuales están a medio camino entre las completamente informales y las completamente formalizadas. El formato de entrevista escogido, (guiada o centrada), no emplea cuestionarios ni hojas de control, ha establecido de antemano un esquema mediante el cual se asegura que se cubrirán todos los ítems en torno a los que se orienta la entrevista en profundidad y se permite un grado considerable de libertad a la persona entrevistada y a la entrevistadora.

Para evitar la parcialidad en las entrevistas en profundidad y crear un clima de confianza o entendimiento se tomaron las siguientes medidas:

- Selección de una entrevistadora con amplia formación y experiencia.
- Para disminuir la probabilidad de alcanzar conclusiones erróneas o no objetivas, el análisis de las transcripciones fue realizado por la misma persona que desarrolló las entrevistas en profundidad.

METODOLOGÍA

- Las entrevistas en profundidad fueron grabadas con el permiso de la entrevistada y se llevaron a cabo transcripciones completas.
- La persona entrevistada determinó el lugar de la entrevista.

El guión general de las entrevistas en profundidad se desarrolló en base al marco teórico, los resultados de los cuestionarios y el grupo de discusión. Para el diseño de este guión se contó con la ayuda de la entrevistadora. Dicho guión general se encuentra en el anexo VII de esta tesis y fue concretado y ampliado según el perfil de cada persona entrevistada.

El guión general contenía una serie de variaciones en función de la tipología de la persona entrevistada y se fue reajustando conforme fueron realizándose entrevistas en profundidad. En este sentido, se preguntó a las personas licenciadas en CAFD acerca de la formación recibida o sus expectativas laborales en cuanto a AFDMN pasadas y actuales. A las personas entrevistadas de más edad se les requirió información sobre la evolución de estas cuestiones en los últimos tiempos, a las personas con hijos e hijas se les preguntó sobre como había influido la maternidad en su práctica de AFDMN etc.

Las entrevistas en profundidad suelen tener duraciones que oscilan entre una y dos horas (Fernández, 2002); en este caso, la duración osciló entre una hora y noventa minutos, observándose que quienes practicaban CAFD requerían tiempos largos de entrevista mientras que las personas no practicantes se iban a tiempos más cortos.

ANÁLISIS Y TRATAMIENTO DE LOS DATOS:

6. ANÁLISIS Y TRATAMIENTO DE LOS DATOS

Para finalizar el apartado metodología, se describe a continuación el proceso de análisis y tratamiento de los datos. La diversidad de técnicas e instrumentos de recogida de información hace que este apartado describa tanto el tratamiento que recibió la aproximación cuantitativa como la cualitativa.

En esta sección, se comienza por exponer el modo el que parte de los datos de los cuestionarios se recodificó y utilizó para crear nuevas variables y a continuación se detalla el análisis estadístico seguido en el caso de los cuestionarios. Una vez finalizada la descripción de las técnicas de análisis y tratamiento de la información cuantitativa, se realiza una descripción del análisis de contenido que se llevó a cabo con las transcripciones del grupo de discusión y las entrevistas en profundidad.

6.1. RECODIFICACIÓN Y CREACIÓN DE NUEVAS VARIABLES

Para determinar el tipo de AFDMN, fue necesario recodificar las actividades citadas en el cuestionario. Esta recodificación permitió clasificar las actividades según el medio físico y según su accesibilidad.

Con relación al medio físico, las actividades se clasificaron en terrestres, náueas, acuáticas o aéreas. Para esta clasificación se tuvo en cuenta los siguientes criterios:

- 1.º. Si hubiera dos actividades en medios diferentes, se tuvo en cuenta la de mayor frecuencia.
- 2.º. En caso de persistir la igualdad entre dos actividades, se observó si alguna de ellas aparecía en las preguntas 4 y 7, entendiéndose que

si había sido citada el doble que la otra sería por tener más afinidad el participante por ella.

- 3.º. Si no pudiera determinarse cual de esas dos actividades fue la más practicada, se interpretaría como “No contesta”.
- 4.º. Los “Raids” se incluyeron en el grupo de no contesta, ya que pueden incluir actividades en varios medios.

Con relación a la accesibilidad, las actividades se clasificaron en actividades de fácil y difícil accesibilidad, según la clasificación avalada por el estudio que el INEF de Lleida llevó a cabo para la Diputación Territorial de Aragón (1997), quedando:

Tabla 24: Clasificación de las actividades en el medio natural en función de la accesibilidad.

FACIL		DIFICIL	
• Acampada y vivac • Bicicleta • Senderismo	• A. Subacuáticas	• Descenso de ríos • Escalada y búlder • Espeleología • Esquí • Esquí acuático	• Parapente • Piragüismo o kayak • Quads • Ráfting • Raids • S. Deportivo
	• Canoa • Caza o pesca • Correr montaña • Deportes acuáticos • Descenso canoa • Equitación	• Hidrospeed • Montañismo • Motociclismo • Nat. Larga distancia • Orientación • Paintball	• Playa • Snowboard • Surf, windsurf • T. Vehículos motor • Vela

Para esta clasificación se tuvo en cuenta que dado que la práctica de actividades de difícil accesibilidad implica el dominio de las de fácil accesibilidad, cuando aparecieron dos actividades con igual frecuencia y diferente accesibilidad, se clasificó la práctica como difícil.

La información sobre el curso al que se había pasado el cuestionario, sirvió para crear una nueva variable que informó de su experiencia con los estudios de CAFD, esta nueva variable clasificó la muestra en estudiantes recién incorporados a estos estudios, alumnado que finaliza este curso y alumnado entre los dos grupos anteriores.

6.2. TRATAMIENTO DE LOS DATOS Y ANÁLISIS ESTADÍSTICO

El almacenamiento, procesamiento y el análisis estadístico de los datos se realizó mediante un paquete estadístico SPSS versión 11.5.

Depuración de los datos

Tras la grabación de los cuestionarios se pasó a depurar los datos obtenidos, depuración que fue necesaria en el caso de las siguientes variables: práctica de AFDMN, posesión de licencia federativa, actividad laboral futura y estrategias de superación de las dificultades.

Acerca de la práctica de AFDMN, se consideraron como tales, aquéllas que únicamente pudiesen ser desarrolladas en un entorno natural puro o escasamente modificado por las personas, no siendo posible realizarse en entornos acondicionados o artificiales. Con relación a la frecuencia de práctica, en los deportes de temporada, aunque en Madrid algunos de ellos únicamente pueden ser practicados en vacaciones, si su práctica fue igual o superior a una vez al mes, se consideró práctica habitual, aún sabiendas que esta práctica difícilmente sería continuada durante todo el año. Cuando existió contradicción entre las respuestas (por ejemplo marcar en la pregunta AFDMN y AFD la misma actividad, pero con frecuencias diferentes), se eliminaron ambas respuestas.

Respecto a la posesión de licencia federativa, como se señaló anteriormente, no todo el mundo tiene el mismo concepto de lo que son AFDMN y existe cierta tendencia a confundir AFDMN con deportes al aire libre, por lo que fue necesario descartar las afiliaciones a federaciones no consideradas de actividades en la naturaleza y organismos que no fuesen federaciones deportivas.

Las respuestas sobre intención de desarrollar la actividad laboral futura en algún campo afín a las AFDMN, requirieron una depuración, ya que algunos encuestados que habían señalado deportes al aire libre como AFDMN (ciclismo, triatlón, entrenar en el campo, correr en el campo, voley playa etc.), señalaron el ámbito rendimiento de AFDMN, dentro de las respuestas abiertas, por lo que la opción rendimiento fue descartada.

Con relación a las estrategias de superación de dificultades, fueron descartados para este análisis aquellos casos en los que se hizo alusión a AFDMN no citadas anteriormente en las preguntas que indagaban sobre ello (p. 4 y 6). También se invalidaron las respuestas que citaban actividades no clasificables como AFDMN.

Análisis descriptivo

Se comenzó realizando un análisis exploratorio de los datos calculándose los estadísticos descriptivos básicos: medias, desviaciones típicas, valores máximos y mínimos y porcentajes. En estos últimos, y para observar simultáneamente dos variables se emplearon tablas de contingencia.

Análisis inferencial

Para comprobar la fiabilidad de las escalas se empleó el coeficiente Alfa de Crombach. La comprobación de la normalidad de las mismas se calculó a través del test no paramétrico de Kolgomorov – Smirnov.

Para el análisis de dependencias entre variables categóricas, se aplicó el coeficiente Chi cuadrado de Pearson, contrastando la hipótesis

de independencia entre las variables categóricas representadas en las tablas de contingencia. El test de la razón de verosimilitud (RV) se utilizó en el caso de no verificarse las frecuencias esperadas en cada casilla (Superiores o iguales a .5).

Respecto al análisis de diferencias de medias, se ha recurrido a la prueba T de Student para comparar las medias de dos grupos en una variable, mientras que para comparar más de dos grupos, se ha utilizado el análisis de varianza (ANOVA) de un factor.

Previamente a la realización de la prueba de ANOVA, se comprobó la condición de igualdad de varianza a través de la prueba de Levene, y en el caso de no verificarse ésta se empleó el ANOVA de Welch.

Cuando se ha dispuesto de más de dos grupos y una vez rechazada la igualdad de medias, se ha empleado la prueba de comparaciones múltiples post hoc de Scheffe en caso de asumir la homogeneidad de varianzas y la prueba de Games – Howell si las varianzas son desiguales.

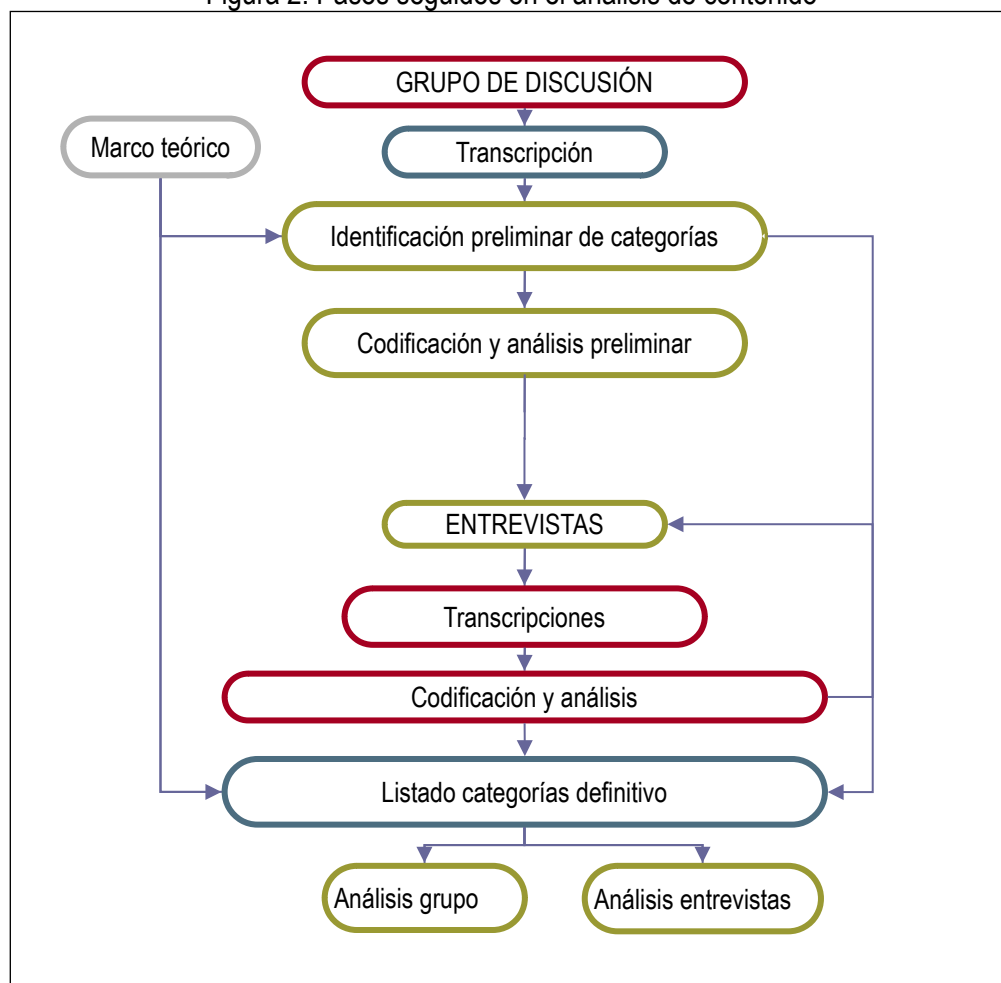
En los instrumentos con estructura factorial, y con el fin de comprobar la validez del constructo y la adecuación de los datos al modelo factorial, se empleó un análisis factorial exploratorio con sus correspondientes pruebas de esfericidad de Bartlett y la prueba de Kaiser – Meyer Olkin (KMO) para determinar la adecuación de los datos a este tipo de análisis.

6.3 ANÁLISIS DE CONTENIDO

6.3. ANÁLISIS DE CONTENIDO

La información recogida mediante grupo de discusión y entrevistas en profundidad requirió un análisis de contenido que se llevó a cabo en varias fases, tal y como puede observarse en la figura 2. La transcripción del grupo de discusión fue objeto de una primera codificación y análisis bajo un listado de categorías extraído del marco teórico y la propia transcripción. Este listado de categorías de análisis fue revisado y mejorado a lo largo de las entrevistas en profundidad, hasta elaborar el listado de categorías de análisis definitivo (sito en el anexo IV), que fue la base de la codificación y análisis final de ambos instrumentos.

Figura 2: Pasos seguidos en el análisis de contenido



Aunque este tratamiento de la información recogida mediante las entrevistas en profundidad se presenta aquí en varias fases, debe tenerse en cuenta que estas etapas se solaparon, ya que por ejemplo, la realización de la transcripción ya sirvió para estimar las categorías emergentes y tras cada entrevista en profundidad se hizo un preanálisis para ajustar las siguientes.

Transcripciones

Tanto las entrevistas en profundidad como el grupo de discusión fueron grabadas en audio para poder realizar la correspondiente transcripción. El grupo de discusión fue recogido además en video para poder indicar en la transcripción quien hizo cada comentario y poder así conocer la correspondencia tipológica de cada opinión.

La primera cuestión a enfrentarse tras el grupo de discusión y las entrevistas en profundidad fue el traducir un lenguaje oral, con sus propias reglas, a uno escrito que también tiene una reglamentación propia. Dado que una transcripción no es una representación de la realidad original sino un registro de esta, la utilización de las transcripciones no supuso un arrinconamiento de los matices detectados por la entrevistadora surgidos del contacto personal con las personas entrevistadas.

Mientras que las transcripciones proporcionaron información esencial para el análisis categorial, la grabación fue más útil para el análisis global de la entrevista en profundidad, que tuvo en cuenta, además de lo dicho, las particularidades de cada persona entrevistada, así como aspectos como el entorno y actitud de éste que si bien no fueron verbalizados, surgieron como resultado de la comunicación no verbal.

Las transcripciones iniciales fueron hechas por el autor de esta tesis, que optó por una transcripción literal de todo lo dicho, de modo que la pérdida de información fuese mínima. Se aprovechó el momento de la

transcripción para salvaguardar la identidad de la persona entrevistada cambiando nombres y omitiendo detalles que pudiesen dar a conocer la identidad del informante, pero no así su tipología.

Las transcripciones fueron impresas con un margen suficiente para poder insertar comentarios y los códigos de las categorías emergentes. A las transcripciones se añadieron las primeras observaciones tras la entrevista en profundidad, así como los folios empleados y rellenados a lo largo de esta.

Proceso de categorización y codificación

Una vez obtenida la transcripción del grupo de discusión, se procedió a elaborar una relación de categorías de análisis a través de una lectura comprensiva del texto, seleccionando frases, palabras o ideas relevantes, lo cual posibilitó el surgimiento de las categorías de análisis que se utilizaron.

Como se indicó al comenzar este apartado, las etapas de este proceso se solaparon y no se contemplaron como pasos aislados. La extracción de las ideas y categorías relevantes y emergentes comenzó ya en las primeras audiciones y transcripciones, por lo que desde el comienzo del proceso comenzaron a surgir unas categorías que conformaron un registro de notas de análisis e interpretación.

Las categorías de análisis del grupo de discusión se retomaron, ampliaron y mejoraron durante la fase de entrevistas en profundidad de cara a obtener un listado definitivo; por lo que una vez finalizada toda la toma de datos, se hizo el análisis final de los dos instrumentos cualitativos.

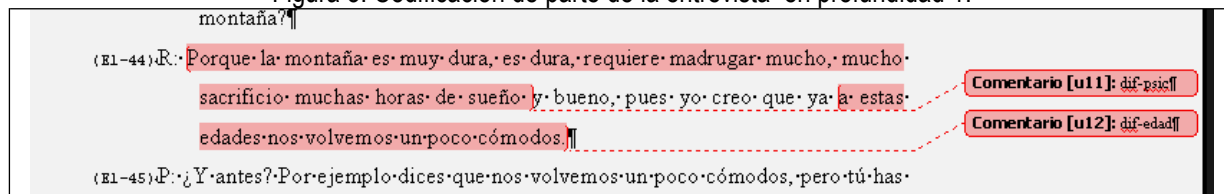
Los criterios de agrupación fueron la práctica de AFDMN, las dificultades y las estrategias, sin olvidar los relativos a cuestiones de género, como la feminidad y los estereotipos, y aspectos sociales de las

personas. A grandes rasgos, las categorías y subcategorías quedaron estructuradas en base a los siguientes apartados:

- Vinculación afectiva con las AFDMN.
- Entorno social.
- Feminidad y estereotipos de género.
- Pareja.
- Dificultades en la práctica de AFDMN.
 - Estructurales.
 - Interpersonales.
 - Intrapersonales.
- Estrategias de superación de las dificultades.
 - Estructurales.
 - Interpersonales.
 - Intrapersonales.

El sistema de codificación de las transcripciones, que permitió aglutinar los datos brutos en unidades que posibilitaron un análisis e interpretación posterior fue manual y lo realizaron el investigador y la misma persona que moderó y analizó el grupo de discusión, habiendo una puesta en común posterior. La codificación, que independientemente del programa utilizado para su análisis, debía ser manual, fue realizada en los márgenes de las transcripciones utilizando los códigos que se establecieron en cada categoría de análisis. Las unidades de registro fueron, en su mayor parte frases y en ocasiones párrafos enteros.

Figura 3: Codificación de parte de la entrevista en profundidad 1.



En la figura anterior puede verse un ejemplo de cómo una sección de la transcripción de la primera entrevista en profundidad ha sido codificada.

Análisis categorial o por categorías

El análisis de la información, además del proceso explicado anteriormente, también estuvo abierto a una interpretación global de la moderadora, ya que en algunos casos, las impresiones generales de esta posibilitaron, gracias a su experiencia, obtener información relevante que no habría sido posible ni registrar en una transcripción ni captar a través de un rígido análisis categorial de las transcripciones.

Aunque este apartado se centra en el análisis categorial consistente en la descomposición del texto en unidades, seguidas de la clasificación de estas unidades en categorías, es importante reiterar que dicho análisis se complementó con un análisis global del documento sonoro, el cual tuvo en cuenta aspectos más complejos de registrar como actitud de la persona entrevistada, entorno etc.

Cuando ya se dispuso de las categorías de análisis y los textos codificados, se realizó un recuento de las unidades de registro clasificando éstas por práctica de AFDMN y sexo. Como puede verse en la siguiente tabla. Se optó por utilizar una hoja de cálculo, ya que esta se mostró lo suficientemente eficaz para realizar el análisis categorial. Esta clasificación permitió hacer, de modo objetivo, una comparativa y además, detectar tendencias en las variables estudiadas.

Tabla 25: Sección del recuento de unidades de registro en el grupo de discusión

Microsoft Excel - analisis cualitativo entrevistas												
Archivo Edición Ver Insertar Formato Herramientas Datos Ventana ?												
L16 Mujeres que dejan su grupo por pareja												
	A	B	C	D	E	F	G	H	I	J	K	L
1					GRUPO							
2					Ser	Gui	Iña	Jes	Chu			
3	Σ	Σ	Σ	Σ							Vinculación afectiva AFDMN	
4	1	0	1						1		vinc-alt	Alta (Caracterización)
5	1	5	6		2	2	1	1			vinc-med	Media
6	0	0	0								vinc-baj	Baja
7												
8	Σ	Σ	Σ	Σ							Entorno social	
9	3	5	8		2	3		1	2		ent-circ	2 Círculos amigos y compatibilización
10	1	3	4		1	2		1			ent-intr	Intentos introducir amigos AFDMN
11	0	1	1				1				ent-org	> tendencia mujer grupos organizados
12												
13	Σ	Σ	Σ	Σ							Pareja	
14	0	0	0								par-intr	Intentos introducir pareja y conveniencia
15	0	0	0								par-imp	Explicación > importancia pareja en mujeres
16	0	0	0								par-ren	Mujeres que dejan su grupo por pareja
17												
18	Σ	Σ	Σ	Σ							Práctica AFDMN	
19	0	0	0								prac-new	Opinión nuevas AFDMN
20	0	0	0								prac-evol	Evolución AFDMN hasta hoy
21	0	0	0								prac-cafd	Estudios AFDMN y práctica
22	0	0	0								prac-ef	Educación física y bloque contenidos MN
23	0	0	0								prac-rend	Salto al alto nivel. Punto de inflexión
24												
25	Σ	Σ	Σ	Σ							Dificultades	
26											Estructurales	
27	0	1	1			1					dif-est	Estudios
28	0	0	0								dif-mili	Servicio militar
29	0	0	0								dif-dior	Doble jornada

En el capítulo siguiente, se expondrán los análisis de estos instrumentos, que se ha realizado conforme a lo expuesto en este apartado de metodología.

CAPÍTULO 4

PRESENTACIÓN DE LOS RESULTADOS

PRESENTACION DE LOS RESULTADOS

CAPÍTULO 4 PRESENTACIÓN DE LOS RESULTADOS

Los resultados se presentan a continuación en el mismo orden en que los instrumentos fueron aplicados. Se comienza con los cuestionarios para a continuación pasar al grupo de discusión y finalmente a las entrevistas en profundidad.

1 RESULT OBTENIDOS MED CUESTIONARIO

1. RESULTADOS OBTENIDOS MEDIANTE CUESTIONARIO

Los cuestionarios fueron el primer instrumento a desarrollar y proporcionaron información cuantitativa útil para contrastar con el grupo de discusión y las entrevistas en profundidad.

1.1. CARACTERÍSTICAS GENERALES DE LA MUESTRA

Los estudiantes de CAFD participantes en el estudio han sido un total de 1.200 personas. De los cuestionarios obtenidos, un 63% corresponden a universidades públicas, mientras que el 37% son de estudiantes que acuden a universidades privadas, lo cual se asemeja a los porcentajes de la población total donde el 72% corresponden a universidades públicas y el 28% a privadas. El hecho de haber recogido un porcentaje algo mayor de cuestionarios de centros privados se debe fundamentalmente a la mayor tasa de asistencia a clase que muestra el alumnado de las universidades privadas, donde en algunas de las cuales se pasa lista al comenzar la clase.

PRESENTACIÓN DE LOS RESULTADOS

La distribución por sexo y edad de la muestra se muestra a continuación:

Distribución según sexos

Una importante proporción de los cuestionarios fue cumplimentado por hombres mientras que sólo un tercio correspondieron a mujeres, tal y como puede observarse en el gráfico 1.

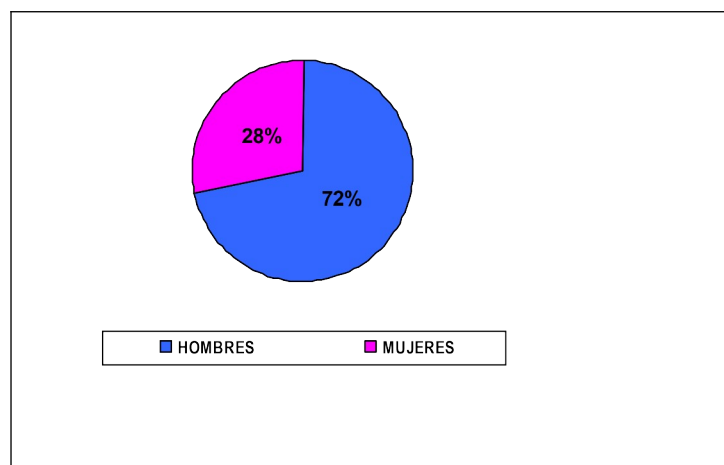


Gráfico 1: Distribución de la muestra por sexos.

La distribución por sexos resultó desequilibrada, ya que mientras que 858 fueron cuestionarios respondidos por hombres (72%) únicamente 335 fueron cumplimentados por mujeres (28 %), lo cual es representativo del tradicional desequilibrio en cuanto a sexos existente en los centros españoles donde se imparten enseñanzas superiores de CAFD.

Distribución según edad

La edad media de la muestra fue de 21,62 años, siendo su desviación típica de 3,142.

La edad media de las alumnas es de 21,33 ($dt=2,838$), mientras que la de los alumnos es ligeramente superior ($x=21,74$ y $dt=3,248$). La prueba T muestra que dicha diferencia es estadísticamente significativa ($t=2,11$; $p=,03$).

PRESENTACIÓN DE LOS RESULTADOS

Esta diferencia de género en las edades puede producirse en dos momentos: antes de comenzar la carrera o durante el desarrollo de esta; por lo que se volvió a buscar dicha diferencia entre el alumnado de primer curso, lo cual no presentó diferencias significativas ($t=,238$; $p=,81$). Dichas diferencias de género sí que aparecieron en la edad media del alumnado de último curso (media hombres 24,305, $dt=2,792$ y media mujeres 23,5; $dt=2,319$; $t=2,222$; $p=,02$); dichas diferencias muestran como en último curso, las mujeres tienen cerca de un año menos que sus compañeros de estudios, por lo que se observa que las mujeres tardan casi un año menos de media que los hombres en finalizar esta carrera.

Se observa por tanto que la muestra de este estudio es un colectivo de población joven en torno a 20-25 años que presenta una fuerte desproporción respecto a sexos al estar compuesta por tres veces más hombres que mujeres y que éstas acaban los estudios antes que sus compañeros. Otra de las características de esta población es su elevada frecuencia de práctica de AFD general, como se ve a continuación en el apartado siguiente.

1.2. PRÁCTICA DE ACTIVIDAD FÍSICO DEPORTIVA

Con relación a la práctica deportiva general, (tabla 1-anexo III y gráfico 2) un 90% de las personas encuestadas practican algún tipo de deporte al margen de los que realizan en la carrera. A pesar de esta elevada práctica en ambos sexos, se observan diferencias de género estadísticamente significativas ($c^2=22,59$ $p=,000$), ya que mientras el 93% de los hombres que estudian CAFD afirman practicar algún tipo de AFD, este porcentaje baja al 84% en el caso de las mujeres, tal y como se observa en el gráfico 2.

PRESENTACIÓN DE LOS RESULTADOS

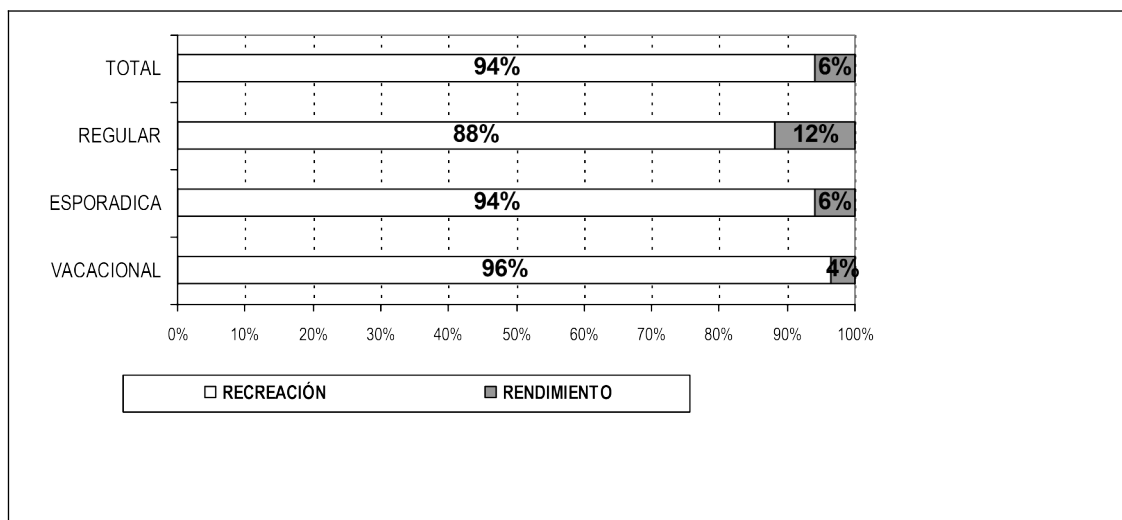


Gráfico 2: Practicantes de AF según sexos. Hombres y mujeres. Porcentajes.

Con respecto a la frecuencia de práctica deportiva (tabla 2-anexo III y gráfico 3) y teniendo en cuenta la mayor frecuencia de práctica, se puede observar como el 19% de las personas encuestadas realizan diariamente algún tipo de AFD, mientras que más de la mitad de las personas encuestadas (62%) practican algún tipo de AFD con una frecuencia, que sin ser diaria, es de 3 o más días a la semana.

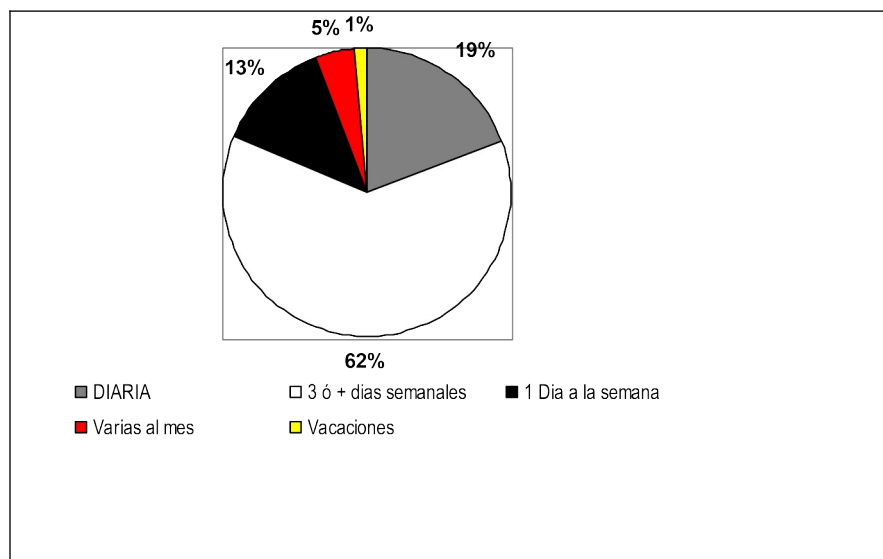


Gráfico 3: Frecuencia de práctica de AF. Total de la muestra. Porcentajes.

PRESENTACIÓN DE LOS RESULTADOS

Si se tiene en cuenta que el número mínimo de sesiones de ejercicio semanal recomendadas para mantener una buena salud es de tres, se observa como el 19% del alumnado de CAFD no realiza el número mínimo de sesiones semanales recomendado. El número de sesiones indicado en el cuestionario no tuvo en cuenta los deportes realizados con motivo de la carrera, por lo que este porcentaje de escasa práctica deportiva no correspondería exactamente con la realidad y debe ser tomado con reservas.

Dentro del alumnado practicante de actividades físico deportivas en general, no se observaron diferencias de género estadísticamente significativas en la frecuencia de práctica ($\chi^2=5,623$ $p=,229$), por lo que se deduce que aunque el número de mujeres practicantes de AFD es significativamente menor que los hombres, las estudiantes que se implican en esa práctica no difieren de sus compañeros en cuanto a la regularidad de su práctica deportiva, aunque sí que existen diferencias de género en cuanto al tipo de actividades realizadas, como se observa en el apartado siguiente.

La frecuencia de práctica deportiva en general permitió clasificar al alumnado encuestado en practicantes regulares (aquellos con una frecuencia de práctica deportiva general mínima de tres sesiones semanales), esporádicos (entre un día a la semana y varias veces al mes) y vacacionales; esto permitió estudiar las actividades físico deportivas más frecuentemente realizadas por estos tres grupos, como se ve en el apartado siguiente.

Para analizar el tipo de actividad practicada, se optó por agrupar al alumnado de CAFD según su frecuencia de práctica de AFDMN en regular, esporádica y vacacional. Dentro de cada grupo de practicantes, las actividades practicadas fueron ordenadas tal y como se desarrolla en el cuadro 2.

PRESENTACIÓN DE LOS RESULTADOS

Para las personas practicantes regulares, en el cuadro 2, puede observarse como el fútbol es la actividad más practicada por el alumnado de CAFD que realiza AFD con una frecuencia regular, ya que es realizada regularmente por el 45% de los practicantes regulares hombres y por el 15% de las mujeres, constituyendo la práctica de esta actividad una fuerte diferencia de género ($\chi^2=62.899$ $p=.000$).

Siguiendo con el fútbol, mientras que en el caso de los hombres esta práctica regular se acerca a la mitad (45%) y a gran distancia de la segunda actividad (musculación – 9%), en el caso de las mujeres, el fútbol es practicado por el 15% de ellas y está cerca de la natación, que es la 2ª actividad más practicada regularmente por ellas con un 12% de practicantes, por lo que puede afirmarse que las alumnas reparten su práctica deportiva regular en más actividades que los hombres.

Cuadro 2: Actividades físico deportivas más realizadas regularmente.					
TOTAL		HOMBRES		MUJERES	
ACTIVIDAD	%	ACTIVIDAD	%	ACTIVIDAD	%
1º Fútbol	37,70%	1º Fútbol	45,23%	1º Fútbol	15,35%
2º Natación	8,31%	2º Musculación	8,92%	2º Natación	12,28%
3º Baloncesto	7,86%	3º Gimnasio	8,77%	3º Aeróbic	10,53%
4º Gimnasio	7,86%	4º Atletismo	7,69%	4º Baloncesto	10,09%
5º Atletismo	7,18%	5º A. Marciales	7,23%	5º Voleibol	9,65%
6º Musculación	6,83%	6º Baloncesto	7,08%	6º Baile	7,89%
7º A. Marciales	6,72%	7º Natación	6,77%	7º Atletismo	5,70%
8º Tenis	5,35%	8º Tenis	6,00%	8º Gimnasio	5,26%
9º Correr	3,99%	9º Correr	4,62%	9º A. Marciales	5,26%
10º Voleibol	3,42%	10º Pádel	3,38%	10º G. Rítmica	3,95%
11º Pádel	3,30%	11º Bicicleta	2,15%	11º Triatlón	3,95%
12º Aeróbic	2,85%	12º Fitness	1,85%	12º Tenis	3,51%
13º Triatlón	2,28%	13º Escalada	1,69%	13º Pádel	2,63%
14º Baile	2,28%	14º Triatlón	1,69%	14º Fitness	2,63%
15º Bicicleta	2,16%	15º Balonmano	1,38%	15º Correr	2,19%
16º Fitness	2,05%	16º Gimnasia	1,38%	16º Bicicleta	2,19%
17º Gimnasia	1,59%	17º Voleibol	1,23%	17º Gimnasia	2,19%
18º Escalada	1,37%	18º Golf	1,08%	18º Capoeira	1,75%
19º Balonmano	1,25%	19º Capoeira	0,77%	19º Senderismo	1,32%
20º G. Rítmica	1,03%	20º Spinning	0,77%	20º Rugby	1,32%

PRESENTACIÓN DE LOS RESULTADOS

Además de con el fútbol, las pruebas de χ^2 (Tabla 3 – Anexo III) efectuadas en las tres actividades más realizadas regularmente por cada sexo muestran diferencias de género estadísticamente significativas en todas estas actividades (musculación: $\chi^2=26.734$ $p=.000$; gimnasio: $\chi^2=4.781$ $p=.029$; natación $\chi^2=4.066$ $p=.044$ y aeróbic $\chi^2=49.349$ $p=.000$). Los hombres practican fútbol en mucha mayor medida que las mujeres y también acuden al gimnasio y realizan musculación en mayor proporción que sus compañeras. Las alumnas, por su parte, prefieren deportes más “femeninos” como la natación y el aeróbic, y aunque coinciden con los hombres al señalar al fútbol como actividad más practicada, realizan este deporte en mucha menor medida que sus compañeros.

En el cuadro 2 puede comprobarse que, aunque los deportes individuales predominan, hay una mayor tendencia de las alumnas a practicar regularmente deportes de equipo, ya que dentro de las cinco actividades más practicadas, en el caso de las ellas aparecen tres deportes de equipo mientras que en los hombres sólo se cita el fútbol.

No se observan diferencias en cuanto a la práctica de AFD en espacios cerrados ni abiertos, aunque en las estudiantes de CAFD aparecen dos deportes de expresión más “femeninos” como baile y gimnasia rítmica, que no aparecen en los hombres.

En el caso de los practicantes esporádicos (frecuencia de práctica entre un día a la semana y varias veces al mes), se aprecia una importante diferencia en el reparto de las actividades físico deportivas en general. En el caso de los alumnos, el fútbol es con diferencia la actividad más practicada (51%) y a gran distancia de las demás, pero en las alumnas se produce un mayor reparto de la práctica de AFD, ya que la actividad más practicada (natación – 20%) no dista tanto de las siguientes actividades. Se observa, por tanto que cuando se trata de deportes a practicar un día a la semana, el fútbol es mayoritariamente practicado por los chicos.

Cuadro 3:

PRESENTACIÓN DE LOS RESULTADOS

Actividades físico deportivas más realizadas esporádicamente.					
TOTAL		HOMBRES		MUJERES	
ACTIVIDAD	%	ACTIVIDAD	%	ACTIVIDAD	%
1º Fútbol	40,86%	1º Fútbol	50,74%	1º Natación	20,00%
2º Baloncesto	12,37%	2º Bicicleta	13,24%	2º Baile	18,00%
3º Bicicleta	11,29%	3º Baloncesto	11,03%	3º Baloncesto	16,00%
4º Natación	10,22%	4º Natación	6,62%	4º Fútbol	12,00%
5º Pádel	6,45%	5º Atletismo	5,15%	5º Voleibol	10,00%
6º Tenis	5,91%	6º Pádel	5,15%	6º Pádel	10,00%
7º Baile	5,91%	7º Tenis	4,41%	7º Tenis	8,00%
8º Esquí	4,84%	8º Escalada	3,68%	8º Escalada	6,00%
9º Escalada	4,30%	9º Esquí	3,68%	9º Esquí	6,00%
10º Atletismo	3,76%	10º Senderismo	2,94%	10º Bicicleta	6,00%
11º Voleibol	3,23%	11º Correr	2,94%	11º Aeróbic	4,00%
12º Senderismo	2,69%	12º Vela	2,94%	12º Senderismo	2,00%
13º Correr	2,69%	13º Musculación	2,21%	13º G. Rítmica	2,00%
14º Vela	2,15%	14º Motociclismo	2,21%	14º Gimnasio	2,00%
15º Musculación	1,61%	15º Gimnasio	1,47%	15º Correr	2,00%
16º Gimnasio	1,61%	16º Piragüismo	1,47%	16º Salvamento	2,00%
17º Bádminton	1,61%	17º Windsurf	1,47%	17º Quads	2,00%
18º Motociclismo	1,61%	18º Hockey	1,47%	18º Capoeira	2,00%
19º Piragüismo	1,08%	19º Bádminton	1,47%	19º Bádminton	2,00%
20º Windsurf	1,08%	20º Patinaje	1,47%	20º Yoga	2,00%

Dentro de la práctica esporádica, sigue observándose un predominio de los deportes individuales, aunque las mujeres continúan mostrando una mayor tendencia a los deportes de equipo, como se observa del hecho de que mientras que en ellas los deportes de equipo ocupan tres de los cinco primeros puestos, en los hombres, estos deportes ocupan únicamente dos puestos.

Sigue observándose una mayor tendencia de las estudiantes de CAFD a hacer deportes de expresión respecto a los chicos y las AFDMN van avanzando puestos conforme baja la frecuencia de práctica; en este sentido aparecen ya deportes de temporada como el esquí, vela, piragüismo, windsurf y salvamento acuático.

En la práctica vacacional quedó patente la presencia dominante de AFDMN entre estas prácticas, destacando sobretudo deportes de invierno como el esquí o de verano como los náuticos. En el siguiente apartado se profundiza más en este tipo de actividades.

PRESENTACIÓN DE LOS RESULTADOS

En el gráfico 3 se mostró como sólo el 1,4% de las personas encuestadas realizaban actividades físico deportivas de un modo únicamente vacacional.

Cuadro 4: Actividades físico deportivas más realizadas vacacionalmente.					
TOTAL		HOMBRES		MUJERES	
ACTIVIDAD	%	ACTIVIDAD	%	ACTIVIDAD	%
1º Esquí	53,33%	1º Esquí	50,00%	1º Esquí	60,00%
2º Windsurf	26,67%	2º Windsurf	40,00%	2º Barranquismo	40,00%
3º Barranquismo	13,33%	3º Senderismo	10,00%	3º Escalada	20,00%
4º Escalada	6,67%	4º Piragüismo	10,00%	4º Voleibol	20,00%
5º Senderismo	6,67%	5º Bicicleta	10,00%	5º Balonmano	20,00%
6º Piragüismo	6,67%	6º Vela	10,00%	6º	
7º Voleibol	6,67%	7º Montañismo	10,00%	7º	
8º Bicicleta	6,67%	8º Body board	10,00%	8º	
9º Vela	6,67%	9º		9º	
10º Montañismo	6,67%	10º		10º	
11º Balonmano	6,67%	11º		11º	
12º Body board	6,67%	12º		12º	
13º		13º		13º	

Se observa como el esquí va ganando importancia, ya que ocupa el primer lugar dentro de las prácticas vacacionales de los varones y las mujeres mientras que en el caso de las actividades esporádicas ocupó el número 9. El esquí es más preferido por las mujeres que por los hombres, ya que en ellas muestra mayores porcentajes de participación.

Si la primera posición entre los deportes practicados en vacaciones la ocupó un deporte de invierno (esquí), la segunda posición pertenece a deportes de verano (windsurf), aunque en este caso hay diferencias entre sexos, ya que éstos prefieren un deporte de playa como el windsurf mientras que ellas prefieren acudir a la montaña a hacer descenso de cañones.

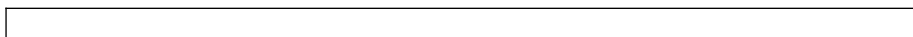
A grandes rasgos, dentro del tipo de AFD en general practicada por el alumnado de CAFD, aunque existen diferencias de género en el tipo de actividad, no se aprecian diferencias de género en frecuencia. Estas diferencias de género son menores todavía conforme aumenta la frecuencia de práctica. Se aprecia también cierta influencia de los estereotipos de género al practicar las estudiantes de CAFD ciertos deportes considerados tradicionalmente femeninos; en el caso de las actividades vacacionales, las AFDMN obtienen un papel predominante.

1.3. PRÁCTICA DE ACTIVIDAD FÍSICO DEPORTIVA EN EL MEDIO NATURAL

Con relación a la práctica de AFDMN, una vez seleccionadas las actividades consideradas como AFDMN, se realizaron los cálculos de frecuencia de práctica y se observó que el 56% del alumnado encuestado practicaba algún tipo de AFDMN, sin que hubiesen diferencias de género significativas en este sentido ($\chi^2=1,15$ $p=,215$), tal y como puede observarse en la tabla 4-anexo III. Con respecto a la frecuencia de práctica de AFDMN, teniendo en cuenta la mayor frecuencia de práctica (tabla 5-anexo III), se observó que tampoco existían diferencias de género significativas en cuanto a frecuencia de práctica de AFDMN ($\chi^2=1,37$ $p=,71$).

Se observa por tanto, que en el caso de la práctica deportiva en el medio natural, no aparecen las diferencias de género que se encontraron en el caso de la práctica deportiva en general, donde el porcentaje de hombres practicantes de AFD es significativamente superior a las mujeres. Esto muestra como las mujeres se incorporan más a las AFDMN que al deporte en general, y que cuando lo hacen, siguen las mismas pautas de regularidad que los hombres.

A efectos clasificatorios, se distribuyó al alumnado participante en AFDMN en practicantes regulares (frecuencia de práctica mínima de varias veces al mes), esporádicos (salen una vez al mes) y aquellos que únicamente realizan AFDMN en vacaciones (tabla 6-anexo III) observándose que tampoco había diferencias de género ($\chi^2=,769$ $p=,68$) y que la muestra practicaba AFDMN con las frecuencias que aparecen en el gráfico 4.



PRESENTACIÓN DE LOS RESULTADOS

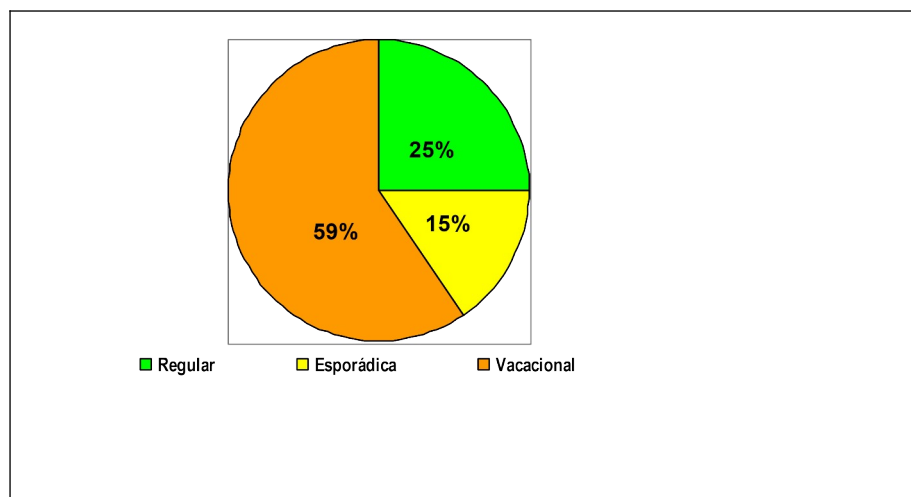


Gráfico 4: Frecuencia de práctica de AFD en el medio natural.
Total de la muestra. Porcentajes.

El estudio de la frecuencia de práctica de AFDMN permitió observar como casi la mitad de quienes estudian CAFD (43%) no practican ningún tipo de AFDMN y que dentro de quienes practican alguna AFDMN, la mayor parte de las actividades son de carácter vacacional (60%) y una de cuatro personas estudiante de CAFD que sale al medio natural lo hace con cierta regularidad, sin que existan diferencias de género estadísticamente significativas.

Tipos de actividad practicada en el medio natural.

Al igual que se hizo con las AFD, dentro de cada grupo de practicantes, las 20 actividades más practicadas en el medio natural fueron ordenadas según su frecuencia de práctica, obteniéndose los siguientes resultados:

Dentro de quienes practican regularmente, el senderismo, la bicicleta y la escalada ocupan los tres primeros lugares entre el alumnado de CAFD, tanto en hombres como en mujeres sin que hayan diferencias de género en la práctica de estas tres actividades (Tabla 7 – Anexo III). Con relación a estas actividades destacan no solamente los puestos, sino también por la gran distancia porcentual (más de 10 puntos porcentuales) que les separan de la cuarta actividad más practicada en todos los casos que es el esquí, deporte que va ganando puestos al disminuir la frecuencia de práctica.

Cuadro 5: AFDMN más realizadas regularmente.		
TOTAL	HOMBRES	MUJERES

PRESENTACIÓN DE LOS RESULTADOS

ACTIVIDAD	%	ACTIVIDAD	%	ACTIVIDAD	%
1º Bicicleta	32,16%	1º Bicicleta	35,77%	1º Senderismo	31,25%
2º Senderismo	25,15%	2º Senderismo	22,76%	2º Esc. y búlder	29,17%
3º Esc. y búlder	22,81%	3º Esc. y búlder	20,33%	3º Bicicleta	22,92%
4º Esquí	9,94%	4º Esquí	10,57%	4º Esquí	8,33%
5º Caza o pesca	5,26%	5º Caza o pesca	7,32%	5º P. o kayak	4,17%
6º Montañismo	5,26%	6º Montañismo	6,50%	6º Equitación	4,17%
7º P. o kayak	4,09%	7º Snowboard	4,88%	7º Barranquismo	2,08%
8º Snowboard	4,09%	8º P. o kayak	4,07%	8º Snowboard	2,08%
9º Equitación	3,51%	9º Equitación	3,25%	9º Vela	2,08%
10º Correr montaña	2,34%	10º Surf	2,44%	10º Montañismo	2,08%
11º Surf	1,75%	11º Correr montaña	2,44%	11º D. acuáticos	2,08%
12º Vela	1,17%	12º Motociclismo	1,63%	12º S. deportivo playa	2,08%
13º Motociclismo	1,17%	13º A. Subacuáticas	1,63%	13º Correr montaña	2,08%
14º A. subacuáticas	1,17%	14º Orientación	0,81%	14º	
15º Orientación	0,58%	15º Alpinismo	0,81%	15º	
16º Barranquismo	0,58%	16º Windsurf	0,81%	16º	
17º Alpinismo	0,58%	17º Vela	0,81%	17º	
18º Windsurf	0,58%	18º Espeleología	0,81%	18º	
19º Espeleología	0,58%	19º T. vehículos motor	0,81%	19º	
20º D. acuáticos	0,58%	20º		20º	

La práctica regular de AFDMN en el caso de las mujeres se lleva a cabo con similares características que los hombres. Esto no sólo se produce en el caso de la frecuencia de práctica, sino también en las actividades desarrolladas por cada sexo. Hay coincidencia en las tres actividades más practicadas (Cuadro 5) y dentro de estas actividades no hay diferencias de género (bicicleta: $c^2=1.864$, $p=.172$; escalada y búlder: $c^2=1.22$, $p=.269$ y senderismo $c^2=1.022$, $p=.313$), como puede observarse en la tabla 7 del anexo III.

Aunque se detalla más adelante, se observa, dentro de las actividades más practicadas en el medio natural, un claro predominio de actividades relativamente sencillas de aprender y realizar como la bicicleta o el senderismo.

En el caso de los hombres, aparecen actividades consideradas tradicionalmente más masculinas y que no son citadas por las mujeres como son la caza, el motociclismo, el alpinismo, las travesías de vehículos a motor, o el surf

PRESENTACIÓN DE LOS RESULTADOS

Del listado de actividades en la naturaleza obtenidas en la tabla superior, se observa que en los hombres se produce una mayor dispersión en las actividades practicadas. El hecho de que en las alumnas haya menos actividades más practicadas que en los hombres muestra como en el caso de éstas se produce una concentración en la práctica de AFDMN regular. Esta concentración de actividades regulares en el caso de la mujer constituye una diferencia de género con respecto al hombre.

Dentro de quienes practican esporádicamente, el senderismo y la escalada siguen siendo las actividades más practicadas, destacando el primero que es practicado por la mitad (51%) de la población total encuestada mientras que la escalada le sigue en práctica en todos los casos a más de 20 puntos porcentuales. Es destacable el hecho de que el senderismo es más practicado esporádicamente por las alumnas (71%) que por los alumnos (44%).

Cuadro 6: AFDMN más realizadas esporádicamente.					
TOTAL			HOMBRES		MUJERES
ACTIVIDAD	%		ACTIVIDAD	%	ACTIVIDAD %
1º Senderismo	51,46%		1º Senderismo	44,00%	1º Senderismo 71,43%
2º Esc. y búlder	21,36%		2º Esc. y búlder	22,67%	2º Esc. y búlder 17,86%
3º Bicicleta	10,68%		3º Bicicleta	14,67%	3º Orientación 7,14%
4º Orientación	5,83%		4º Orientación	5,33%	4º Esquí 3,57%
5º Snowboard	3,88%		5º Snowboard	5,33%	5º Equitación 3,57%
6º P. O kayak	2,91%		6º P. O kayak	4,00%	6º A. de cuerdas 3,57%
7º Montañismo	2,91%		7º Montañismo	4,00%	7º
8º Esquí	1,94%		8º Caza o pesca	1,33%	8º
9º Caza o pesca	0,97%		9º Alpinismo	1,33%	9º
10º Alpinismo	0,97%		10º Paintball	1,33%	10º
11º Paintball	0,97%		11º Esquí	1,33%	11º
12º Raids	0,97%		12º Raids	1,33%	12º
13º Ráfting	0,97%		13º Ráfting	1,33%	13º
14º Espeleología	0,97%		14º Espeleología	1,33%	14º
15º Equitación	0,97%		15º Correr montaña	1,33%	15º
16º Correr montaña	0,97%		16º		16º
17º Activ de cuerdas	0,97%		17º		17º
18º			18º		18º

PRESENTACIÓN DE LOS RESULTADOS

En el gráfico 4 se observa como cerca del 60% del alumnado que sale al medio natural lo hace de modo vacacional, el cuadro 7 (las 20 actividades más practicadas vacacionalmente) muestra como en ambos sexos, las actividades están más dispersas y no ocurre lo que pasó en las AFDMN regulares, donde las mujeres concentraron su práctica en únicamente 13 actividades.

El senderismo sigue siendo la AFDMN más practicada (42% de la práctica total), estando en el caso de quienes salen vacacionalmente muy distanciado de la segunda posición que ocupa el esquí, que practicado por el 15% de las personas practicantes vacacionales, muestra una práctica algo superior en las mujeres (20%) que en los hombres (13%).

Cuadro 7: AFDMN más realizadas en vacaciones.						
TOTAL			HOMBRES		MUJERES	
ACTIVIDAD		%	ACTIVIDAD	%	ACTIVIDAD	%
1º Senderismo		42,36%	1º Senderismo	39,86%	1º Senderismo	47,97%
2º Esquí		15,04%	2º Esquí	12,68%	2º Esquí	20,33%
3º Esc. y búlder		10,53%	3º Esc. y búlder	12,32%	3º P. o kayak	8,94%
4º P. o kayak		9,77%	4º P. o kayak	10,14%	4º Bicicleta	8,94%
5º Bicicleta		9,52%	5º Bicicleta	9,42%	5º Esc. y búlder	6,50%
6º Barranquismo		6,02%	6º Barranquismo	6,52%	6º A. de cuerdas	5,69%
7º Snowboard		5,26%	7º Snowboard	6,16%	7º Barranquismo	4,88%
8º A. Subacuáticas		4,51%	8º A. Subacuáticas	5,07%	8º Ráfting	4,07%
9º Orientación		4,26%	9º Orientación	4,71%	9º Orientación	3,25%
10º Activ de cuerdas		3,51%	10º Surf	3,26%	10º Snowboard	3,25%
11º Ráfting		3,26%	11º Ráfting	2,90%	11º Raids	3,25%
12º Surf		2,76%	12º Acampada y vivac	2,54%	12º A. Subacuáticas	3,25%
13º Acampada y vivac		2,51%	13º Activ de cuerdas	2,54%	13º Vela	2,44%
14º Raids		2,01%	14º Montañismo	1,81%	14º Canoa	2,44%
15º Windsurf		1,50%	15º Espeleología	1,81%	15º Acampada y vivac	2,44%
16º Espeleología		1,50%	16º Windsurf	1,45%	16º Equitación	1,63%
17º Vela		1,25%	17º Raids	1,45%	17º Descenso de ríos	0,81%
18º Montañismo		1,25%	18º Caza o pesca	1,09%	18º Windsurf	0,81%
19º Canoa		1,25%	19º Descenso de ríos	1,09%	19º Surf	0,81%
20º Descenso de ríos		1,00%	20º Alpinismo	1,09%	20º Esquí acuático	0,81%

PRESENTACIÓN DE LOS RESULTADOS

Aparecieron diferencias de género en las dos actividades más practicadas vacacionalmente, esquí ($\chi^2=5.774$ $p=.016$) y senderismo ($\chi^2=4.309$ $p=.038$). En ambos casos estas actividades son practicadas por las mujeres en mayor proporción que los hombres. No se encontraron diferencias de género en la tercera actividad más practicada por los hombres (Escalada $\chi^2=1.759$ $p=.185$) ni en el caso del piragüismo ($\chi^2=.000$ $p=.986$), tal y como puede observarse en la tabla 8 del anexo III. Se observan también diferencias de género en cuanto a que los hombres mencionan actividades más “masculinas” como la caza o el alpinismo que las mujeres no citan siquiera, mientras que sólo éstas mencionan la equitación o el esquí acuático.

La concentración de actividades que no se dio entre las mujeres practicantes regulares de AFDMN se transformó en dispersión en las mujeres practicantes vacacionales. Entre las vacacionales aparecen nuevas actividades como el ráfting, la orientación, los raids, los deportes subacuáticos, las acampadas y vivacs, el desenso de ríos y canoa, el surf y el windsurf; gran parte de estas actividades son acuáticas y por tanto de carácter estacional coincidiendo con el verano, lo que muestra como las mujeres aprovechan estas vacaciones para diversificar su práctica de estas actividades en mayor medida que sus compañeros.

Al igual que ocurrió con las AFD, en la práctica vacacional del alumnado de CAFD ganan importancia deportes de temporada, como el esquí (segunda Actividad más mencionada tanto por hombres como por mujeres) o deportes acuáticos como el piragüismo, practicado por cerca del 10% de la población total, o el barranquismo (6%).

Tipo de práctica de actividad físico deportiva en el medio natural según accesibilidad y medio físico

Una vez comprobado que no existen diferencias de género significativas en cuanto a frecuencia de práctica de AFDMN, se pasa a estudiar el tipo de actividad en el medio natural, clasificando ésta según la accesibilidad (fácil o difícil) de la práctica y el medio utilizado (Tierra, aire, nieve y hielo y acuáticas).

Un primer análisis del tipo de AFDMN según la accesibilidad (tabla 9-anexo III) permitió observar que más de la mitad de practicantes de AFDMN (59%) practican actividades de difícil accesibilidad, mientras que el resto (41%) salen al medio natural a realizar actividades más accesibles, tal y como puede observarse en el gráfico 5.

No se hallaron diferencias entre alumnos y alumnas a la hora de practicar actividades de fácil o difícil accesibilidad. Estas diferencias no aparecieron al buscarlas en todo el colectivo de practicantes de AFDMN (tabla 9-anexo III – $\chi^2=3,53$ $p=,55$) ni dentro del grupo de practicantes regulares ($\chi^2=,053$ $p=,82$) ni los esporádicos ($\chi^2=,77$ $p=,38$) y tampoco en los vacacionales ($\chi^2=,09$ $p=,76$) (tabla 10-anexo III). Independientemente de la frecuencia de práctica de AFDMN, los hombres y las mujeres no difieren en cuanto a la accesibilidad de las actividades que realizan.

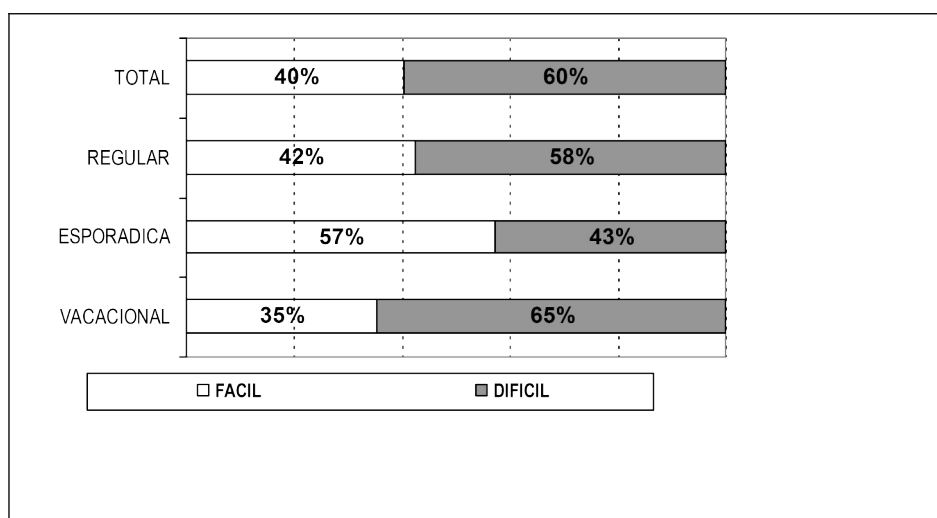


Gráfico 5: Tipo de práctica de AFDMN según accesibilidad. Practicantes regulares, esporádicos y vacacionales. Porcentajes.

PRESENTACIÓN DE LOS RESULTADOS

Dentro del colectivo de practicantes de AFDMN, aparecieron diferencias al comparar la frecuencia de práctica de AFDMN con su accesibilidad ($\chi^2=16,69$ $p=,00$) (tabla 11-anexo III). Más de la mitad de quienes practican AFDMN regularmente (58%) y vacacionalmente (65%) practican actividades de difícil accesibilidad mientras que la mayor parte de las personas que salen esporádicamente prefieren las actividades de fácil accesibilidad (57%) a las de difícil (43%) tal y como se aprecia en el gráfico 5.

Con respecto al medio físico, se observa en la tabla 12 (anexo III), como cerca de las tres cuartas partes (73%) de las AFDMN realizadas por el alumnado de CAFD son en medios terrestres, seguidos muy de lejos por el medio níveo (15%) y el acuático (12%), como puede observarse en el gráfico 6. No se observan diferencias de género entre quienes practican AFDMN en el tipo de actividad según el medio físico ni al agrupar a todos/as los practicantes de AFDMN ($\chi^2=1,185$ $p=,55$) ni al diferenciar entre frecuencias de práctica (Tabla 13 - Anexo III)

Al igual que en el caso de la accesibilidad de la práctica, dentro del grupo de practicantes de AFDMN aparecieron diferencias al comparar la frecuencia de práctica con el medio donde se producía esta práctica ($\chi^2=40,23$ $p=,00$) (tabla 14-anexo III). Como puede observarse en el gráfico 6, aunque el medio físico más empleado para realizar AFDMN por el alumnado de CAFD es el terrestre, casi un 40 % de quienes salen en vacaciones aprovechan estos periodos para salir a medios níveos (18%) o acuáticos (18%), siendo estas personas que salen en vacaciones quienes más utilizan medios diferentes al terrestre seguidos por las personas practicantes regulares (15% nieve y 13% agua) y esporádicas (8% nieve y 3% agua).

PRESENTACIÓN DE LOS RESULTADOS

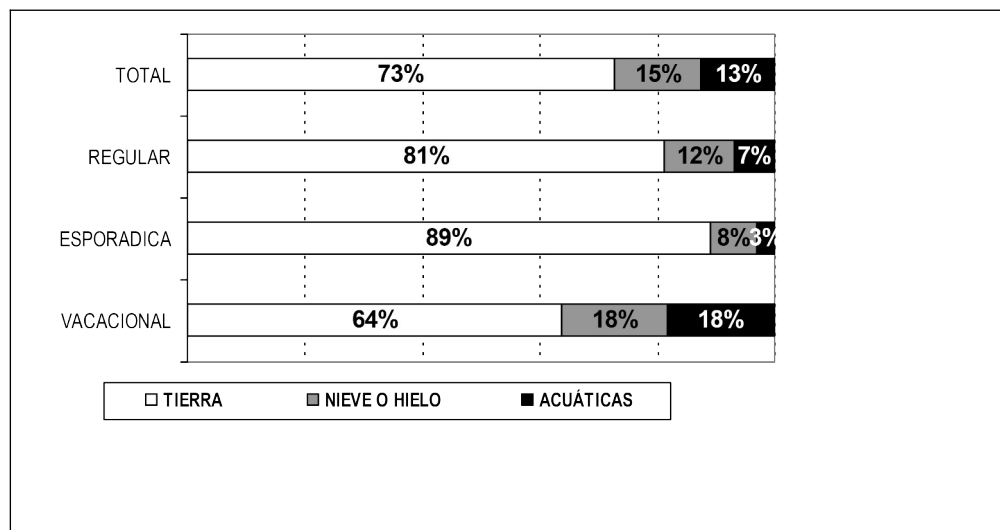


Gráfico 6: Tipo de práctica de AFDMN según medio físico. Practicantes regulares, esporádicos y vacacionales. Porcentajes.

El medio aéreo no apareció mencionado en ninguno de los cuestionarios. La explicación puede deberse al elevado coste de estas actividades, demasiado elevado en general para el presupuesto de una persona estudiante universitaria.

Modelo de práctica de actividad físico deportiva en el medio natural

La práctica totalidad (94%) de la población estudianta de CAFD y practicante de AFDMN define esta práctica en la naturaleza como recreativa, mientras que sólo un 6% de las personas encuestadas afirman salir al medio natural con un propósito de búsqueda de rendimiento. No se hallaron diferencias de género significativas en este sentido (tabla 15-anexo III – $c^2=1,69$ $p=,19$). Tampoco se hallaron diferencias de género estadísticamente significativas diferenciando entre los grupos de participantes regulares ($c^2=,109$ $p=,74$), esporádicos ($c^2=,429$ $p=,513$) y vacacionales ($c^2=2,049$ $p=,152$) (ver tabla 16 del anexo III.)

Al igual que ocurrió en los apartados anteriores, se analizaron posibles relaciones entre el planteamiento de la práctica y su frecuencia (tabla 17-anexo III). Como era de esperar, se encontraron importantes diferencias ($c^2=14,18$ $p=,001$), ya que aunque el planteamiento predominante es en todos los casos el recreativo, conforme va aumentando la frecuencia de práctica, el porcentaje de estudiantes que buscan rendimiento va aumentando tal y como puede observarse en el gráfico 7.

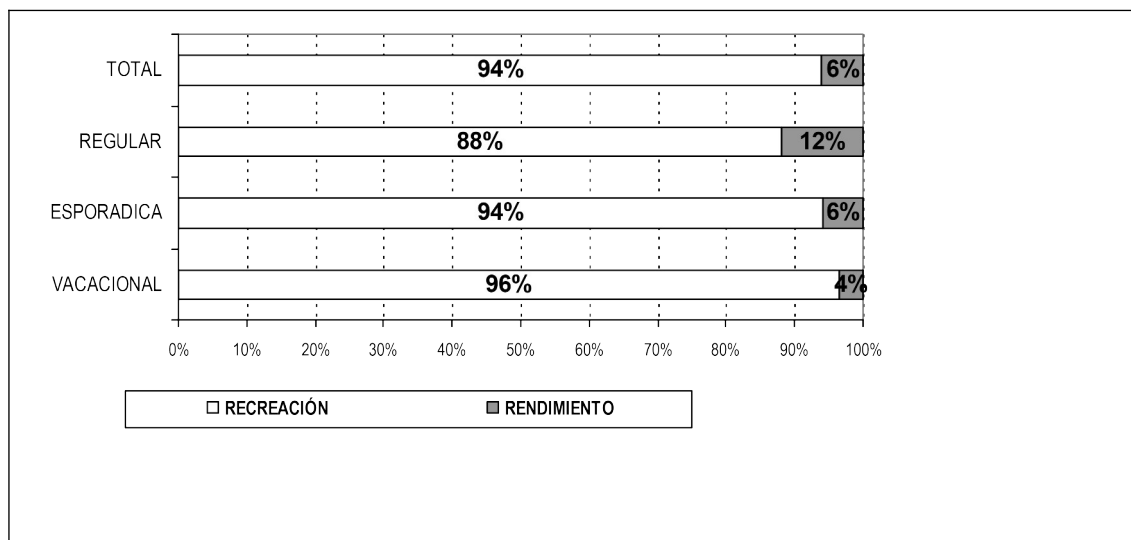


Gráfico 7: Planteamiento de la práctica de AFDMN. Practicantes regulares, esporádicos y vacacionales. Porcentajes.

Posesión de licencia federativa

Con relación a la práctica de AFDMN con licencia federativa, un 94% del alumnado encuestado practicantes de AFDMN realiza estas actividades sin licencia, sin existir diferencias de género al comparar la totalidad de los estudiantes (tabla 18-anexo III, $\chi^2=,246$ $p=,620$) ni al diferenciar entre practicantes regulares ($\chi^2=,173$ $p=,677$), esporádicos ($\chi^2=,010$ $p=,920$) o vacacionales ($\chi^2=,003$ $p=,954$) tal y como puede observarse en la tabla 19 del anexo III.

Contrastando los porcentajes de alumnado con licencia federativa y frecuencia de práctica de AFDMN (tabla 20-anexo III), se pudo comprobar que a mayor frecuencia de práctica, el porcentaje de alumnado federado era mayor, siendo de un 17% en el caso de quienes salen regularmente, de un 4% en los esporádicos y un 3% en los vacacionales tal y como puede apreciarse en el gráfico 8. Las diferencias entre estos grupos fueron significativas ($\chi^2=34,95$ $p=,00$).

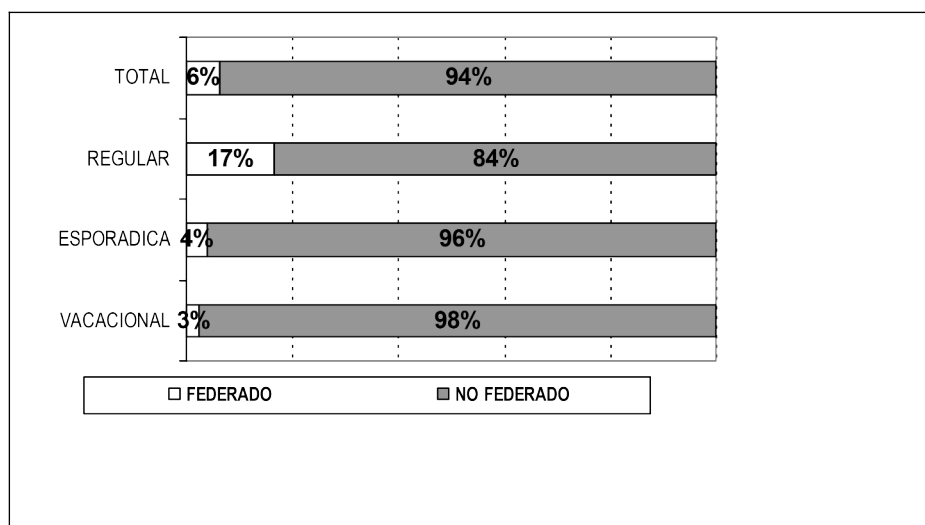


Gráfico 8: Posesión de licencia federativa. Practicantes regulares, esporádicos y vacacionales. Porcentajes.

Otro aspecto importante de la práctica de de AFDMN es con quien se sale a realizar estas actividades. Algunas de las diferencias de género más significativas en cuanto a práctica de AFDMN aparecen en algunos aspectos del acompañamiento de la práctica habitual de AFDMN, como se ve a continuación.

Acompañamiento en la práctica habitual de actividades físico deportivas en el medio natural

El cuestionario, además de medir la práctica de AFDMN, indagó sobre con quien se desarrollan estas actividades. Un primer análisis con todo el alumnado practicante de AFDMN (tabla 21-anexo III) permitió observar que las amistades son el medio más empleado para salir al medio natural al ser utilizados por el 80% del alumnado, seguidos muy de lejos por la familia (25%), la pareja (18%), los clubes (16,5%), salir sin nadie (13%) y mediante empresas deportivas (9%), tal y como puede observarse en el gráfico 9.

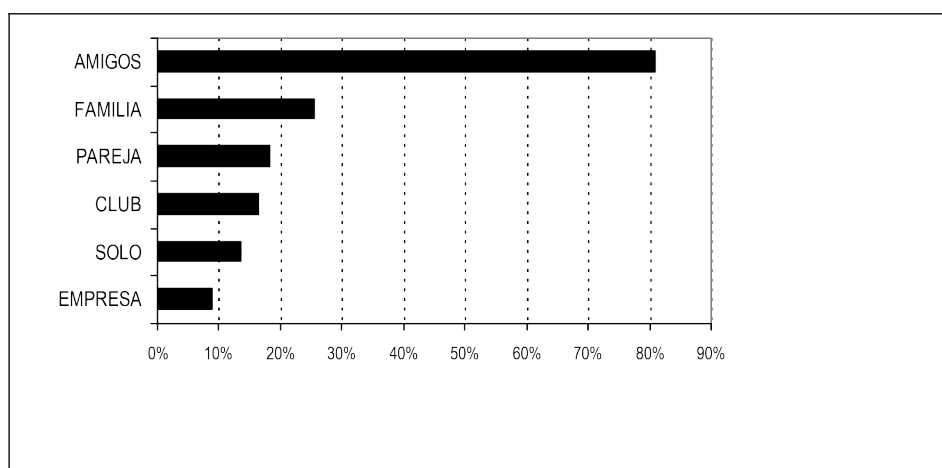


*Gráfico 9: Modos de práctica de AFDMN. Practicantes de AFDMN.
Por sexos. Porcentajes.*

La elevada frecuencia de utilización que tiene el salir con amistades es comprensible si se tiene en cuenta que quienes estudian CAFD pasan muchas horas en un entorno social rodeados de personas similares en cuanto a afición por el deporte, de entre los cuales no es extraño que con el tiempo, surjan grupos de práctica.

Al realizar el primer análisis sobre modos de práctica de AFDMN con toda la muestra (tabla 18) se observó que únicamente aparecían

PRESENTACIÓN DE LOS RESULTADOS

diferencias de género estadísticamente significativas ($\chi^2=16,179$ $p=,00$) en el caso de la pareja, ya que era un modo de práctica empleado por cerca del doble de mujeres que de hombres (27% frente al 14%).

Se buscaron diferencias de género diferenciando entre practicantes regulares, esporádicos y vacacionales (tabla 22-anexo III) y dichas diferencias volvieron a aparecer únicamente en la pareja ($\chi^2=15,46$ $p=,00$), concretamente en el caso de practicantes regulares, donde el empleo de la pareja en el caso de las mujeres casi cuadruplica al de los hombres (38% frente al 12%), tal y como puede observarse en el gráfico 10.

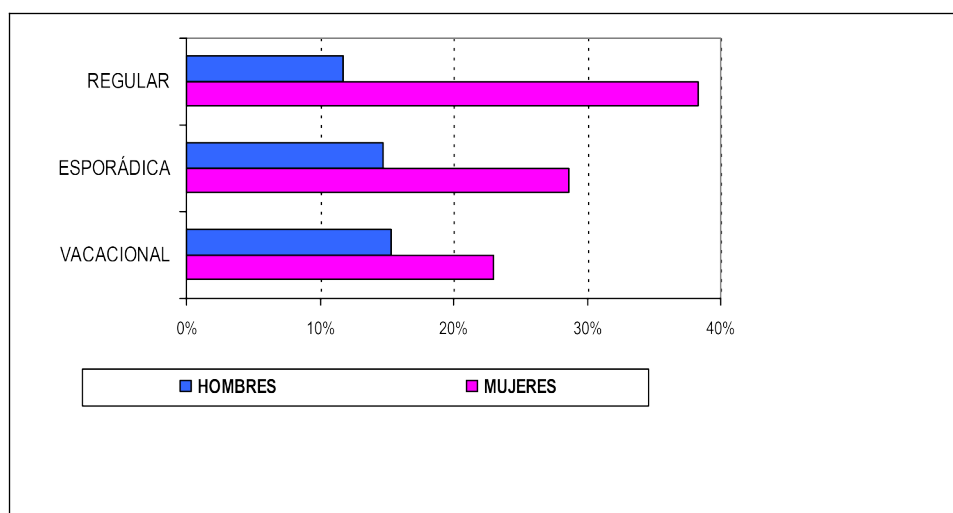


Gráfico 10: Práctica de AFDMN con acompañamiento de la pareja. Practicantes regulares, esporádicos y vacacionales. Por sexo. Porcentajes.

En el gráfico 10 se observa como las diferencias de género en la pareja, encontradas utilizando todo el colectivo de estudiantes de CAFD practicante de AFD en la naturaleza, se encontraban concretamente en el grupo de practicantes regulares de AFDMN y no en los otros grupos (esporádicos y vacacionales), lo que muestra la conveniencia de profundizar acerca de cómo afecta la frecuencia de práctica de AFDMN a los modos de práctica, lo cual se desarrolla a continuación.

PRESENTACIÓN DE LOS RESULTADOS

La búsqueda de relaciones entre frecuencia y modo de agrupamiento (tabla 23-anexo III), obtuvo los resultados sintetizados en el gráfico 11, donde se observa que el modo de práctica no varía demasiado con la frecuencia de práctica de AFDMN. Únicamente se encontraron diferencias en la utilización del club y el salir sin compañía.

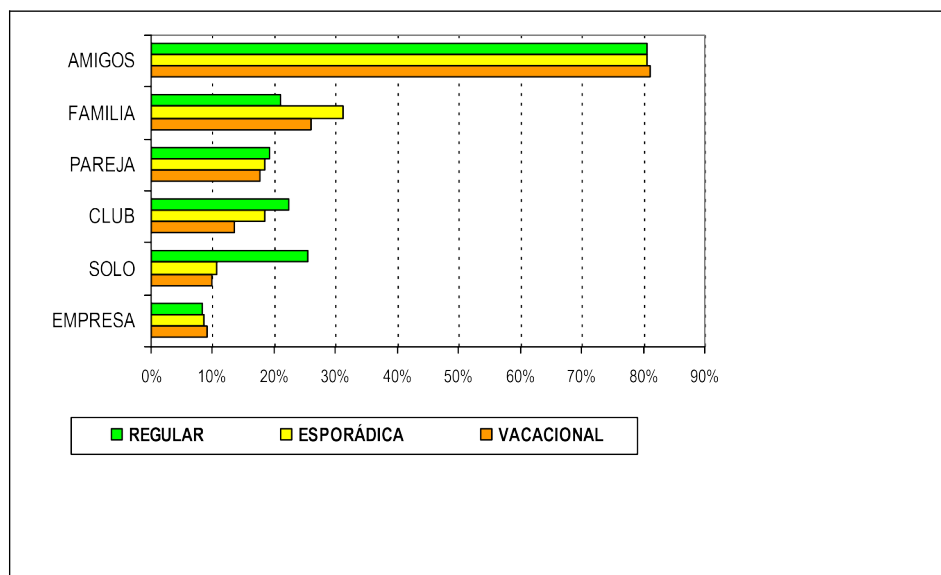


Gráfico 11: Modos de práctica de AFDMN. Practicantes de AFDMN. Por frecuencia de práctica de AFDMN. Porcentajes.

En el gráfico 11 se observa como el alumnado practicante regular de AFDMN sale en soledad al medio natural en mayor proporción que el resto de practicantes de AFDMN, ya que mientras el salir sin nadie es empleado por la décima parte de practicantes esporádicos (11%) y vacacionales (10%), en el caso de practicantes regulares, este modo de salir al medio natural es del 25%, ocupando en este grupo el segundo modo más empleado después de las amistades, siendo estas diferencias entre grupos estadísticamente significativas ($\chi^2=21,81$ $p=,00$).

También, se observan diferencias estadísticamente significativas en la utilización del club o asociación para salir al medio natural ($\chi^2=7,547$ $p=,023$), ya que su utilización va del 22% en practicantes regulares al 13% en los vacacionales, pasando por el 18% de quienes salen esporádicamente.

1.4. MOTIVOS PARA PRACTICAR ACTIVIDADES FÍSICO DEPORTIVAS EN EL MEDIO NATURAL

El análisis de los 12 factores sobre motivación para realizar AFDMN comenzó por un análisis descriptivo de las puntuaciones medias de cada factor, seguido de la búsqueda de posibles relaciones entre estos factores y el sexo, con el total de la muestra y cada uno de los grupos de práctica de AFDMN. Por último, se buscaron relaciones entre razones para salir al medio natural y frecuencia de práctica de AFDMN.

Como primer paso, se analizaron los valores medios en cada factor utilizando a todo el alumnado de CAFD (tabla 24-anexo III) y se clasificaron estos factores en función del valor medio obtenido. Las personas encuestadas valoran en gran medida las posibilidades de las AFDMN de cara a estar con personas similares (media del factor 3,81 $dt=1,114$), seguida de su potencial como escenario de práctica de actividades físicas ($x=3,57$ $dt=1,106$), estar en contacto con el medio natural ($x=3,432$ $dt=,904$) y experimentar soledad ($x=3,33$ $dt=,944$).

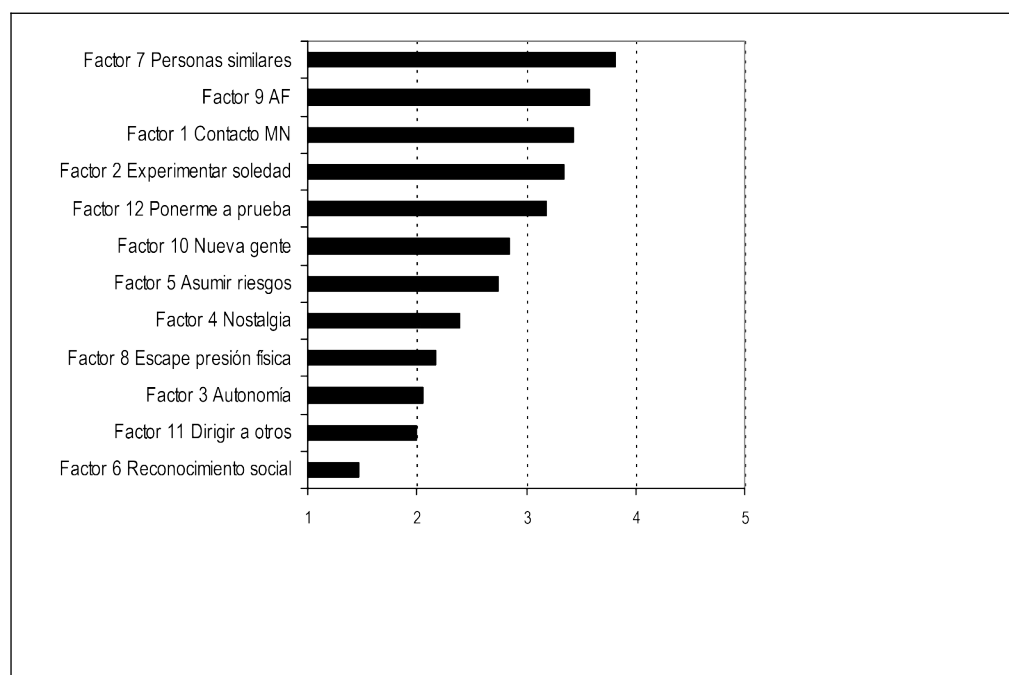


Gráfico 12: Motivos para practicar AFDMN según factores. Toda la muestra. Medias.

Diferencias de género en los motivos para practicar actividades físico deportivas en el medio natural

Con relación a las diferencias de género (tabla 25-anexo III y gráfico 13), se constato en los valores más altos de motivación de los hombres que estudian CAFD en los factores de “Asumir riesgos” ($t=2,236$ $p=,026$), quizás para lograr con ello “Reconocimiento social” ($t=4,775$ $p=,000$) o sentirse autónomos ($t=2,570$, $p=,010$). Las mujeres, por su parte, puntuaron más alto en motivaciones de tipo intrapersonales como “Sentir el contacto con la naturaleza” ($t=-4,077$ $p=,000$) o “Nostalgia” ($t=-3,091$ $p=,002$); también buscan, en mayor medida que los hombres motivaciones de tipo social, concretamente compañía en forma de “estar con personas similares” ($t=-3,960$ $p=,000$) o “Conocer nuevas personas” ($t=-5,430$ $p=,000$). Las chicas también puntúan más alto en motivaciones relacionadas con la salud como practicar AF ($t=-2,930$ $p=,004$) y “Escapar de la presión física” ($t=-2,599$ $p=,009$). El medio natural es también un escenario preferido para las mujeres a la hora de “Ponerse a prueba” ($t=-2,322$, $p=,020$).

No se encontraron diferencias de género en las motivaciones relativas a “experimentar soledad” ($t=1,420$ $p=,156$) y “dirigir a otros” ($t=,283$ $p=,777$). El alumnado de CAFD, pese a estar realizando unos estudios que les van a capacitar para dirigir a otras personas en la práctica de algunas AFD en la naturaleza, no acude al medio natural motivado por dirigir a otros, de hecho, esta razón es la segunda menos valorada.

PRESENTACIÓN DE LOS RESULTADOS

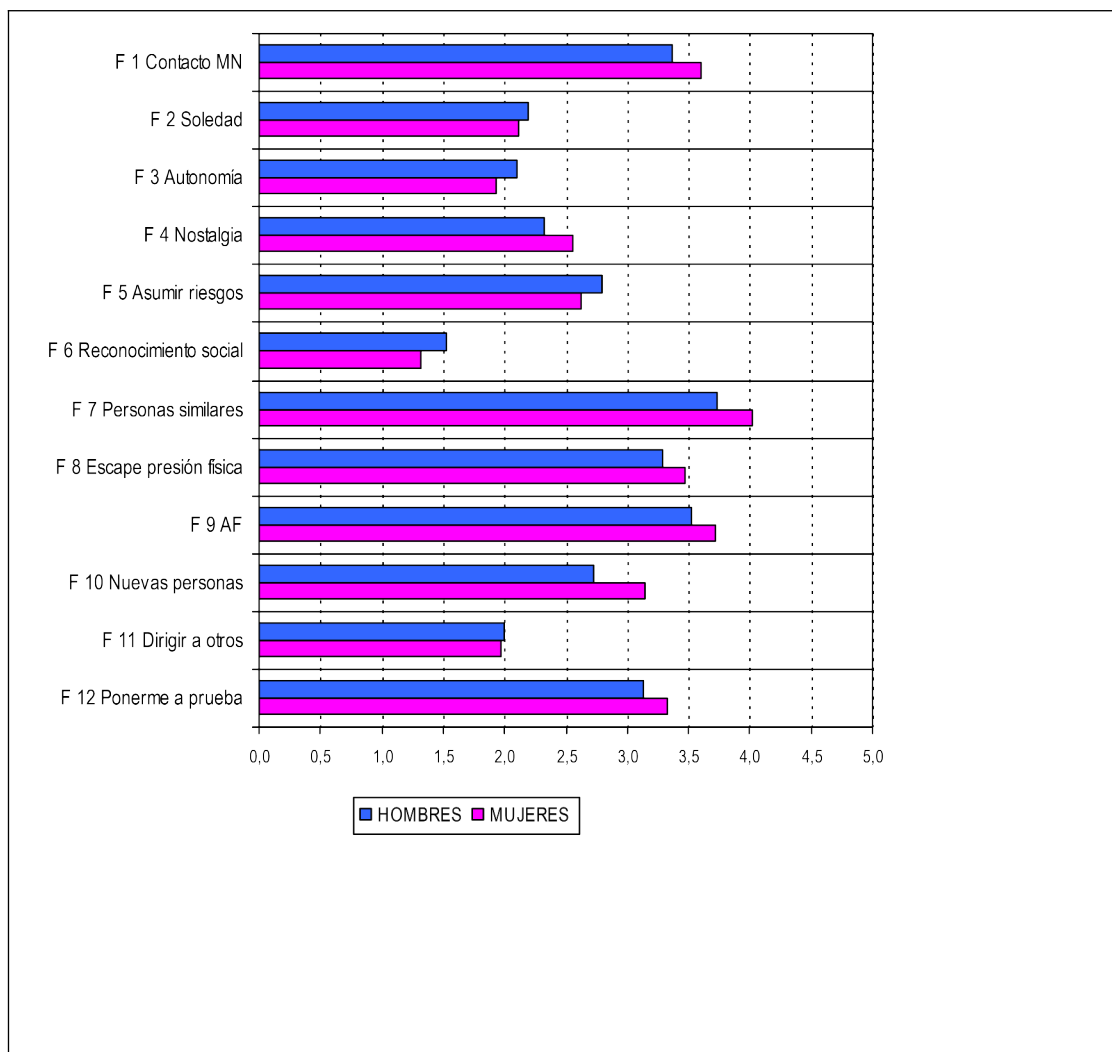


Gráfico 13: Motivos para la práctica de AFDMN según factores. Toda la muestra. Por sexo. Medias.

Dado que se encontraron diferencias de género en 10 de los 12 factores de motivación estudiados, se optó por clasificar estas motivaciones diferenciando entre hombres y mujeres, obteniendo el cuadro 8, que puede verse a continuación y donde se observa como hay coincidencia en los motivos que ocupan las primeras posiciones. Pese a las diferencias de género, el alumnado de CAFD otorga una importancia similar a los diferentes motivos para salir al medio natural independientemente de su sexo.

PRESENTACIÓN DE LOS RESULTADOS

Cuadro 8: Motivos para la práctica de AFDMN ordenados por orden de importancia, según el sexo.			
ALUMNOS		ALUMNAS	
1º	Estar con personas similares	1º	Estar con personas similares
2º	Hacer A.F.	2º	Hacer A.F.
3º	Contacto MN	3º	Contacto MN
4º	Soledad	4º	Soledad
5º	Ponerme a prueba	5º	Ponerme a prueba
6º	Asumir riesgos	6º	Conocer nuevas personas
7º	Conocer nuevas personas	7º	Asumir riesgos
8º	Sentir nostalgia	8º	Sentir nostalgia
9º	Evasión presión física	9º	Evasión presión física
10º	Experimentar autonomía	10º	Dirigir a otros
11º	Dirigir a otros	11º	Experimentar autonomía
12º	Reconocimiento social	12º	Reconocimiento social

Como se ha recalcado, existe un claro predominio de una búsqueda de estar con personas similares, en consonancia con el hecho de que las amistades fuesen con diferencia el modo de práctica más empleado, seguido por el realizar ejercicio físico, lo cual es lógico teniendo en cuenta que es población altamente motivada hacia la actividad física en general.

Diferencias de género en los motivos para practicar actividades físico deportivas en el medio natural según la frecuencia de práctica

Dado que en el apartado anterior se demostró que los factores de la motivación varían según el género en determinados casos, se consideró oportuno realizar la búsqueda de diferencias de género diferenciando según su frecuencia de práctica de AFDMN (tablas 26 y 27-anexo III).

Con relación a quienes practican regularmente, como puede observarse en el gráfico 14 y la tabla 27 del anexo III, se encontraron diferencias de género estadísticamente significativas en tres de los 12 factores de motivación, ya que los varones que salen regularmente al medio natural, buscan en mayor medida que las mujeres el asumir riesgos ($t= 2,825$ $p=,005$) y el reconocimiento social ($t=3,393$ $p=,001$), mientras que las alumnas se ven más motivadas para salir al medio natural por escapar de la presión física ($t=-2,402$ $p=,017$).

Las motivaciones relativas a la búsqueda de interacción social (conocer nuevas personas y personas similares) han sido consideradas tradicionalmente femeninas. En el caso de practicantes regulares y esporádicos, se puede observar como las chicas presentan valores más altos que los chicos en estos factores, pero sin que esas diferencias sean estadísticamente significativas.

En el caso de motivaciones de tipo introspectivo como sentir el medio natural o sentir nostalgia y reflexionar, se observa en general el mismo patrón que con las de interacción social: las alumnas muestran siempre valores más altos que los alumnos, pero estas diferencias de género son estadísticamente significativas en frecuencias de práctica bajas.

La realización de AFDMN buscando hacer AFD es un factor que atrae más a las mujeres estudiantes de CAFD que a los hombres, ya que estos últimos dan valores más bajos a esta razón, aunque estas diferencias de género sólo son estadísticamente significativas en frecuencias de práctica bajas.

PRESENTACIÓN DE LOS RESULTADOS

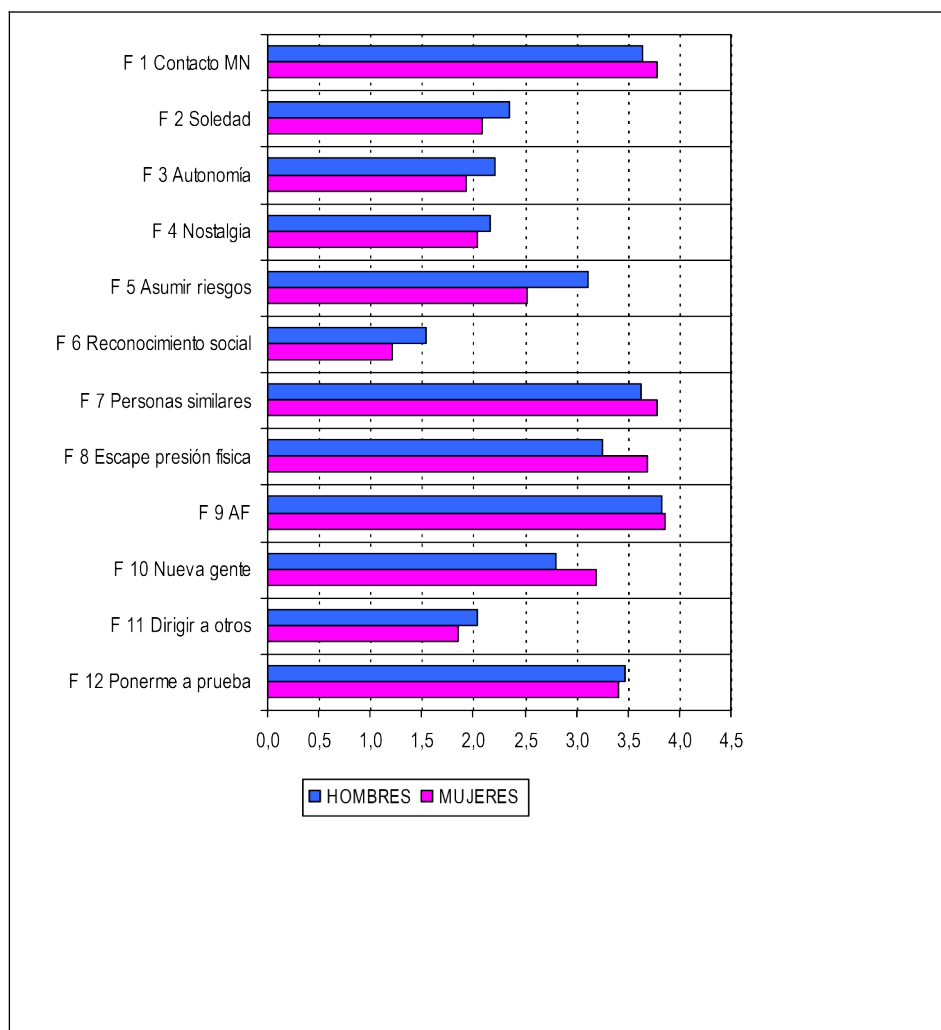


Gráfico 14: Motivos para la práctica de AFDMN por factores.
Practicantes regulares. Por sexo. Medias.

Se observa, por tanto, que dentro del colectivo de practicantes regulares, las diferencias de género únicamente son significativas en tres de las razones para salir al medio natural, buscando los chicos el asumir riesgos y reconocimiento social en mayor medida que las chicas, lo cual está en línea con los estereotipos de género que muestran a éstos más proclives a la búsqueda de riesgos y emociones fuertes.

Dentro del colectivo de participantes esporádicos, como puede observarse en el gráfico 15, no se hallaron diferencias de género estadísticamente significativas en cuanto a factores de motivación. La población estudiante de CAFD que sale a la naturaleza con una frecuencia

PRESENTACIÓN DE LOS RESULTADOS

mensual no difiere por sexos en cuanto a motivos para practicar este tipo de actividades.

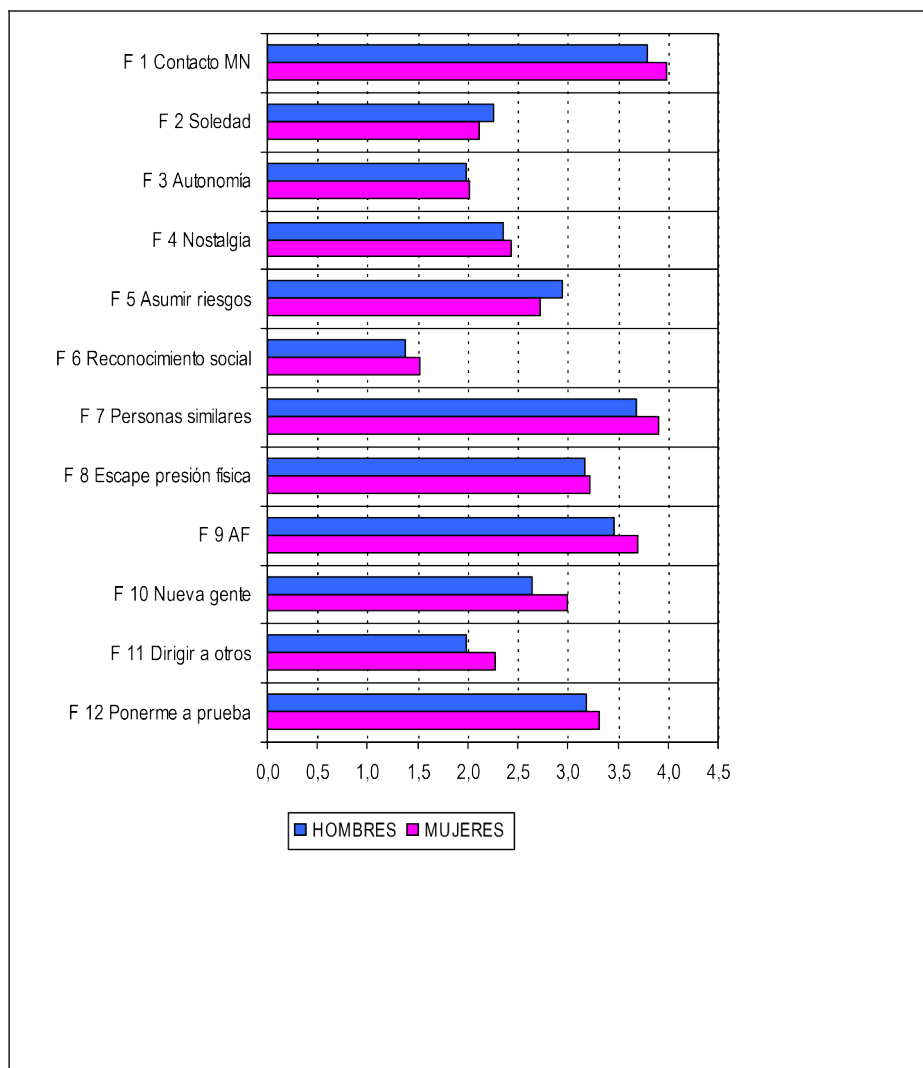


*Gráfico 15: Motivos para la práctica de AFDMN por factores.
Practicantes esporádicos. Por sexo. Medias.*

Se observa como en practicantes esporádicos, el contacto con el medio natural, conocer a personas similares y realizar actividad física son motivos importantes. La inexistencia de diferencia de género en este grupo de estudiantes contrasta con el colectivo siguiente a estudiar: el de no practicantes, donde las diferencias serán más importantes que con los tres grupos de practicantes ya expuestos.

PRESENTACIÓN DE LOS RESULTADOS

Con respecto al colectivo de practicantes vacacionales (gráfico 18), se encontró un mayor número de diferencias de género, ya que éstas se manifestaron en más de la mitad de los doce factores de motivación.

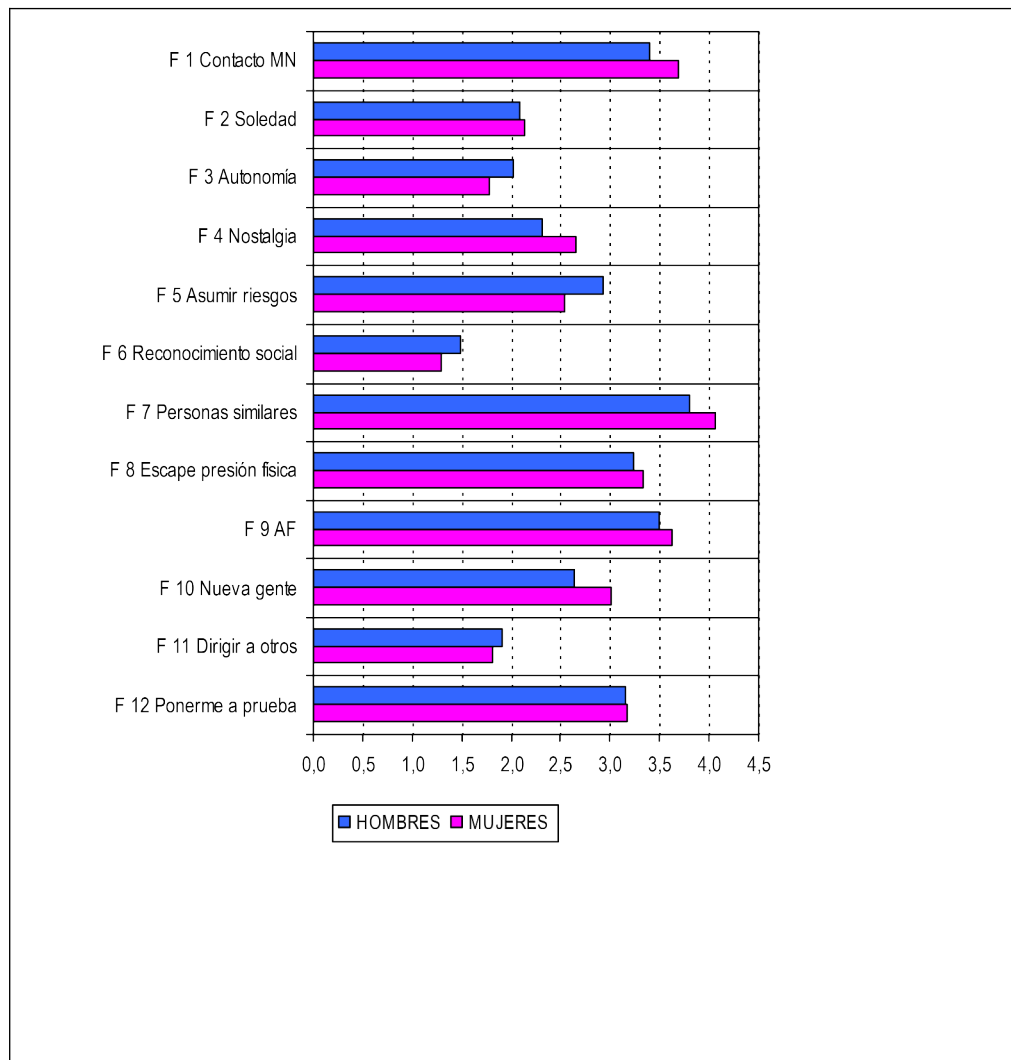


*Gráfico 16: Razones para la práctica de AFDMN por factores.
Practicantes vacacionales. Por sexo. Medias.*

Los hombres que salen en vacaciones al medio natural buscan en mayor medida que las mujeres el asumir riesgos ($t=3,082$ $p=,002$), que es un factor que ha presentado constantemente valores más altos en los chicos, la autonomía ($t=2,08$ $p=,013$), el reconocimiento social ($t=2,719$ $p=,007$), mientras que las chicas se ven más motivadas para sentir el contacto con el medio natural ($t=-2,982$ $p=,003$), nostalgia ($t=-2,444$ $p=,015$), estar con personas similares ($t=-2,183$ $p=,030$) y conocer a nuevas personas ($t=-2,804$ $p=,005$).

PRESENTACIÓN DE LOS RESULTADOS

En el caso de la búsqueda de interacción social (conocer nuevas personas y personas similares), si bien estos dos factores han alcanzado siempre valores más altos en ellas, en el caso de quienes practican esporádicamente y vacacionalmente, estas diferencias de género son estadísticamente significativas, por lo que queda claro que las estudiantes de CAFD con frecuencias de práctica bajas acuden al medio natural en busca de interacciones sociales en mayor medida que los alumnos.

Cuando se habla de motivaciones del colectivo de no practicantes, es necesario realizar una distinción sobre el resto de encuestados, ya que quienes que practican algún tipo de AFDMN con cualquier frecuencia se refieren a motivaciones que les llevan a salir al medio natural mientras que en este caso se está hablando de motivos que les atraen del medio natural aunque no lleguen a practicar estas actividades.

En las personas no practicantes es donde se encuentran más diferencias de género, ya que aparecen en todos los factores a excepción del 2 (soledad), 3 (autonomía), 5 (asumir riesgos) y el 11 (dirigir a otros).

Los chicos, aunque no salgan al medio natural, se ven más atraídos que las chicas por la función de reconocimiento social ($t=3,623$ $p=,000$). Con respecto a las alumnas, se observa como a éstas les atrae más el sentir contacto con el medio natural ($t=-2,457$ $p=,014$), nostalgia ($t=-2,906$ $p=,004$), estar con personas similares ($t=-3,552$ $p=,000$), escapar de la presión física ($t=-2,154$ $p=,032$), realizar AF ($t=-3,077$ $p=,002$) conocer a nuevas personas ($t=-4,267$ $p=,000$) y ponerse a prueba ($t=-3,543$ $p=,000$).

El hecho de que las mujeres con escasos o nulos hábitos de práctica se vean atraídas por dimensiones introspectivas y sociales de las AFDMN, es una confirmación en el colectivo de estudiantes de CAFD de las teorías eco feministas y aquellas que sostienen que las motivaciones de tipo afiliativo son más importantes en estas.

PRESENTACIÓN DE LOS RESULTADOS

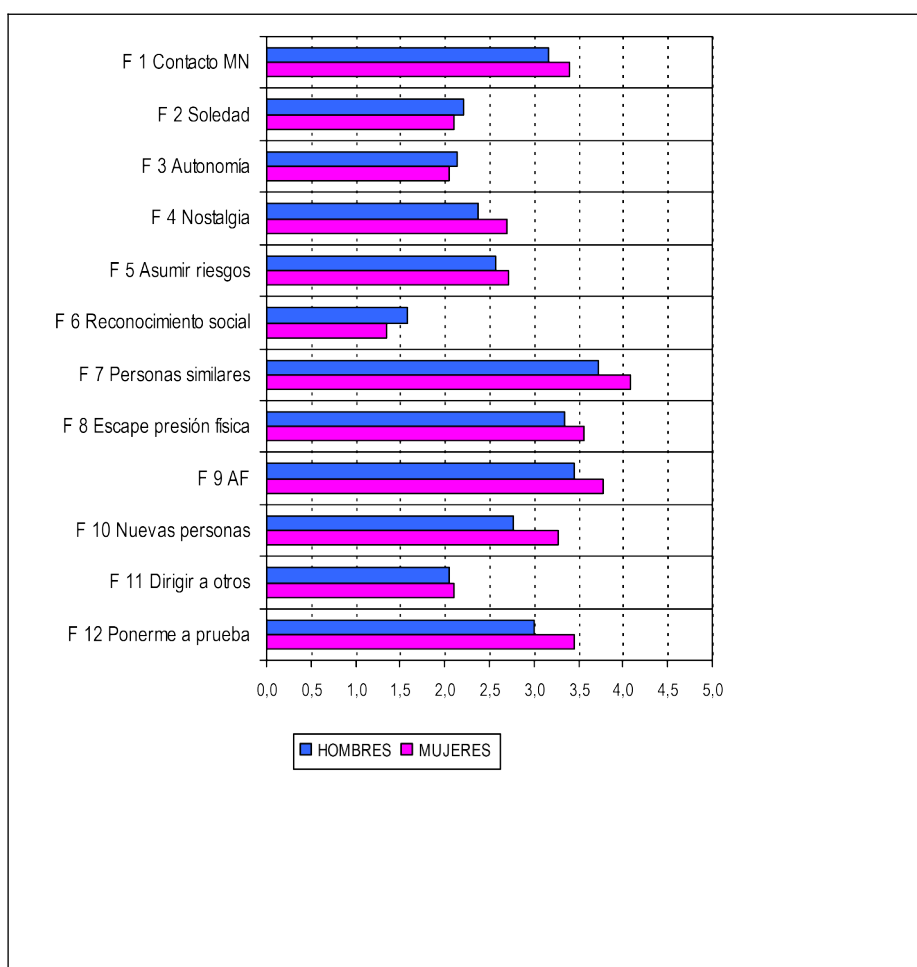


*Gráfico 17: Motivos para la práctica de AFDMN por factores.
No practicantes. Por sexo. Medias.*

La búsqueda de diferencias de género diferenciando entre frecuencias de práctica ha mostrado como los posibles motivos para salir al medio natural difieren en función del sexo, siendo estas diferencias menores en frecuencias de práctica más altas. A continuación se determina el modo en que la frecuencia de práctica condiciona las razones o motivos para salir al medio natural.

PRESENTACIÓN DE LOS RESULTADOS

Motivos para practicar actividades físico deportivas en el medio natural y frecuencia de práctica de estas actividades

Además del sexo, es de esperar que los diferentes factores de motivación varíen según la frecuencia de práctica de AFDMN, por lo que se analizaron las puntuaciones medias de cada grupo de practicantes de AFDMN (tabla 27-anexo III), obteniendo los resultados expuestos en el gráfico 18.

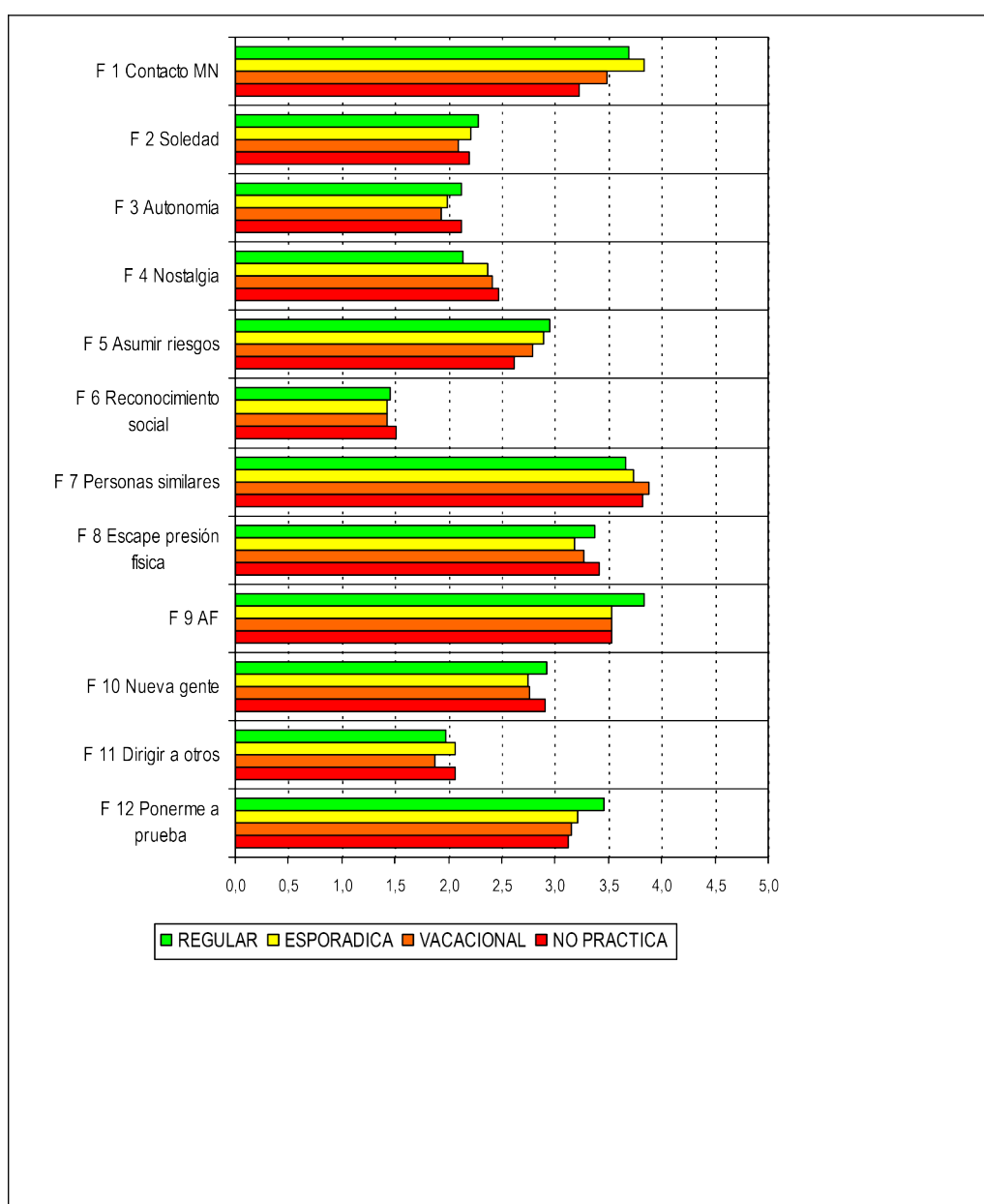


Gráfico 18: Motivos para la práctica de AFDMN según factores. Toda la muestra.
Por frecuencia de práctica de AFDMN. Medias

PRESENTACIÓN DE LOS RESULTADOS

La prueba de ANOVA para determinar la existencia de relaciones entre frecuencia de práctica de AFDMN y motivos (tabla 28-anexo III) mostró como la frecuencia de práctica de AFDMN condiciona seis de las razones o motivos para salir al medio natural, estos son: sentir contacto con el medio natural ($F=19,757$ $p=,000$), autonomía ($W=3,262$, $p=,002$), usar este medio para sentir nostalgia ($W=4,193$ $p=,022$), asumir riesgos ($F=4,434$, $p=,004$), hacer deporte ($F=3,594$ $p=,013$) y ponerse a prueba ($F=2,966$ $p=,031$). Los patrones de variación de estos factores en función de la frecuencia son dispares, aunque se observa cierta tendencia a observar como conforme aumenta la frecuencia de práctica de AFDMN, va aumentando también la valoración de esa razón o motivo.

Del resto de factores, llama la atención que motivaciones de tipo social como búsqueda de interacción social (conocer nuevas personas y estar con personas similares) o reconocimiento, sean motivaciones que tiene todo el colectivo de estudiantes de CAFD que sale al medio natural independientemente de su frecuencia de práctica, como también ocurre con el escape del estrés cotidiano y de otras personas.

La prueba post hoc mostró el modo en que la frecuencia de práctica condicionó cada uno de los seis factores (tabla 29 del anexo III). En el factor “contacto con el medio natural”, se observa como el grupo de no practicantes de AFDMN difiere de quienes practican alcanzando valores más bajos en este factor; concretamente, difiere de los practicantes regulares ($p=,000$), los esporádicos ($p=,000$) y los vacacionales ($p=,000$).

PRESENTACIÓN DE LOS RESULTADOS

En los factores “asumir riesgos”, “realizar A.F.” y “ponerse a prueba”, las diferencias aparecen entre practicantes regulares y no practicantes ($p=,018$ en asumir riesgos, $p=,024$ en realizar AF y $p=,041$ en ponerse a prueba). En los tres motivos, los practicantes regulares alcanzan valores más elevados en la motivación que quienes no practican.

Para profundizar más en esta cuestión, se optó por volver a observar como la frecuencia de práctica de AFDMN condicionaba los diferentes factores de motivación diferenciando entre alumnos y alumnas.

En el caso de los alumnos, (tablas 30 y 31 del anexo III y gráfico 19), se observa una tendencia general hacia que conforme aumenta la práctica de AFDMN, va aumentando la motivación de cara a sentir el contacto con el medio natural ($W=15,87$, $p=,000$), asumir riesgos ($F=9,315$, $p=,000$), realizar ejercicio físico ($F=3,576$ $p=,014$) y ponerse a prueba ($F=4,249$ $p=,005$). No se halló diferencias en el resto de motivos entre los distintos grupos de práctica de los chicos.

Las pruebas post hoc efectuadas en estos factores mostraron claras diferencias entre practicantes regulares y no practicantes (contacto MN $p=,000$; asumir riesgos $p=,000$; realizar AF $p=,018$ y ponerse a prueba $p=,006$). En todos los casos, los alumnos no practicantes de AFDMN alcanzaron valores significativamente más bajos que los practicantes regulares.

PRESENTACIÓN DE LOS RESULTADOS

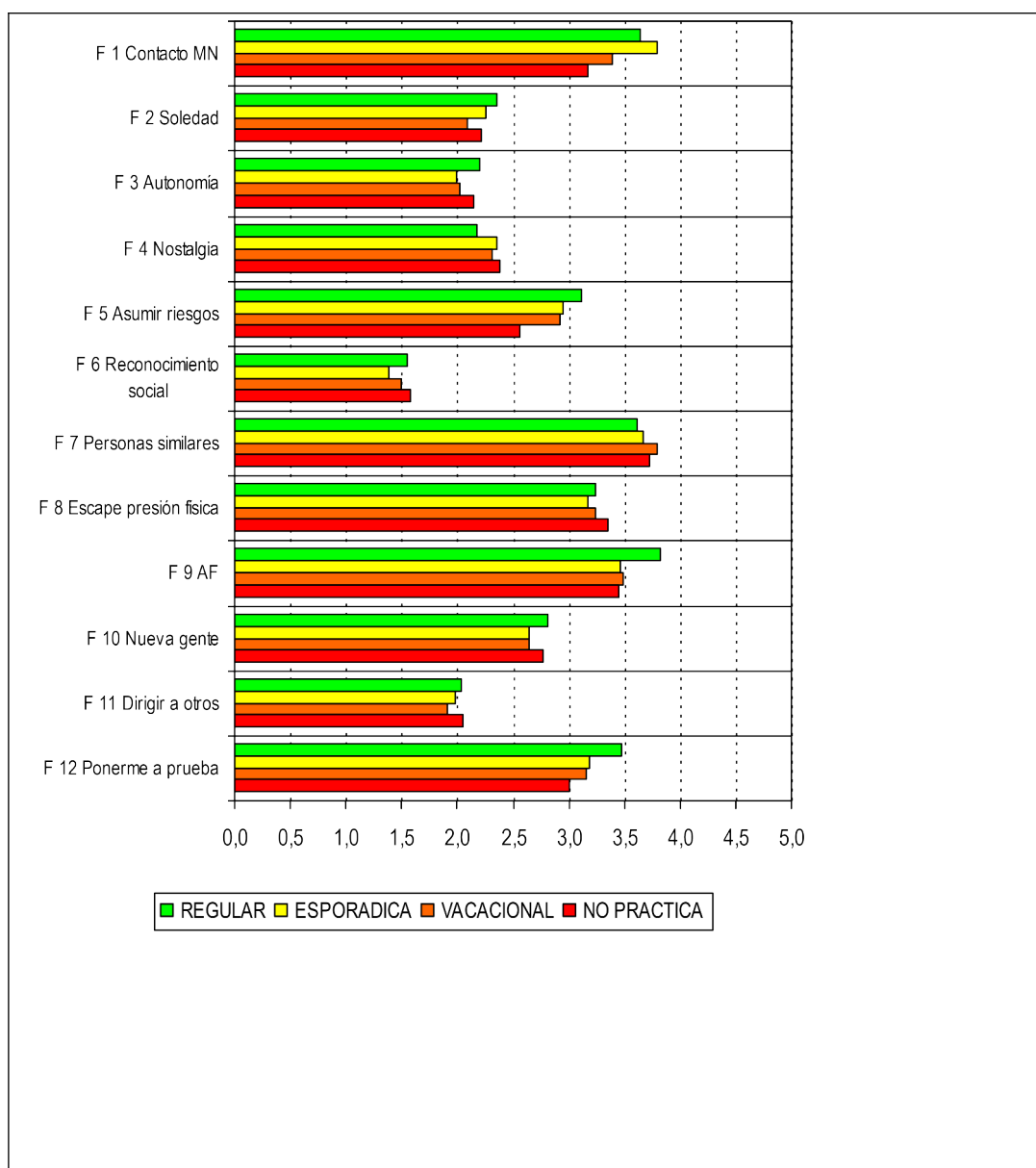


Gráfico 19: Motivos para la práctica de AFDMN según factores. Hombres.
Por frecuencia de práctica de AFDMN. Medias.

En el caso de las alumnas (tablas 30 y 32 del anexo III y gráfico 20), la frecuencia de práctica de AFDMN condicionó el deseo de contacto con la naturaleza ($F=5,329$ $p=,001$), y la búsqueda de nostalgia ($W=4,229$ $p=,007$). En el caso de contacto con la naturaleza, se observaron diferencias entre practicantes esporádicos y no practicantes ($p=,022$) y con respecto a la nostalgia, las diferencias estuvieron entre el grupo de regulares y vacacionales ($p=,02$) y regulares y no practicantes ($p=,005$).

PRESENTACIÓN DE LOS RESULTADOS

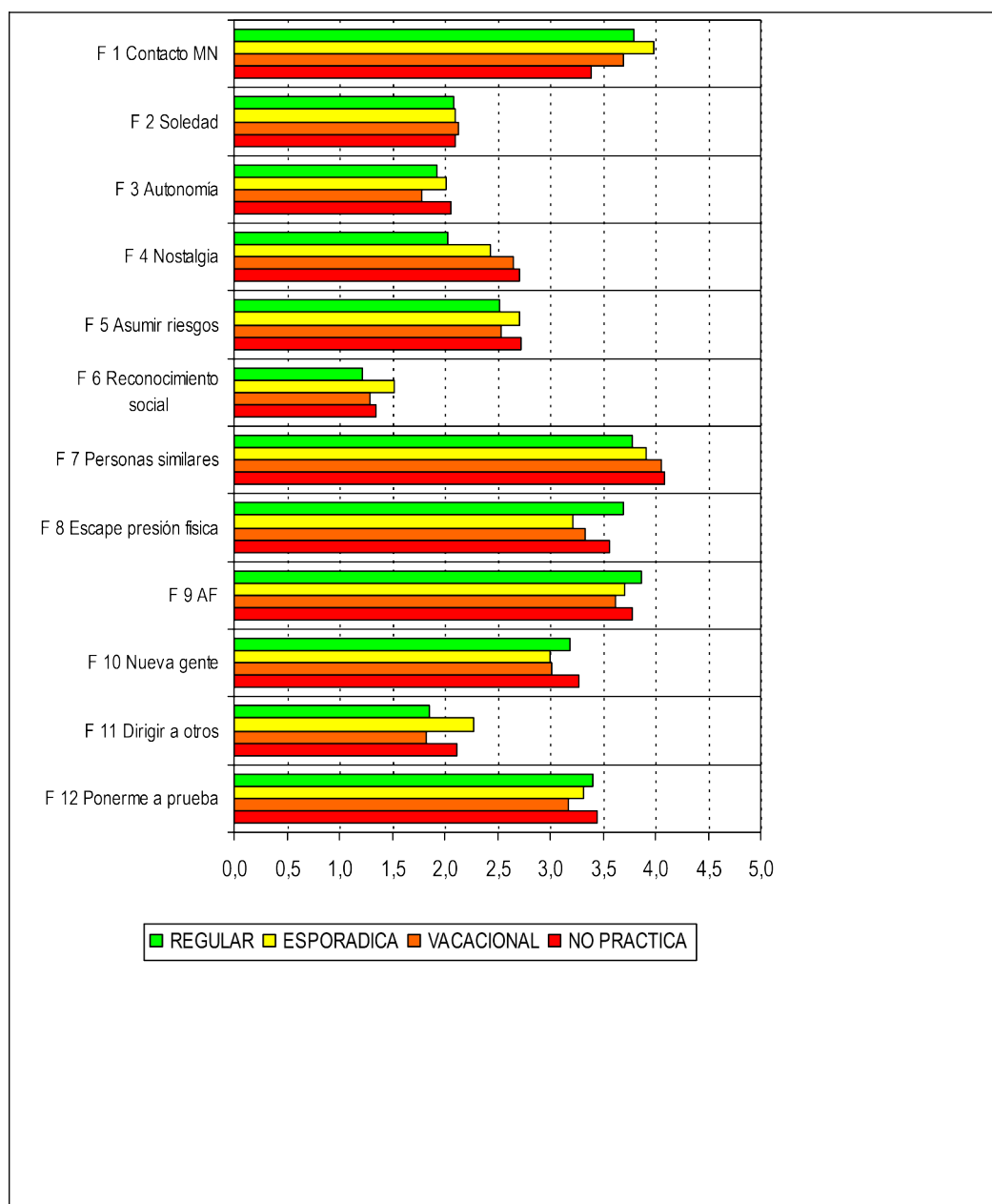


*Gráfico 20: Motivos para la práctica de AFDMN según factores. Mujeres.
Por frecuencia de práctica de AFDMN. Medias.*

No se hallaron diferencias en función de la práctica en el resto de motivaciones, por lo que se observa como en el colectivo de mujeres, la frecuencia de práctica de AFDMN se asocia con los motivos para practicar estas actividades en menor medida que en los hombres.

Con los resultados obtenidos en este apartado se hizo el cuadro 9, en el que se resumen las diferencias de género en los motivos para realizar AFDMN.

PRESENTACIÓN DE LOS RESULTADOS

Cuadro 9: Diferencias de género encontradas respecto a motivación para la práctica de AFDMN.	
ALUMNOS	ALUMNAS
DIFERENCIAS ABSOLUTAS	
• Asumir riesgos • Reconocimiento social • Experimentar autonomía	• Contacto MN • Sentir nostalgia • Estar con personas similares • Conocer nuevas personas • Hacer A.F. • Evasión presión física • Ponerme a prueba
PRACTICANTES REGULARES	
• Asumir riesgos • Reconocimiento social	• Evasión presión física
PRACTICANTES ESPORÁDICOS	
PRACTICANTES VACACIONALES	
• Asumir riesgos • Reconocimiento social • Experimentar autonomía	• Contacto MN • Sentir nostalgia • Estar con personas similares • Conocer nuevas personas
NO PRACTICANTES	
• Reconocimiento social	• Contacto MN • Sentir nostalgia • Estar con personas similares • Conocer nuevas personas • Hacer A.F. • Evasión presión física • Ponerme a prueba
MOTIVOS QUE VARÍAN SEGÚN LA FRECUENCIA DE PRÁCTICA DE AFDMN	
• Contacto MN • Asumir riesgos. • Hacer A.F. • Ponerme a prueba.	• Contacto MN • Sentir nostalgia

1.5. DIFICULTADES PERCIBIDAS PARA SALIR AL MEDIO NATURAL

Los resultados obtenidos por la escala de dificultades incluida en el cuestionario sirvieron para obtener la puntuación de ocho factores que fueron objeto de un análisis descriptivo de las puntuaciones medias, seguido de una búsqueda de las relaciones entre estos factores con el sexo que incluyó en un primer análisis del total del alumnado de CAFD y en un segundo lugar, los diferentes grupos de práctica de AFDMN. Para terminar, se volvió a revisar la relación entre dificultades y la frecuencia de práctica de AFDMN con respecto al total de la muestra y diferenciando los colectivos de hombres y de mujeres.

Al igual que en el estudio de los factores de la motivación, se comenzó por analizar los valores medios de cada factor en el total del colectivo de estudiantes de CAFD (tabla 33-anexo III) y se clasificaron éstos en función del valor medio obtenido, tal y como puede observarse en el gráfico 21.

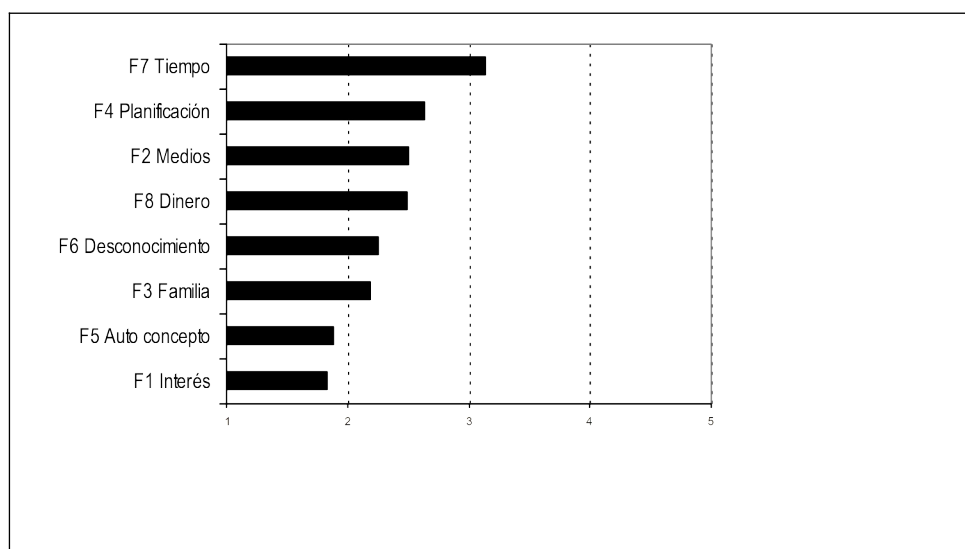


*Gráfico 21: Dificultades hacia la práctica de AFDMN según factores.
Toda la muestra. Medias.*

El factor más importante, en general, fue la falta de tiempo, única con valor medio mayor de tres ($x=3,14$ $dt=1,191$), seguida de los problemas que la planificación supone ($x=2,64$ $dt=,99$), la falta de medios y dinero, con medias de 2,50 y 2,49 y desviaciones típicas de 0,945 y 1,111

PRESENTACIÓN DE LOS RESULTADOS

respectivamente, el desconocimiento ($x=2,25$ $dt=1,017$), la familia ($x=2,18$ $dt=1,046$), el auto concepto ($x=1,88$ $dt=,893$) y la falta de interés ($x=1,82$ $dt=,877$).

Diferencias de género en las dificultades percibidas hacia la práctica de actividades físico deportivas en el medio natural

Con relación a las diferencias de género en las dificultades percibidas para salir al medio natural (tabla 34-anexo III), en el gráfico 22, se observa como alumnos y alumnas no difieren en general en cuanto a percepción de dificultades, ya que el único factor que presenta diferencias de género es el de auto concepto ($t=-2,672$ $p = ,008$), que limita a las mujeres en mayor medida que a los hombres. Las mujeres estudiantes de CAFD también sienten su práctica más restringida que los hombres a causa de la falta de medios o dinero, pero esas diferencias de percepción no llegan a ser estadísticamente significativas.

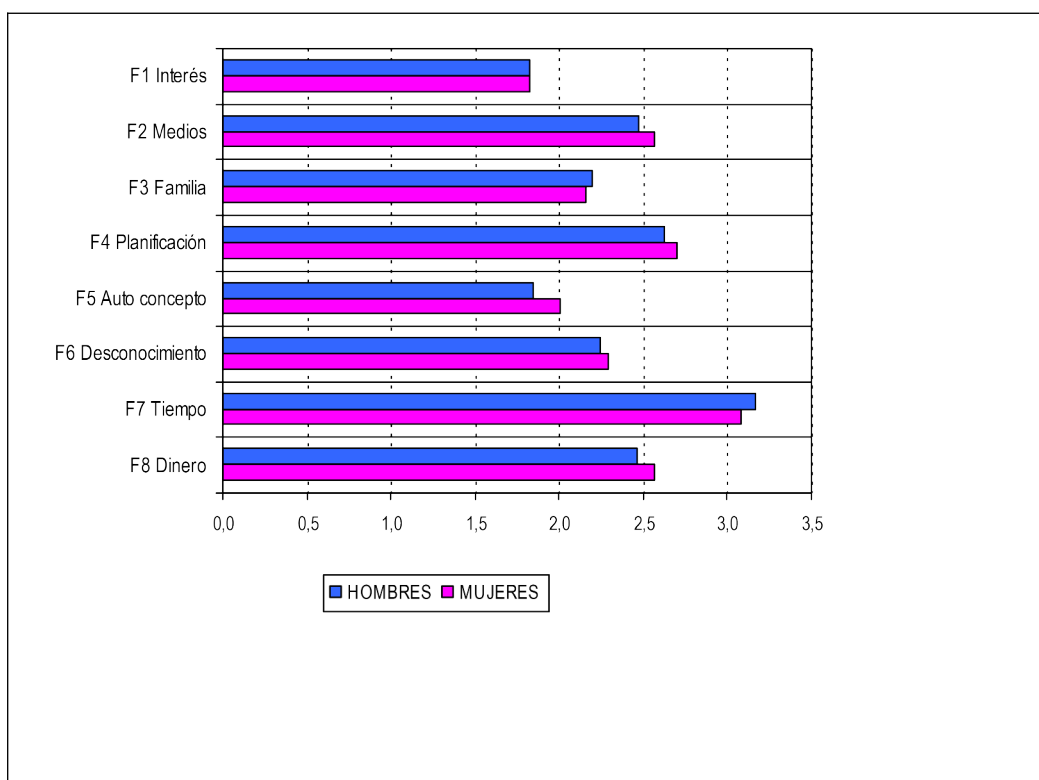


Gráfico 22: Dificultades hacia la práctica de AFDMN según factores.
Toda la muestra. Por sexo. Medias.

PRESENTACIÓN DE LOS RESULTADOS

El factor auto concepto agrupa afirmaciones como *“La competición no es para mí; no me considero bueno/a practicando estas actividades y no estoy lo suficientemente en forma”*. Se observa como este auto concepto limita más a las mujeres estudiantes de CAFD, lo cual indica una clara actuación de esta dificultad interpersonal o antecedente y/o una imagen tradicional de las AFDMN. Esta dificultad presenta diferencias de género en frecuencias de práctica de AFDMN altas, como se observa a continuación.

Diferencias de género en las dificultades percibidas hacia la práctica de actividades físico deportivas en el medio natural según la frecuencia de práctica

En los gráficos 23, 24, 25 y 26, se muestran los valores obtenidos en las dificultades percibidas por hombres y mujeres, diferenciando entre practicantes regulares, esporádicos, vacacionales y no practicantes. Una comparativa de los valores muestra que, tanto en alumnos como en alumnas, quienes salen regular y esporádicamente al medio natural alcanzan valores más bajos en percepción de dificultades que quienes salen vacacionalmente o simplemente no salen.

En el grupo de participantes regulares (tabla 36 del anexo III), se observó que las alumnas encontraban mayores dificultades para esa práctica regular en la práctica totalidad de los factores, habiendo diferencias de género estadísticamente significativas en dos de ellos; estos son la falta de interés ($t = -2,307$ $p = ,024$) y el auto concepto ($t = -2,370$ $p = ,019$); siendo ambas dificultades de tipo interpersonal o antecedente.

PRESENTACIÓN DE LOS RESULTADOS

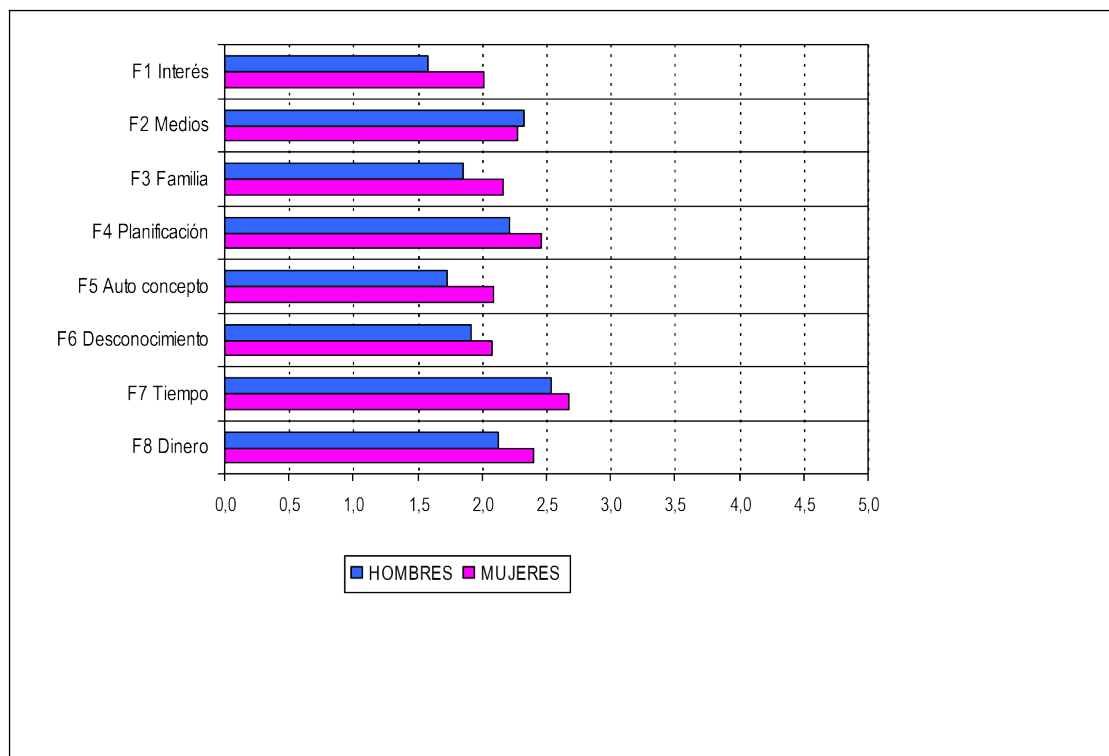


Gráfico 23: Dificultades hacia la práctica de AFDMN según factores.
Practicantes regulares. Por sexo. Medias.

La falta de interés, es un problema que restringe la práctica de las mujeres estudiantes de CAFD en mayor medida que los hombres en la práctica regular de AFDMN, mientras que cuando se habla de no practicantes, son ellos a quienes el desinterés restringe más la práctica, como se trata más adelante.

La imagen que las mujeres tienen de si mismas (auto concepto) no parece encajar con la imagen que tienen de las actividades en la naturaleza del mismo modo que los varones, ya que en las frecuencias de práctica en el medio natural altas (regulares y esporádicas), el auto concepto limita más la práctica femenina que la masculina.

A excepción de la falta de tiempo, dentro del grupo de practicantes esporádicos (tabla 36 del anexo III), son las alumnas quienes perciben mayores dificultades para salir al medio natural, aunque estas diferencias de género sólo llegan a ser estadísticamente significativas en dos factores: la escasez de medios ($t=-3153$ $p=,002$) y el auto concepto ($t=-2,723$ $p=,008$).

PRESENTACIÓN DE LOS RESULTADOS

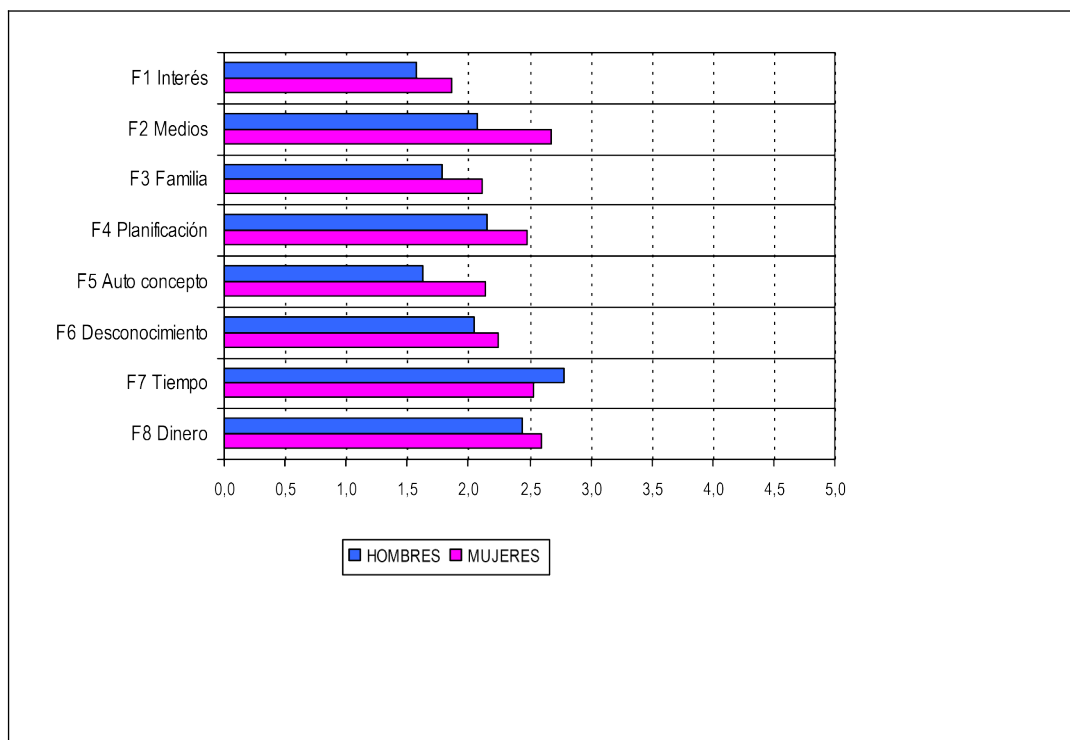


Gráfico 24: Dificultades hacia la práctica de AFDMN según factores.
Practicantes esporádicos. Por sexo. Medias.

El grupo de practicantes vacacionales de AFDMN es el que presenta menos diferencias de género, ya que alumnos y alumnas no difieren en las dificultades percibidas (tabla 36 del anexo III).

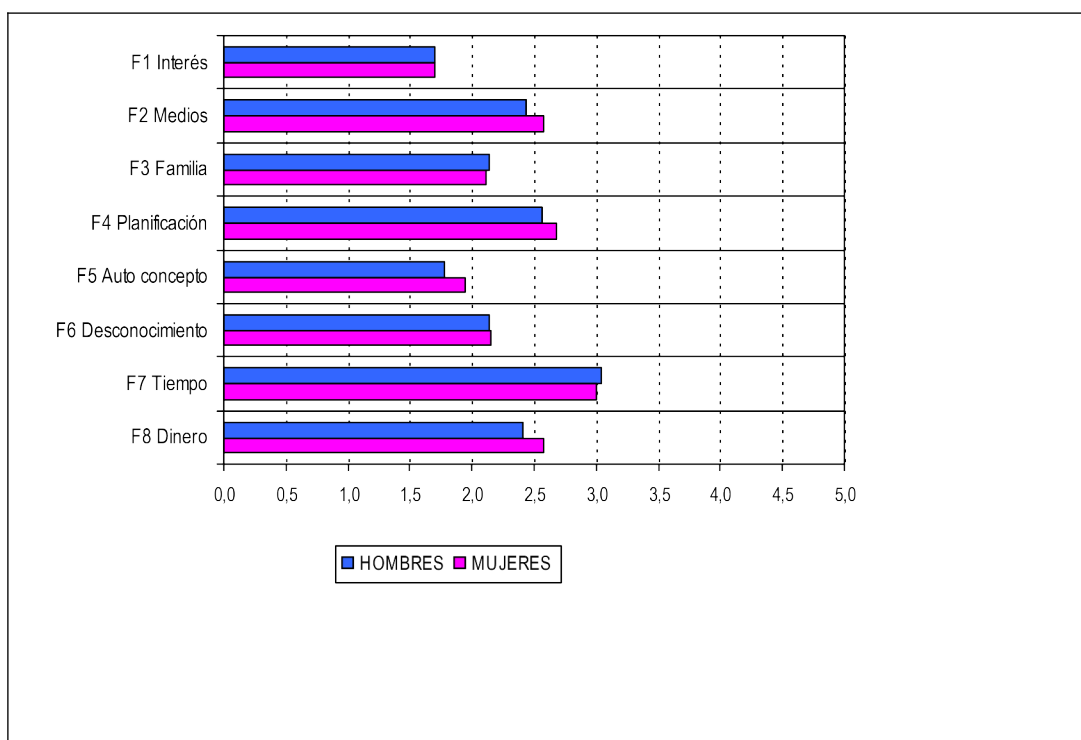


Gráfico 25: Dificultades hacia la práctica de AFDMN según factores.
Practicantes vacacionales. Por sexo. Medias.

PRESENTACIÓN DE LOS RESULTADOS

En el caso de no practicantes de AFDMN (tabla 36 del anexo III), las dificultades medidas son de tipo antecedente, ya que actúan previamente a la participación y disuaden al alumnado de su práctica.

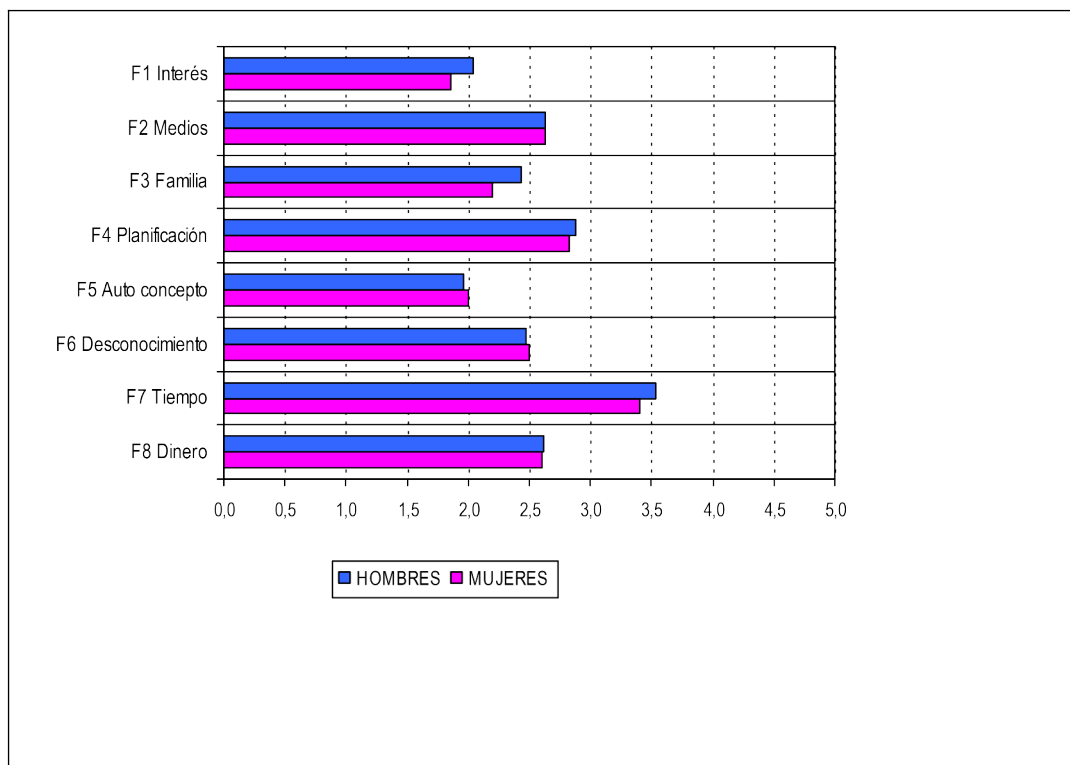


Gráfico 26: Dificultades hacia la práctica de AFDMN según factores.

No practicantes. Por sexo. Medias.

Dentro de las dificultades percibidas por quienes no practican AFDMN, aparecieron diferencias de género en dos de los factores: la familia y la falta de interés, siendo en estos casos diferencias debidas a valores medios mayores en los alumnos con respecto a las alumnas.

A excepción de quienes salen al medio natural únicamente en vacaciones, la familia ha sido un problema que ha influido más en las mujeres que en los hombres, y en el caso de no practicantes se observa como las alumnas han puntuado este factor en menor medida que los alumnos, siendo estas diferencias estadísticamente significativas ($t=2,195$ y $p=,108$). En la falta de interés, también son ellos quienes puntúan más alto dicho factor, siendo las diferencias de género estadísticamente significativas ($t=2,178$ y $p=,030$)

PRESENTACIÓN DE LOS RESULTADOS

Como se señaló al comenzar este apartado, en el colectivo de estudiantes de CAFD no practicante de AFDMN, se han medido dificultades de tipo antecedente, que han obtenido valores más acusados que en el resto de grupos de frecuencia de práctica, lo que muestra la importancia de las dificultades antecedentes, como se confirma a continuación.

Dificultades percibidas en relación con las actividades físico deportivas en el medio natural y frecuencia de práctica

En la tabla 35 del anexo III y el gráfico 27, se puede observar como en general, todas las dificultades percibidas, van bajando en importancia conforme se aumenta la frecuencia de práctica de AFDMN; lo que demuestra que el aumento en la frecuencia, y por tanto compromiso con la práctica de estas actividades, va asociado a la activación de una serie de estrategias para superar dichas dificultades. De esto se habla más adelante.

Resulta interesante observar como las personas que estudian CAFD y no practican AFDMN ven mayores dificultades para realizar estas actividades que las que experimentan quienes salen al medio natural. Una vez que se crean unos pequeños hábitos de práctica de AFDMN, las dificultades van minimizándose.

PRESENTACIÓN DE LOS RESULTADOS

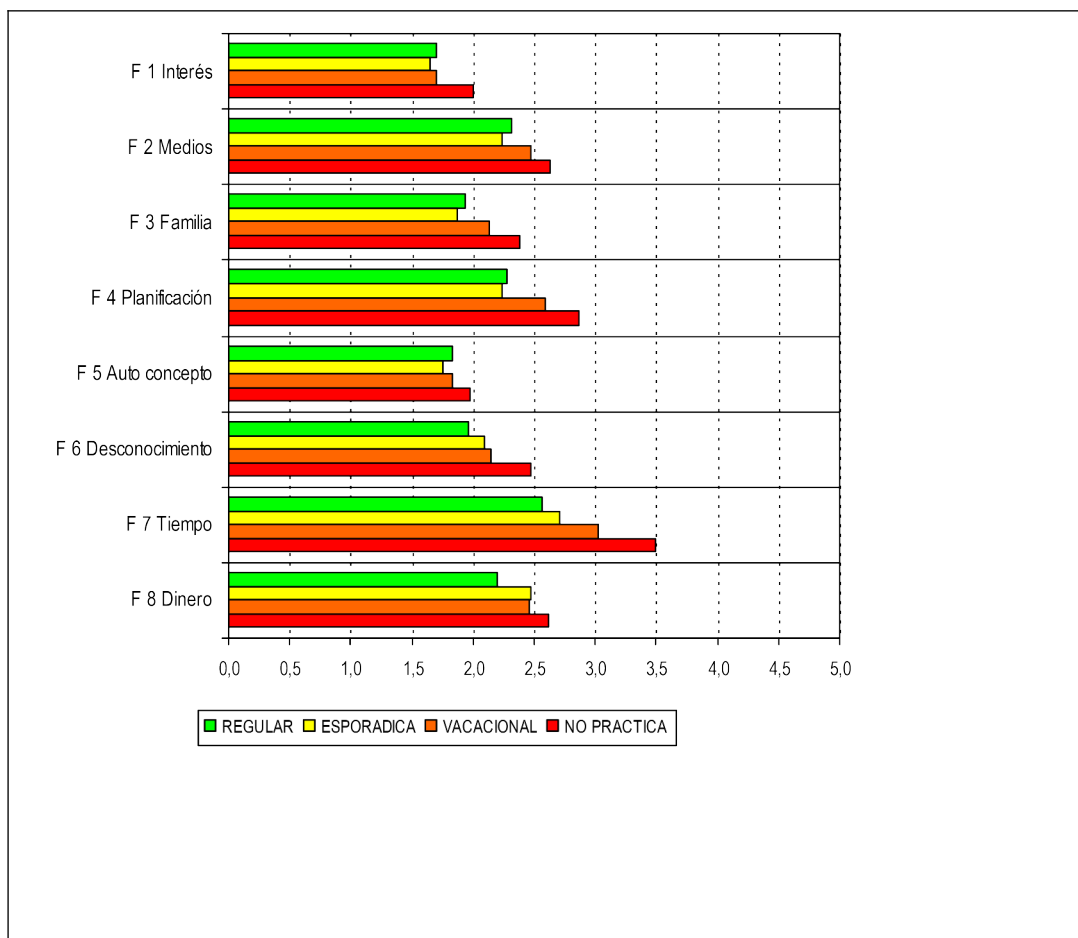


*Gráfico 27: Dificultades hacia la práctica de AFDMN según factores.
Toda la muestra, Por frecuencia de práctica de AFDMN. Medias.*

Para confirmar la existencia de diferencias en las tendencias expuestas en el gráfico 27, se procedió a realizar la prueba Levene y un posterior ANOVA (Tabla 37 del anexo III), con su correspondiente post hoc (tabla 38 del anexo III).

Los resultados mostraron la existencia de de diferencias en todos los factores: interés ($F=12,196$, $p=,000$), Medios ($F = 8,328$, $p=000$), Familia ($F = 12,196$, $p=,000$), Planificación ($F = 20,818$, $p=,000$), Auto concepto ($F = 3,083$, $p=,027$), Desconocimiento ($F = 15,295$, $p=,000$), Tiempo ($F = 35,756$, $p=,000$) y Dinero ($F = 5,863$, $p=,001$).

PRESENTACIÓN DE LOS RESULTADOS

En la dificultad derivada de la falta de interés, los no practicantes se diferencian claramente de los practicantes regulares ($p=,002$), esporádicos ($p=,003$) y vacacionales ($p=,000$). Con las dificultades familiares se repite el distanciamiento de no practicantes con regulares ($p=,000$), esporádicos ($p=,000$) y vacacionales ($p=,007$). Lo mismo ocurre con el desconocimiento donde los no practicantes difieren de los regulares ($p=,000$), esporádicos ($p=,008$) y vacacionales ($p=,000$) y con la falta de tiempo donde las diferencias entre no participantes y el resto de grupos son máximas ($p=,000$). En todas estas dificultades, los no practicantes perciben más éstas que el resto de grupos practicantes.

Con relación a las dificultades derivadas de la falta de dinero, medios o dificultades en la planificación, resulta destacable el que los no practicantes sigan alcanzando valores mayores que el resto de grupos, diferenciándose claramente de los practicantes regulares (dinero $p=,001$; planificación $p=,000$ y medios $p=,003$).

El auto concepto es una dificultad que aunque varía con la frecuencia de práctica, no presenta las mismas variaciones que el resto de variables y quienes no practican ninguna AFDMN no se configuran como un grupo independiente tal y como puede observarse en los valores pos hoc de la tabla 38 del anexo III.

Esta minimización de dificultades conforme avanza la práctica no es constante en ambos sexos, sino más propia de los alumnos. En el gráfico 28 se observa como los hombres no practicantes de AFD en la naturaleza son, con diferencia, quienes mayores dificultades perciben en la práctica de estas actividades, siendo todas estas diferencias estadísticamente significativas, tal y como puede observarse en la tabla 39 (interés ($F=16,063$, $p=,000$), Medios ($F = 9,562$, $p=000$), Familia ($F = 15,132$, $p=,000$), Planificación ($F = 20,885$, $p=,000$), Auto concepto ($F = 8,808$, $p=,003$), Desconocimiento ($F = 13,231$, $p=,000$), Tiempo ($F = 28,745$, $p=,000$) y Dinero ($F = 6,122$, $p=,000$). Una vez que los hombres estudiantes de CAFD comienzan a involucrarse en estas actividades, la percepción de dificultades va disminuyendo.

PRESENTACIÓN DE LOS RESULTADOS

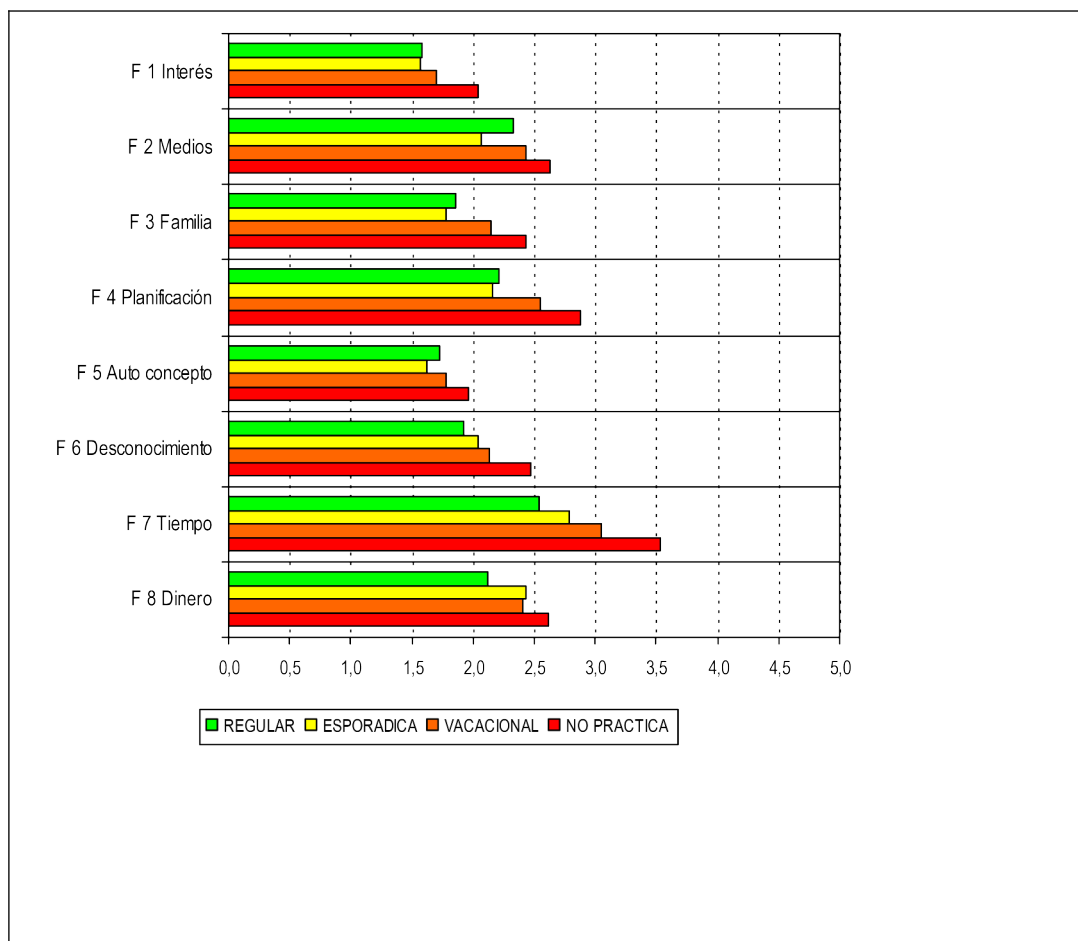


*Gráfico 28: Dificultades hacia la práctica de AFDMN según factores.
Hombres. Por frecuencia de práctica de AFDMN. Medias.*

De la prueba post hoc con el colectivo de hombres (tabla 41 del anexo III) muestra como quienes no practican ningún tipo de AFDMN se configuran como un grupo independiente de los practicantes que percibe estas dificultades en mayor medida que los demás. Esto es especialmente significativo en el caso del desinterés y la falta de tiempo donde la diferencia entre no practicantes y el resto de grupos practicantes es máxima ($p=,000$).

Con los problemas derivados de la familia, los no practicantes siguen siendo un grupo independiente al de los regulares ($p=,000$), esporádicos ($p=,000$) y vacacionales ($p=,006$); lo mismo que ocurre con las dificultades derivadas de la complejidad de planificación (regulares $p=,000$; esporádicos $p=,000$ y vacacionales $p=,001$) y desconocimiento (regulares $p=,000$; esporádicos $p=,008$ y vacacionales $p=,000$).

PRESENTACIÓN DE LOS RESULTADOS

Siguiendo con los hombres, de otras dificultades como la falta de medios o de dinero los grupos de no practicantes siguen diferenciándose de los practicante regulares (medios $p=,018$ y dinero $p=,001$), obteniendo estos últimos valores más bajos en la percepción de las dificultades.

La prueba post hoc por tanto confirmándose en los hombres como la práctica de AFDMN implica una disminución de las dificultades, a diferencia de lo que ocurre con las mujeres, como se expone a continuación.

En el caso de las alumnas (tablas 39 y 40 del anexo III y gráfico 29), el patrón es diferente, ya que una vez que empiezan a comprometerse con estas actividades, todas las dificultades se mantienen estables, a excepción de los problemas que genera el desconocimiento ($F=2,859$ $p=,037$), que disminuye con la experiencia y la falta de tiempo ($F=7,134$ $p=,000$), lo que indica que el compromiso con estas actividades ha provocado esfuerzos encaminados a lograr tiempo para practicar.

Al igual que ocurrió con los hombres, la prueba de post hoc con la variable falta de tiempo, muestra como los no practicantes la perciben en mayor medida que el resto de grupos, conformándose esto primeros como un grupo independiente a los regulares ($p=,007$), esporádicos ($p=,007$) y vacacionales ($p=,007$).

También se puede observar como en las mujeres estudiantes de CAFD, la mayor experiencia implica una mayor capacidad de planificación y de acceder al material, además de acceder a medios que antes no parecían tan disponibles, aunque las diferencias entre estas dificultades y la frecuencia de práctica no llegan a ser estadísticamente significativas.

De los resultados de la prueba post hoc se comprueba que en las alumnas, a diferencia de los alumnos, no hay diferencias en la percepción de las dificultades entre las no practicantes y las practicantes. Únicamente hay coincidencia con los chicos con la falta de tiempo, respuesta políticamente correcta que las mujeres no practicantes valoran como

PRESENTACIÓN DE LOS RESULTADOS

dificultad en mucha mayor medida que aquellas que salen al medio natural.

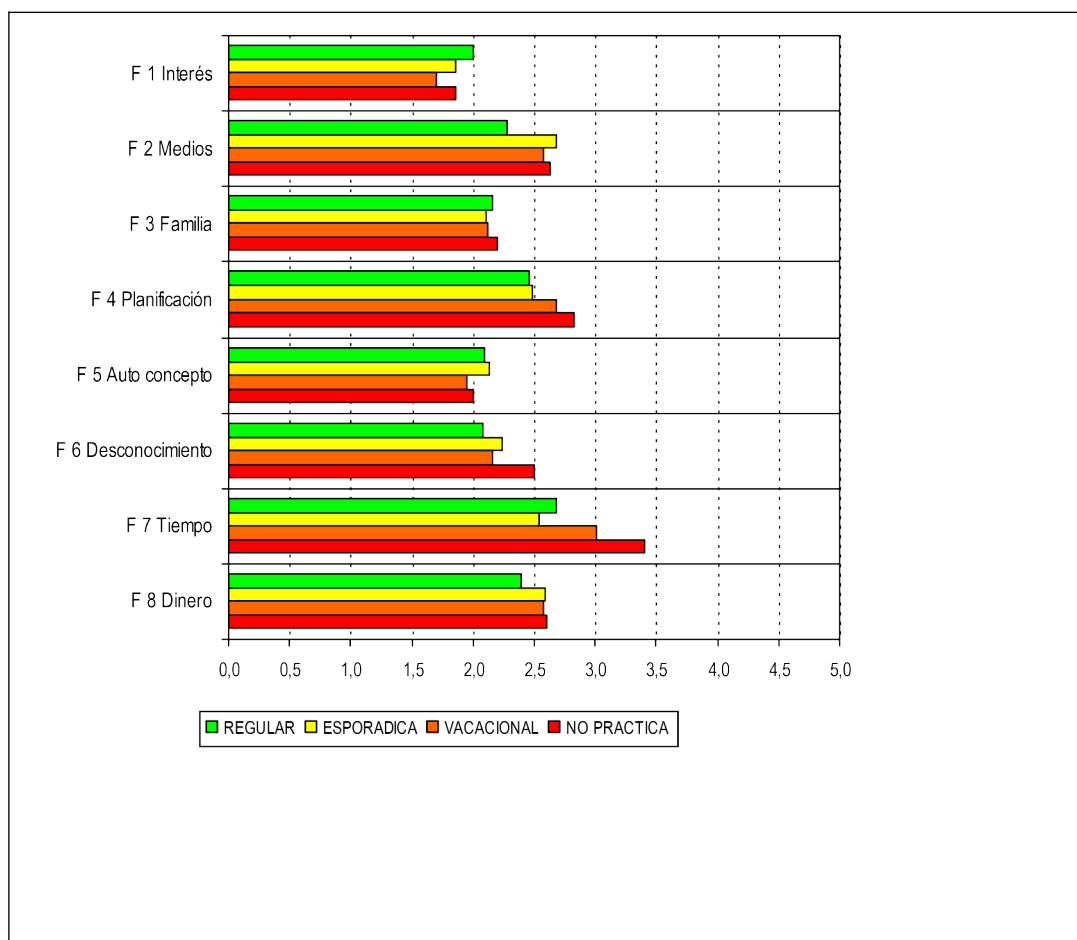


Gráfico 29: Dificultades hacia la práctica de AFDMN según factores. Mujeres. Por frecuencia de práctica de AFDMN. Medias.

A grandes rasgos, se observa como conforme avanza la involucración de los hombres con las AFDMN, estas dificultades van disminuyendo, mientras que en el caso de las mujeres, se mantienen más estables, lo que muestra como éstas últimas lo tienen más difícil para salir al medio natural, o que las estrategias que emplean son menos efectivas.

Las diferencias de género en las dificultades para la práctica de AFDMN aquí expuestas se resumen en el cuadro 10, en el que se sintetiza lo expuesto en este último apartado.

PRESENTACIÓN DE LOS RESULTADOS

<u>Cuadro 10:</u> Diferencias de género encontradas en las dificultades hacia la práctica de AFDMN.	
ALUMNOS	ALUMNAS
DIFERENCIAS ABSOLUTAS	
	• Auto concepto
PRACTICANTES REGULARES	
	• Falta de interés • Auto concepto
PRACTICANTES ESPORÁDICOS	
	• Escasez de medios • Auto concepto
PRACTICANTES VACACIONALES	
NO PRACTICANTES	
• Familia • Falta de interés	
DIFICULTADES QUE VARÍAN SEGÚN LA FRECUENCIA DE PRÁCTICA DE AFDMN	
• Falta de interés • Medios • Familia • Planificación • Auto concepto • Desconocimiento • Tiempo • Dinero	• Desconocimiento • Tiempo

1.6. ESTRATEGIAS DE SUPERACIÓN DE LAS DIFICULTADES

Cuando se relacionó la frecuencia de práctica con las dificultades y barreras percibidas, se constató que en el alumnado de CAFD, a mayor frecuencia de práctica, dicha percepción de las dificultades disminuye notoriamente, lo que demuestra la activación más o menos inconsciente de algún tipo de actuaciones destinadas a minimizar el efecto de dichas dificultades hasta el punto de hacerlas desaparecer en algunos casos.

La pregunta de “¿Hay alguna actividad en el medio natural que practicas a pesar de tener dificultades para realizarla?” fue respondida afirmativamente por el 27% del alumnado de CAFD que sale al medio natural. Como era de esperar, a mayor frecuencia de práctica de AFDMN, hubo una mayor proporción de respuestas afirmativas (gráfico 30), correspondiendo al 43% de practicantes regulares, 23% esporádicos y 21% vacacionales, siendo estas diferencias estadísticamente significativas ($\chi^2=28,84$ $p=,00$), tal y como puede observarse en la tabla 42 del anexo III.

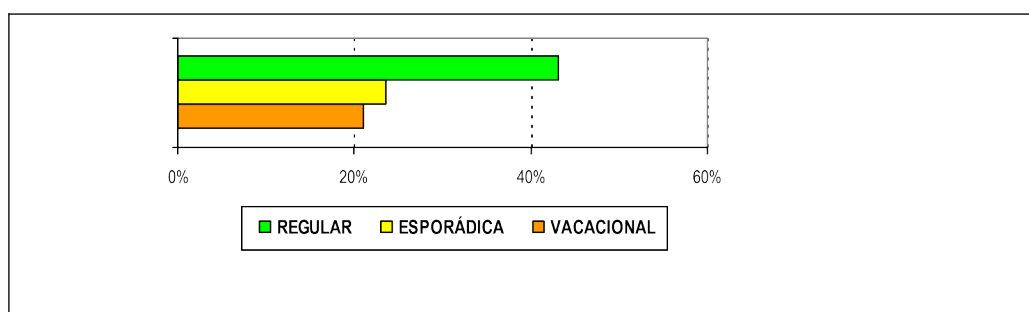


Gráfico 30: Alumnado de CAFD que afirmó practicar algún tipo de AFDMN a pesar de las dificultades. Practicantes de AFDMN. Por frecuencia de práctica de AFDMN. Porcentajes.

Con relación a las diferencias de género (tabla 43 - anexo III), no se encontraron diferencias de género estadísticamente significativas ($\chi^2=294$ $p=,588$) entre respuestas afirmativas y sexo, ya que las diferencias no alcanzan los dos puntos porcentuales.

Respecto a las estrategias más utilizadas (tabla 44 - anexo III y gráfico 31), la estrategia más utilizada entre el alumnado de CAFD fue la de aprovechar los periodos vacacionales (única con una media superior a 4), seguido de optimizar el tiempo disponible lo cual es lógico teniendo en cuenta que se está hablando de estudiantes de universidad y que la falta de tiempo fue la dificultad más mencionada por este colectivo.

PRESENTACIÓN DE LOS RESULTADOS

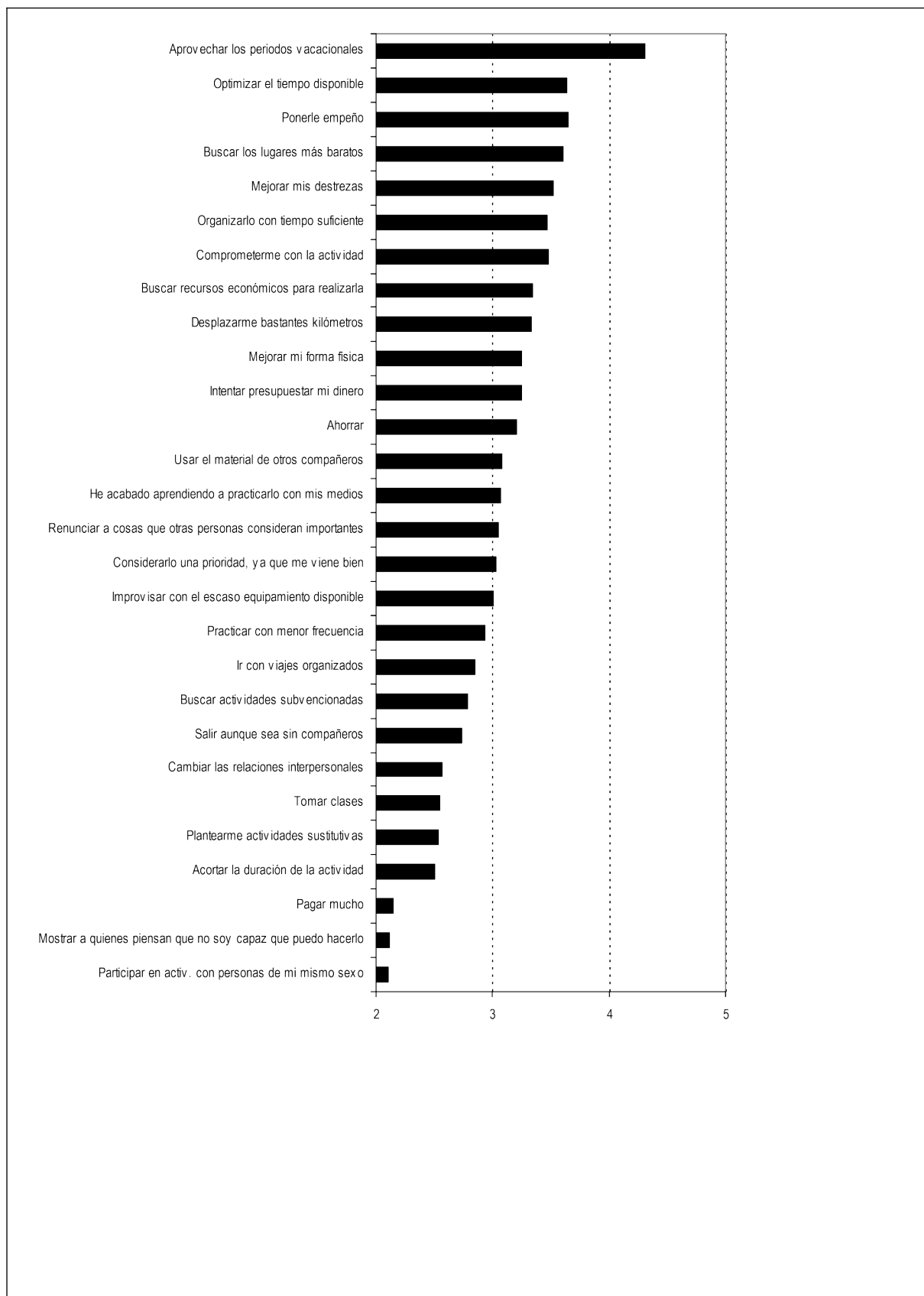


Gráfico 31: Estrategias de superación de las dificultades. Practicantes de AFDMN. Medias.

PRESENTACIÓN DE LOS RESULTADOS

Como puede observarse en el gráfico 31, a la estrategia de aprovechar los periodos vacacionales le siguieron 28 estrategias que en el gráfico se presentan ordenados según el valor medio obtenido.

Si la falta de tiempo fue la dificultad que obtuvo mayores puntuaciones, no se observa un claro predominio de las estrategias centradas en lograr tiempo, ya que aunque las dos estrategias más utilizadas están directamente encaminadas a lograr tiempo (optimizar el tiempo disponible y aprovechar las vacaciones). Otras estrategias importantes como acortar la duración de la actividad y practicar con menor frecuencia no obtienen puntuaciones elevadas, lo que indica que ante la falta de tiempo, el alumnado de CAFD que supera esta dificultad lo hace sin llegar a tener que modificar esta, por lo que aprovechar los periodos vacacionales y optimizar el tiempo disponible se muestra como estrategias eficaces por si solas de cara a conseguir tiempo.

Diferencias de género en las estrategias de superación de las dificultades

Para determinar la existencia de diferentes de género en la utilización de las estrategias, se llevó a cabo un análisis ítem por ítem, (tabla 45 - anexo III), observándose diferencias únicamente en cinco de las estrategias (gráfico 32). Las alumnas de CAFD se muestran más partidarias que los varones a “ponerle empeño” ($t=-2,759$ $p=,007$), y “acortar la duración de la actividad” ($t=-2,418$ $p=,017$) mientras que estos últimos tienden, en mayor medida que las chicas a “salir solos” ($t=3,258$ $p=,001$), “pagar mucho” ($t=2,530$ $p=,012$) y “participar en actividades con otros chicos” ($t=2,249$ $p=,026$). No se encontraron diferencias de género significativas en el resto de ítems.

PRESENTACIÓN DE LOS RESULTADOS

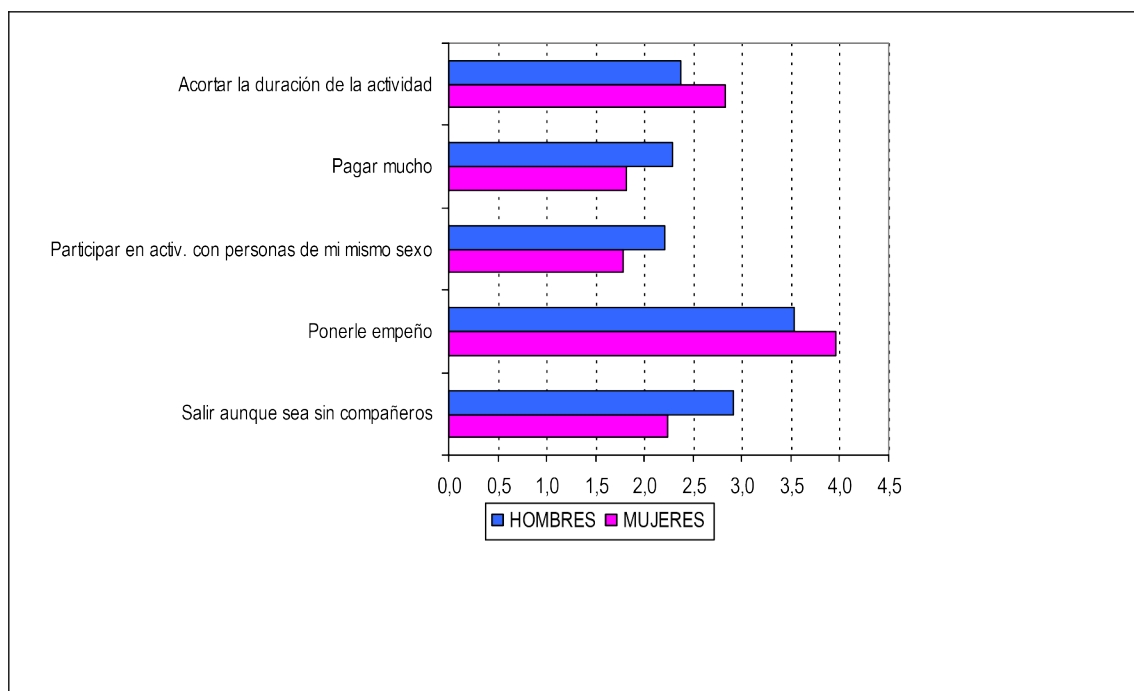


Gráfico 32: Estrategias de superación de las dificultades que han mostrado diferencias de género. Practicantes de AFDMN. Por sexo. Medias.

Dado que la frecuencia de práctica de AFDMN puede condicionar el empleo de alguna estrategia, el siguiente paso fue el buscar variaciones en el empleo de estas estrategias en función de la práctica de AFDMN, etapa del análisis que se desarrolla a continuación.

Diferencias en cuanto a frecuencia de práctica

Al igual que con la motivación, las dificultades y las capacidades, se buscaron diferencias en las estrategias empleadas en función de la frecuencia de práctica de AFDMN (tabla 46 - anexo III), que mostró como la frecuencia de práctica de AFDMN en estudiantes de CAFD condiciona la activación de 7 de las estrategias, como puede observarse en el gráfico 33. Estas estrategias son: ahorrar ($F=3,332$ $p=,038$), priorizarla ($F=6,860$ $p=,001$), practicar con sus propios medios ($F=5,333$ $p=,006$), mejorar la forma física ($F=8,101$ $p=,000$), las destrezas ($F=5,088$ $p=,007$), pagar mucho ($W=3,526$ $p=,035$) y salir solo/a ($F=8,326$ $p=,000$).

PRESENTACIÓN DE LOS RESULTADOS

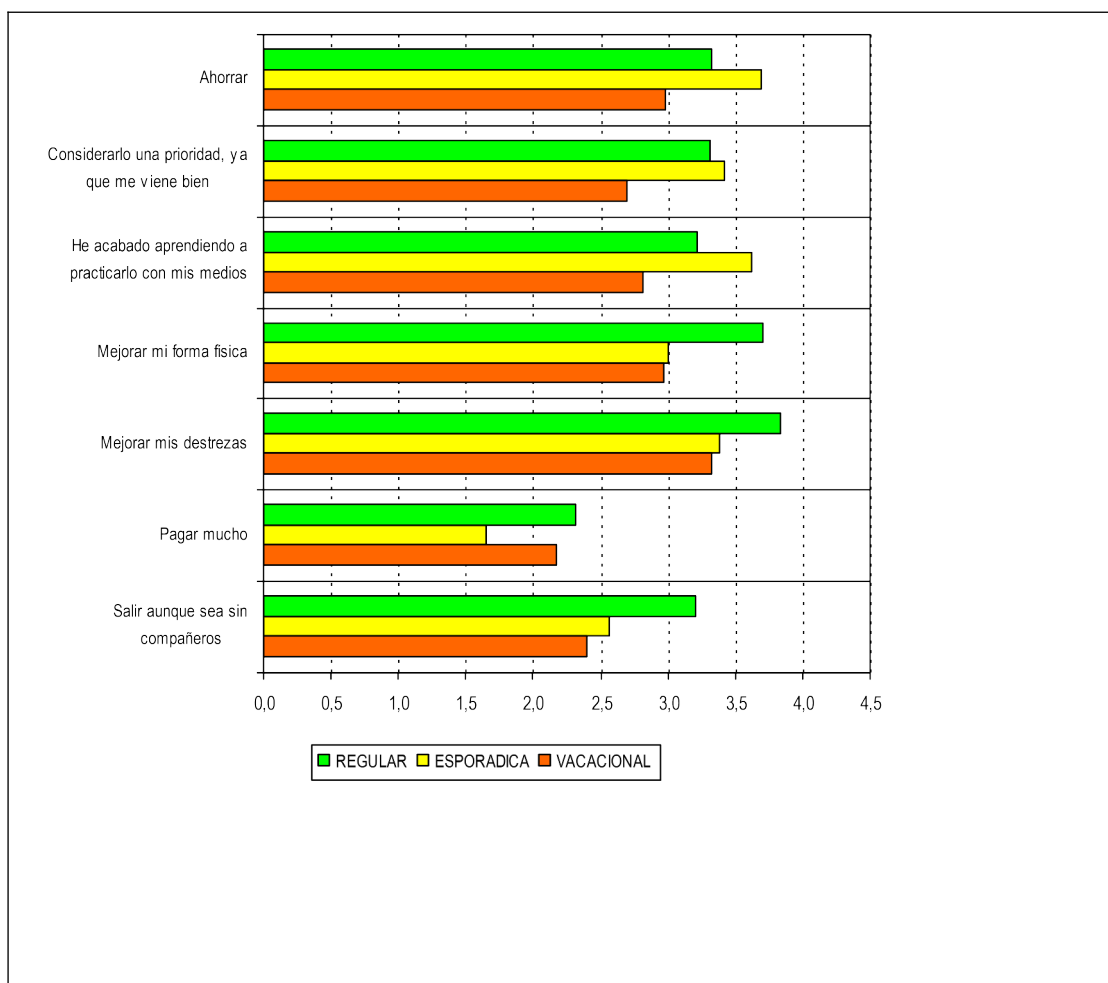


Gráfico 33: Estrategias de superación de las dificultades que han mostrado diferencias respecto a la frecuencia de práctica. Practicantes de AFDMN. Por frecuencia de práctica. Medias.

En el gráfico 33 y en las pruebas post hoc (Tabla 47 -anexo III), puede apreciarse como, los participantes regulares difieren de los vacacionales, que alcanzan valores más bajos en las estrategias de priorizar la actividad ($p=,006$), mejorar forma física ($p=,001$), destrezas ($p=,009$) y salir solo ($p=,000$). En resumen, los/as personas practicantes regulares y esporádicas utilizan las estrategias de priorización, practicar con sus medios, y mejorar sus destrezas en mayor medida que los vacacionales y la opción de salir solos es utilizada por practicantes regulares en mucha mayor medida que los vacacionales.

1.7. AMBITO EN EL QUE SE DESEA DESARROLLAR LA ACTIVIDAD LABORAL AL ACABAR LA CARRERA

Con relación a la pregunta sobre si el alumnado de CAFD tenía previsto desarrollar su actividad laboral futura en alguna de las salidas profesionales que las AFDMN ofrecen al titulado en CAFD, sus resultados, presentados en la tabla 48 del anexo III y el gráfico 34, muestran como de las tres salidas laborales relacionadas con las AFDMN (gestión, recreación y enseñanza), se observa como la recreación y la enseñanza son opciones señaladas frecuentemente por más del 50% del alumnado, mientras que el ámbito de gestión fue algo menos señalado, alcanzando porcentajes en torno al 40%.

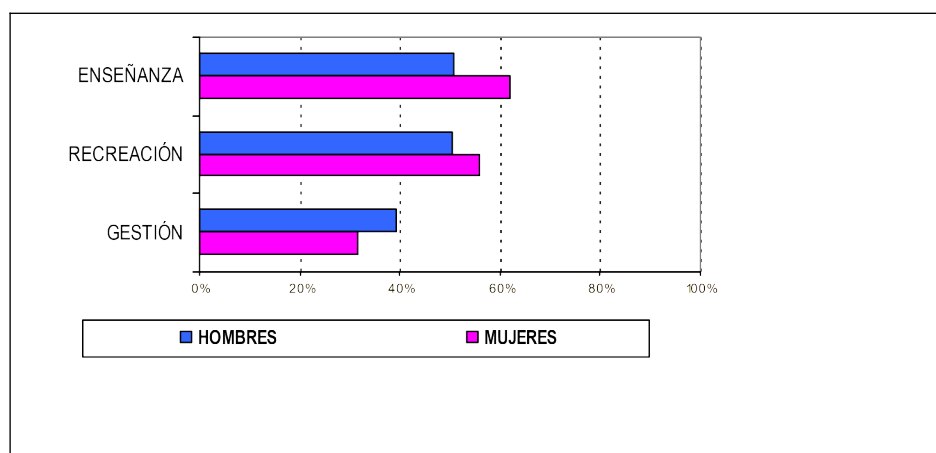


Gráfico 34: Disposición a desarrollar la actividad profesional futura en alguno de los ámbitos relacionados con las AFDMN. Toda la muestra. Por sexo. Porcentajes.

Se observan diferencias de género estadísticamente significativas ($\chi^2=11,132$ $p=,001$) en la salida laboral de la enseñanza de AFDMN, ya que es una opción más seleccionada por las alumnas (62%) que por los alumnos (51%), ya que las mujeres tradicionalmente han mostrado una mayor afinidad por la enseñanza que por el rendimiento o la gestión.

Si el ámbito enseñanza de AFDMN tiene mayor afinidad por las mujeres, en el ámbito gestión de AFDMN ocurre todo lo contrario, ya que son los hombres quienes muestran más deseos de dedicarse profesionalmente a este campo (39% sobre el 32% de las mujeres), llegando a obtener diferencias significativas en este sentido ($\chi^2=4,98$ $p=,026$).

PRESENTACIÓN DE LOS RESULTADOS

En el ámbito recreación no aparecieron diferencias de género significativas, ya que siendo seleccionado por el 50% de las personas encuestadas, las diferencias porcentuales entre chicos y chicas no superaron el 6%.

1.8. EXPECTATIVAS DEL ALUMNADO DE 1° RESPECTO A LA FORMACIÓN A RECIBIR RELATIVA A LAS ACTIVIDADES FÍSICO DEPORTIVAS EN EL MEDIO NATURAL

La tabla 49 del anexo III muestra las puntuaciones medias obtenidas por el alumnado de primer curso con relación a las expectativas sobre la formación que espera recibir en los tres ámbitos profesionales relacionados con las AFDMN. En dicha tabla y el gráfico 35 se observa como las expectativas son elevadas (medias mayores de 3 en todos los casos), aunque las expectativas sobre el ámbito de gestión son ligeramente menores que el resto de ámbitos.

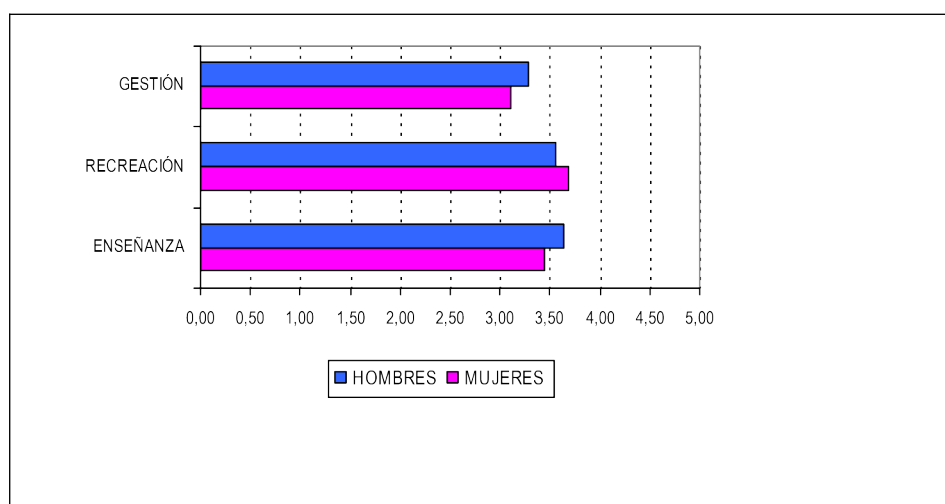


Gráfico 35: Expectativas del alumnado con relación a la formación que se espera recibir en cada uno de los ámbitos relacionados con las AFDMN. Primer curso. Por sexo. Medias.

No se encontraron diferencias de género en ninguna de estas expectativas, tal y como puede observarse en la tabla 49 del anexo III.

1.9. PERCEPCIÓN DE LA FORMACIÓN RECIBIDA EN RELACIÓN A LAS ACTIVIDADES FÍSICO DEPORTIVAS EN EL MEDIO NATURAL

La tabla 50 del anexo III muestra la opinión del alumnado de último curso de CAFD sobre la formación recibida. En dicha tabla y el gráfico 36 se observa como su opinión sobre la formación recibida sigue superando el aprobado (medias mayores de 2,5), aunque el ámbito de gestión sigue estando por detrás de los otros.

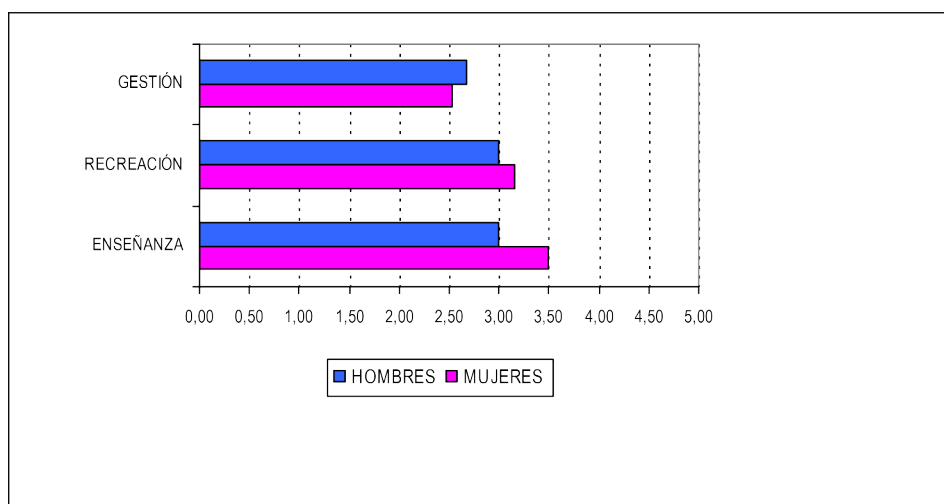


Gráfico 36: Contribución de los estudios de CAFD en la formación recibida en cada uno de los ámbitos relacionados con las AFDMN. Último curso. Por sexo. Medias.

De estos tres ámbitos, el que obtiene valores más bajos es el de organización y gestión de AFDMN. Se han hallado diferencias de género significativas en la valoración recibida en el ámbito de la enseñanza ($t=-2,918$ $p=,004$), donde las alumnas valoran mucho más positivamente esta formación que sus compañeros.

1.10. COMPETENCIA AUTOPERCIBIDA SOBRE DIFERENTES ÁMBITOS RELACIONADOS CON LAS ACTIVIDADES FÍSICO DEPORTIVAS EN EL MEDIO NATURAL

De los datos obtenidos en la tabla 51 del anexo III sobre capacidad auto percibida en diferentes ámbitos de AFDMN, puede observarse como el alumnado de CAFD se percibe más capaz a la hora de desarrollar actividades relativas al ámbito de las técnicas de aire libre que al de gestión de AFDMN (medias 3,2 y 2,81 y desviaciones típicas 1 y 0,881 respectivamente).

Si la puntuación media del factor gestión de AFDMN no alcanza valores mayores a 3, en el caso de las técnicas de aire libre, este valor se supera, lo que muestra como el alumnado de CAFD se siente más preparado para desarrollar técnicamente una actividad que para gestionar esta.

Con relación a las diferencias de género, según los datos de la tabla 51 del anexo III y el gráfico 37, los hombres que estudian CAFD se perciben más capaces que las mujeres para desarrollar técnicas de aire libre y gestión, pero estas diferencias de género no llegan a ser estadísticamente significativas.

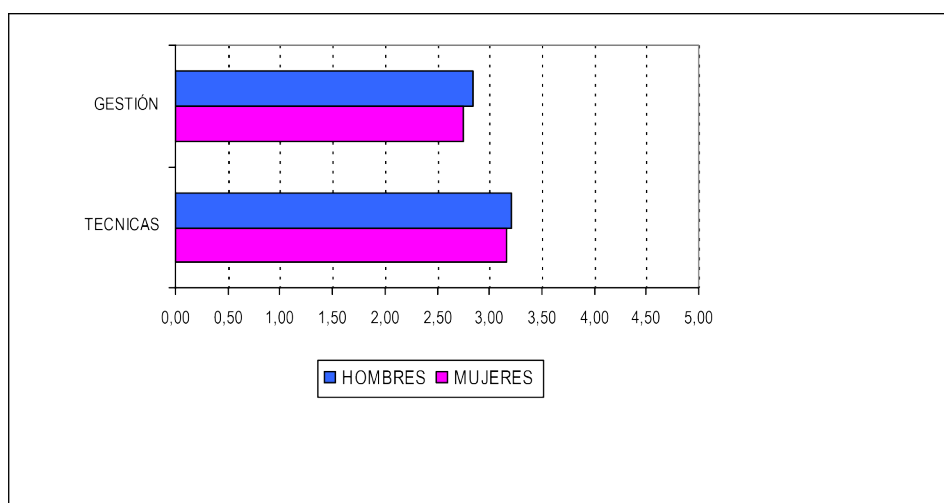


Gráfico 37: Capacidad auto percibida en diferentes ámbitos de AFDMN, según factores. Toda la muestra. Por sexo. Medias.

PRESENTACIÓN DE LOS RESULTADOS

Además del género, es de esperar que la práctica de AFDMN influya en la capacidad auto percibida en los diferentes ámbitos de las AFDMN, por lo que se buscaron relaciones entre las variables frecuencia de práctica y capacidad auto percibida. Los resultados de las tablas 52 y 53 del anexo III mostraron que la frecuencia de práctica de AFDMN influye en los factores de capacidad auto percibida de técnicas y gestión, ya que una mayor experiencia con el medio natural implica una mejor preparación para trabajar en este ámbito, como puede observarse en el gráfico 38.

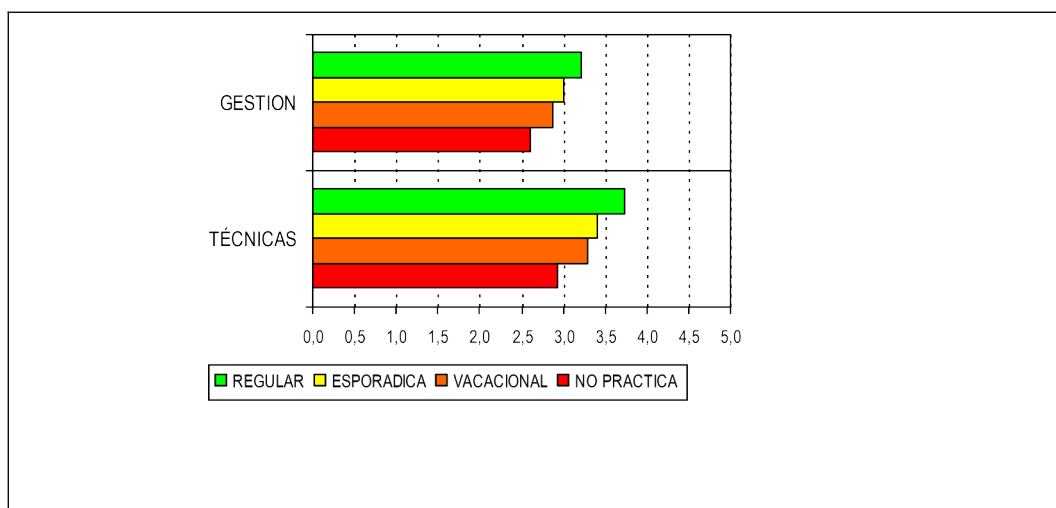


Gráfico 38: Capacidad auto percibida en diferentes ámbitos de AFDMN, según factores. Toda la muestra. Por frecuencia de práctica. Medias.

Quienes no practican AFDMN alcanzan valores significativamente más bajos que los practicantes de AFDMN en competencia percibida en ambos factores, obteniendo, según la prueba post hoc diferencias significativas ($p=,000$ en todos los casos) con el resto de grupos.

Tras revisar la influencia de la frecuencia de práctica de AFDMN en la capacidad auto percibida, se procedió a determinar la influencia de los estudios en dichas capacidades, para ello se compararon los valores medios de ambos factores (gestión y técnicas) con el primer y último curso (tabla 54 -anexo III y gráfico 39).

PRESENTACIÓN DE LOS RESULTADOS

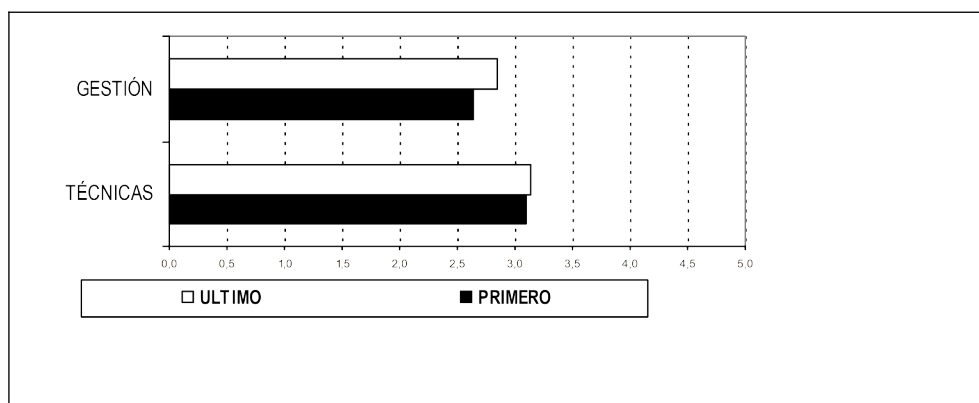


Gráfico 39: Capacidad auto percibida en diferentes ámbitos de AFDMN, según factores. Alumnado de primer y último curso. Medias.

Aunque como era de esperar, el alumnado de último curso de CAFD se mostró más capacitado que el de primero en ambos factores. Estas diferencias al comparar primer curso con el último únicamente fueron significativas en el factor gestión ($t=-2,943$ $p=,003$); por tanto, se puede determinar, que los estudios de CAFD mejoran en gran medida los conocimientos del alumnado en los ámbitos de gestión de AFDMN y recreación, siendo esas mejoras más importantes en el campo de la gestión.

2 RESULT OBTENIDOS A TRAV GRUPO DISC

2. RESULTADOS OBTENIDOS A TRAVÉS DEL GRUPO DE DISCUSIÓN

El análisis del grupo de discusión sigue el mismo esquema que se planteó en el guión de este: se comienza con una aproximación a su entorno social y deportivo para a continuación describir, cuantificar, ordenar e interpretar por orden de importancia las diferentes dificultades mencionadas en cuanto a práctica de AFDMN. En la interpretación de estas dificultades se hace especial hincapié en cómo las variables género y práctica de AFDMN condicionan la percepción y actitud de estudiantes de CAFD frente a esas variables.

La segunda parte del análisis del grupo de discusión abarca la cuestión de las estrategias que son utilizadas para superar las dificultades expuestas y sigue el mismo esquema que en el caso de las dificultades; esto es una presentación de estas, seguidas de una interpretación donde se hace especial hincapié respecto a cómo el género y la práctica de AFDMN condicionan la activación de estas estrategias.

Tanto las dificultades como las estrategias mencionadas han sido clasificadas en los tres ámbitos clásicos (estructural, interpersonal e intrapersonal). Estas clasificaciones no pretenden tener un carácter dogmático y deben ser consideradas con precaución, ya que como se mostró en el marco teórico, muchas de estas dificultades y estrategias están altamente interrelacionadas y actúan en diferentes planos.

La práctica de AFDMN es una variable que influye en gran medida tanto en la percepción de dificultades como la activación de estrategias de superación de estas, lo cual es observado de modo constante en el análisis de este grupo de discusión (al igual que en el resto de instrumentos de esta tesis). Esta cuestión es ampliamente tratada en la discusión de los resultados del grupo de discusión, que sigue a este análisis.

2.1. ENTORNO SOCIAL Y PRÁCTICA DE ACTIVIDADES FÍSICO DEPORTIVAS EN EL MEDIO NATURAL

El entorno social condiciona en gran medida la práctica de AFDMN; de hecho, un grupo de dificultades, las interpersonales, están directamente relacionadas con este entorno. La población estudiante de CAFD se encuentra en un ambiente social privilegiado para la práctica deportiva en general, ya que entre las personas de este mismo colectivo, es normal acabar encontrando con quienes salir al medio natural.

A pesar de la situación de potencial ventaja intersocial del alumnado de CAFD, las dificultades de tipo interpersonal hicieron acto de presencia en el transcurso del grupo de discusión. Se hizo referencia a los dos círculos de amistades entre los que debían moverse: las de toda la vida (de antes de iniciar estos estudios) y los “amigos del deporte”, que con el transcurso de la carrera vinieron a ser, en muchos casos, con quienes se comparte aula.

“Yo se a que amigos les puedo decir vente. A que locos les puedo decir vente, que nos vamos a ir por ahí, y a que amigos míos les digo vamos a tomar una cervezas al bar y a otros le digo vamos a tomarnos un cerveza, nos llevamos un par de botes. Tú sabes a quién se lo puedes decir y a quien no.” (Manuel: ent-cir)

La práctica de AFDMN entre el alumnado de CAFD se realiza, al igual que en las clases y con la población general, dentro de grupos con un claro desequilibrio en cuanto a sexos. Esto provoca un trato diferenciado hacia ellas en forma de unas mayores atenciones.

“Son casi todo chicos, pero hay alguna chica. Yo estoy muy contenta con que sean más chicos, te tratan como una reina (risas). Las pocas que vamos nos tienen siempre en palmitas.” (Eva: ent)

En el transcurso del grupo de discusión, el alumnado de CAFD mencionó intentos de introducir el círculo de personas no relacionadas con las AFDMN en la práctica de estas actividades, pero implicar a otras personas no es siempre sencillo, teniendo en muchos casos que acabar eligiendo o compatibilizando ambos colectivos.

PRESENTACIÓN DE LOS RESULTADOS

“Pero cuando te planteas la actividad, es que un poco lo que se decía antes, de ser impulsiva, de decir pues vamos. Directamente, es que hay un grupo, como dices tú (el grupo de amigas de pequeña es que ni te lo planteas. Vas directamente al grupo ese que está relacionado con el deporte.” (Ana: ent-circ)

“Luego tengo también otro grupo de amigas de cuando éramos pequeñas, de toda la vida, que a veces se vienen, pero tienen problemas como miedo un poco al vacío o con la rodilla al andar o no les gusta ir a la Pedriza porque pasan frío, se cansan y no vuelven.” (Eva: ent-circ)

“Allí pues salimos, amigos que quieran hacer eso, pues poca gente. Y yo he llevado a todos mis amigos y a veces acerté y muchas veces no y me voy solo la mayoría de las veces.” (Manuel: ent-cir).

La opción de recurrir a empresas no ha sido apenas mencionada por el alumnado de CAFD que formó el grupo de discusión, aunque se habló de ella y del hecho de que en algunas empresas del sector, la mayor parte de clientela esté compuesta por mujeres. Se presentó el estereotipo de género de la menor impulsividad de las mujeres como justificación a este fenómeno, que en todo caso sucede con un grupo de población diferente al del grupo en edad, planteamiento de las actividades, situación familiar y poder adquisitivo.

“Hay una diferencia entre, cuando son viajes organizados y cobrados por empresas, se apunta más gente o hay más variedad de sexo; pero cuando es algo impulsivo como cuando digo “Oye chavales, nos vamos mañana o nos vamos hoy”. Los chicos muchas veces somos mas simples e impulsivos para irse.” (Jorge – ent-org)

Se observa que el alumnado de CAFD se encuentra en un entorno social y estructural favorable para la práctica de AFD, aunque estas ventajas suponen paradójicamente, una complicación hacia la práctica de AFDMN, ya que la propia práctica de deportes “convencionales” de AFD conlleva compromisos y exigencias que pueden dificultar la práctica de AFDMN en forma de falta de tiempo, dinero empleado en otras actividades etc. Estas y otras dificultades serán objeto de análisis en el siguiente apartado.

2.2. DIFICULTADES ENCONTRADAS EN LA PRÁCTICA DE ACTIVIDADES FÍSICO DEPORTIVAS EN EL MEDIO NATURAL

El grupo de discusión realizó una aportación de ideas sobre los aspectos que más condicionaban la práctica de AFDMN. Las limitaciones mencionadas estuvieron condicionadas por la edad y la condición de estudiante de quienes compusieron el grupo de discusión. En el cuadro siguiente se presentan, a modo de síntesis, las categorías y subcategorías de las dificultades aparecidas en el grupo de discusión, junto con su descripción.

Dificultades estructurales

(dif-est)	Estudios	Dificultades derivadas del hecho que tener que compatibilizar las AFDMN con los estudios.
(dif-mat)	Material	Dificultades derivadas de la falta de materiales.
(dif-trans)	Transporte	Problemas de acceso a los lugares de práctica.
(dif-econ)	Economía	Limitaciones de tipo económico.
(dif-pelo)	Peligros objetivos MN	Recelo a practicar determinadas AFDMN o en determinados lugares o estaciones por los peligros que implican.
(dif-plan)	Planificación	Exigencias de planificación de determinadas actividades.

Dificultades interpersonales

(dif-grup)	Hacer e integrarse en grupos	Problemas de tipo interpersonal a la hora de encontrar compañía.
(dif-padr)	Padres y demás familia	Dificultades, en este grupo, consistentes en reticencias de padres y madres de cara a salir al medio natural.

Dificultades intrapersonales

(dif-psic)	Psicológicas	Condicionantes psicológicos.
(fem-est)	Estereotipos de género activos	Influencia de los estereotipos de género.
(dif-desc)	Desconocimiento y desinformación	Problemas derivados de no saber las opciones existentes de práctica de AFDMN, así como el desconocimiento de la existencia de técnicas para minimizar el riesgo en las AFDMN o las posibilidades de conseguir material.

Cuadro 11: Dificultades aparecidas en el grupo de discusión.

PRESENTACIÓN DE LOS RESULTADOS

En el gráfico 40 aparecen las diferentes dificultades que fueron enumeradas por el alumnado informante, estando estas dificultades clasificadas en función de la frecuencia con la que fueron citadas; en dicho gráfico aparecen también las frecuencias de alusión de hombres y de mujeres.

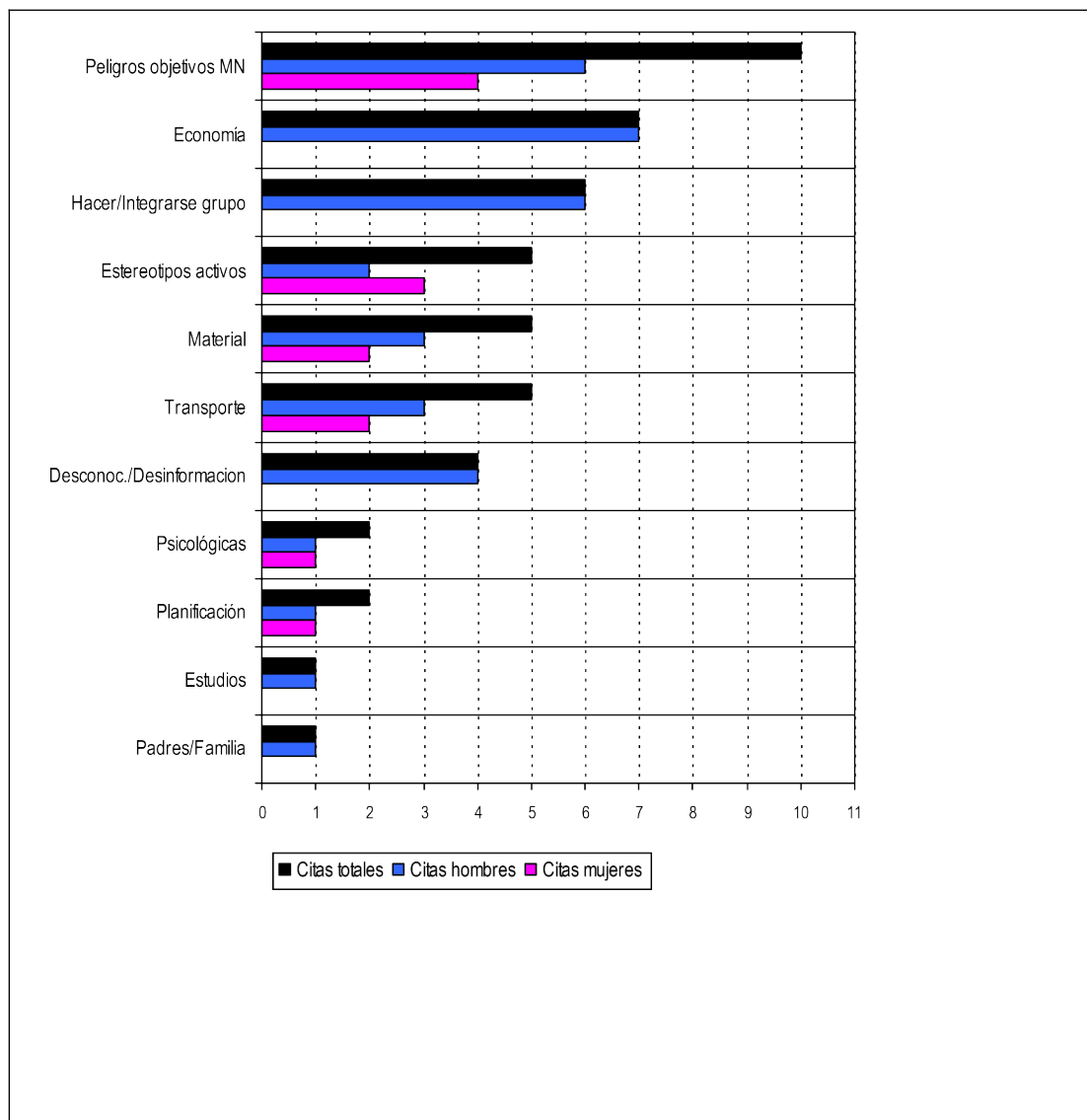


Gráfico 40: Dificultades en la práctica de AFDMN por sexo (Frecuencia).
Tamaño del grupo: 5 estudiantes (3 alumnos y 2 alumnas).

Hay unanimidad entre las personas informantes en cuanto a reconocer que la presencia de las mujeres en el ámbito de las AFDMN es menos numerosa que la de los hombres y se ha achacado dicho fenómeno no a un único factor, sino a la interacción de diversas causas o dificultades que se presentarán a continuación:

PRESENTACIÓN DE LOS RESULTADOS

Uno de los rasgos característicos de las AFDMN es la exposición a los peligros objetivos implícitos en la naturaleza (frío, terrenos escarpados, suelo resbaladizo, aguas abiertas, desnivel...). Los peligros inherentes al medio natural han constituido la dificultad más mencionada por el alumnado entrevistado. La mayor parte de quienes no hicieron alusión a éstos como dificultad correspondió a las personas con una mayor experiencia en el medio natural, experiencia que implicaba la reducción del riesgo inherente a estos peligros.

Se observa como los peligros asociados al medio natural alcanzan valores elevados en hombres y mujeres, habiendo una importante diferencia de género al ser mas mencionado por alumnos que por alumnas. Este dato corroboraría el estereotipo de género de que los hombres se acercan más a las actividades de difícil accesibilidad en busca de peligros, o que tienen una imagen de las AFD en la naturaleza más acercada a la visión de riesgo y de aventura.

Los peligros del medio natural van asociados a la sensación de indefensión que sienten, sobretudo quienes comienzan, la cual actúa como dificultad de tipo antecedente al limitar la práctica de AFDMN antes de que ésta se lleve a cabo.

“Hay gente que no le gusta la sensación de indefensión que puedes tener en algunos momentos, por ejemplo que se ponga de repente a llover y tampoco pasa nada, pero hay gente que lo pasa mal” (Eva: dif-psic)

Todas las personas informantes coinciden en señalar que la mayor parte de las dificultades derivadas de los peligros objetivos del medio natural pueden ser superadas si se poseen los medios materiales adecuados (luz → linternas frontales, frío → ropa etc.). Los cuales, además de disponerlos exigirán un cierto conocimiento y dominio de ellos.

PRESENTACIÓN DE LOS RESULTADOS

“yo lo que creo que hay cosas ahí (señalando el fichar) que son solucionables, por ejemplo el material. Si tú te vas a un club gordo o a un centro municipal que alquile material de montaña” (Ana: eint-club)

Las dificultades de carácter material son, al igual que con las derivadas de los peligros de la naturaleza fácilmente observables, por lo que han sido citadas con cierta profusión al ser ambas expresadas por más de la mitad de las personas del grupo de discusión. Dentro de las llamadas limitaciones de carácter material, se incluye la falta de material necesario, los recursos económicos, o la ausencia de vehículo propio para el desplazamiento. Puede observarse como todo ello está altamente relacionado con aspectos como la previsión y planificación.

“Claro, es una actividad como otra cualquiera no te puedes poner a jugar al fútbol sin balón, pues esto es lo mismo, tu no te puedes ir por ejemplo a Peñalara sin tener crampones ni piolet.” (Álvaro: dif-mat)

Se observó como en estudiantes con un elevado grado de motivación e implicación con estas actividades, se comprueba que *“hasta el dinero es controlable”* o al menos relativamente superable o priorizable.

La adquisición de recursos materiales pasa por destinar, en muchos casos, recursos económicos a este fin, aunque estos recursos económicos también son necesarios para desplazarse. Las dificultades de índole económica fueron las segundas más mencionadas, resultando relevante el hecho de que todas las alusiones registradas correspondiesen a hombres; este hecho puede interpretarse en dos direcciones: o que las alumnas de CAFD que salen al medio natural realizan actividades menos costosas en términos económicos, o que sus estrategias de superación de esta dificultad son más eficaces que las de sus compañeros de aula. Teniendo en cuenta que no hubo diferencias de género en la práctica de AFDMN de quienes compusieron el grupo de discusión, puede estimarse que las estrategias de las alumnas son más efectivas en este sentido que las de sus compañeros de estudios.

PRESENTACIÓN DE LOS RESULTADOS

La motivación, al igual que en el resto de dificultades, juega un papel importante en la intensificación o disminución de cómo se perciben las dificultades de índole económica. En el caso del alumnado escasamente motivado hacia las AFDMN, la escasez de recursos económicos actúa como dificultad antecedente, restringiendo la práctica antes de que ésta se produzca, mientras que en las personas con un alto grado de motivación hacia las AFDMN, las dificultades económicas actuarán de modo interviniente.

Llama la atención el hecho de que dentro del grupo de discusión, todas las alusiones a las dificultades de índole económica hayan sido citadas por hombres, mientras que no hay ninguna cita por parte de las mujeres, circunstancia que también ocurre con la tercera dificultad más mencionada: la de llegar a integrarse en colectivos de práctica.

Condicionantes sociales como el tener compañía es muchas veces requisito imprescindible para la práctica de este tipo de actividades, sobretudo las imbricadas como la escalada o el buceo. El conseguir integrarse en un grupo de practicantes es una dificultad que fue expresada por todos los informantes masculinos y ninguna de las mujeres, por lo que se observa como en el caso de las personas que estudian CAFD, las mujeres lo tienen más fácil para integrarse o ser aceptadas en nuevos colectivos.

“(...) tienes pensado acabar el verano con un viaje, hablas con todos tus amigos, vamos a hacer un viaje multiaventura también adecuado a ellos, para que aunque no tengan el mismo nivel técnico disfruten igual que tu. Y se da la situación de que dos días antes de irte, te has quedado solo.” (Álvaro: dif-grup)

A pesar de la importancia de esta dificultad, su carácter previsible da a las personas más motivadas cierto grado de control sobre ello.

“-Si quieres escalar un 3.000 no te puedes ir solo... hay que estar loco.” (Jorge: dif-grup)

PRESENTACIÓN DE LOS RESULTADOS

“-Pues te apuntas a un club de montaña, o un club municipal y así no sales solo... y te facilitan el material que te falta” (Eva: eint-club).

Evidentemente, salir con alguien conocido al medio natural resulta más motivante, aunque en ocasiones la persona con la que se salga sea compañero (compañía) no sea un amigo (amistad) de los de toda la vida. *“Otra cosa sería amistad, pero compañía...”*

La práctica de AFDMN está condicionada en buena medida por las dificultades de tipo social (encontrar compañeros de práctica) y estas dificultades están íntimamente ligadas al plano afectivo de las personas. Aquellos que estén dispuestos a salir con compañeros (compañía) se verán menos limitados socialmente que las personas que se muevan a nivel de amistad. En el grupo de discusión se observa como las alumnas salen más en el ámbito de sus amistades cercanas, por lo que su práctica queda más constreñida por este hecho en el sentido en que están condicionadas a un pequeño grupo, pero con la ventaja de que esta integración les disminuye notablemente las dificultades de encontrar a nueva gente.

Las alumnas de CAFD hicieron menos alusiones al desconocimiento como limitador de sus actividades. Lo cual muestra como éstas se organizan mejor para obtener información de los lugares de práctica y las exigencias de esa práctica.

La necesidad de compañía no afecta del mismo modo a novatos que a personas con suficientes recursos técnicos, los cuales, que mediante un sencillo ajuste de la actividad superan esa dificultad que quienes empiezan ven como insalvable.

PRESENTACIÓN DE LOS RESULTADOS

“-Vete a escalar en hielo. Tú te vas a escalar, tú subes, pero ahí tienes peligro porque cuando subes alguien te está asegurando.” (Álvaro: dif-pelo)

“-Pero lo puedes hacer, depende de donde te vayas, puedes montar la reunión desde arriba,” (Eva: eestr-sust)

Una solución ante los problemas de compañía está en irse solos, aunque ello exige gran motivación, conlleva una reestructuración de la actividad y el aceptar una serie de riesgos que no todo el mundo está dispuesto a asumir.

“Yo miro mis posibilidades, los riesgos que conlleva hacer una cosa u otra. Hago un curso de tal, hago un curso de cual, me voy a escalar un poco y luego pues yo que se, me subo dos tres miles, por ejemplo, que implican un riesgo pero lo puedes hacer solo, perfectamente, siempre y cuando valorando tus capacidades y valorando lo que quieres hacer, sin llegar al nivel de peligro. (Álvaro: eestr-mod)

El riesgo (factor subjetivo, relativo y personal), la falta de experiencia, o de capacidad física, son factores que se ven fácilmente solucionables cuando se involucra a otro compañero. En este sentido, y ante situaciones que implican cierto grado de incertidumbre, se disminuyen las limitaciones que estos factores pueden causar.

Se ha observado como las alumnas no han hecho ninguna alusión a las dificultades de integrarse en grupos que salgan al medio natural. Esta mejor acogida de las mujeres en los grupos practicantes de AFDMN puede estar debida al hecho de que la mayor parte de quienes salen al medio natural sean varones y que por ello estén más dispuestos a acoger a chicas en su grupo de práctica.

“Yo estoy deseando que haya chicas, pero llegas y no hay” (Álvaro: fem-est)

La principal causa de este desequilibrio en cuanto a sexos a la hora de salir al medio natural es sin duda la actuación de los estereotipos de

PRESENTACIÓN DE LOS RESULTADOS

género, que constituye en sí un grupo de dificultades específico que han percibido las mujeres en mayor medida que los hombres.

El alumnado de CAFD que compuso el grupo de discusión no está del todo exento de los condicionantes que los estereotipos de género, imponen a la práctica de AFDMN. Durante el grupo de discusión se hicieron algunas referencias a los estereotipos de género sobre la práctica de AFD como limitadores de esta práctica, así como se buscaron explicaciones a la influencia de esos estereotipos. De entre estas explicaciones, destaca como es lógico, la propia sociedad, que marca tendencias en las formas de ocio que son o no apropiadas para cada sexo.

“Las chicas, es como que tienen que salir por la tarde o ir de discoteca por la noche; por la mañana dicen “No puedo hacer nada. Se cortan.” (Jorge: fem -est)

La menor frecuencia de práctica femenina también se atribuyó a la experiencia histórica de la sociedad, que ha creado tendencia en el uso del espacio, dejando al hombre espacios abiertos (medio natural) mientras que las mujeres han ocupado espacios interiores.

“El hombre lleva saliendo a la naturaleza, para la caza, por ejemplo, la pesca ¿Quién hacía eso en el siglo XVIII? Sólo lo hacían los hombres. Eso crea un hábito, una lacra,” (Manuel: fem-expl)

Los estereotipos de género están por tanto imbuidos en la sociedad y constituyen dificultades capaces de descartar posibles prácticas antes de que se produzcan (dificultad antecedente), o actuar durante la propia práctica (interviniente). Pero no puede olvidarse que las dificultades están altamente interrelacionadas, por lo que los estereotipos de género en general estarán ligados a otras dificultades.

PRESENTACIÓN DE LOS RESULTADOS

La influencia de los estereotipos se observó también en la justificación de la menor frecuencia de práctica femenina por razones de tipo fisiológico (menor resistencia aeróbica). Estas dificultades fueron citadas en un primer momento, aunque tras un breve debate, todas las personas informantes reconocen que en este sentido, las mujeres están igual de preparadas que los hombres en general para hacer AFDMN.

“La salida que hicimos nosotros el año pasado en la universidad, lo mismo. Salíamos juntos, eran actividades duras e iba todo el mundo, chicas y chicos y al final no había apenas diferencias. (Manuel)

El grado de exigencia fisiológica que tienen las AFDMN actúa como dificultad antecedente entre quienes empiezan y como dificultad interviniente en las personas ya iniciadas. Esta exigencia se entiende a nivel de capacidades físicas básicas, pero también resistencia en otros aspectos como a las condiciones meteorológicas, por ejemplo.

“(…) pasar frío y se te ponen los dedos morados y todo ese tipo de cosas también puede influir mucho en la persona, a la hora de salir” (Ana: dif-pelo)

La influencia de los estereotipos de género puede influir en la realidad percibida por este grupo de estudiantes que en un momento dado, eviten determinado tipo de AFDMN por la sensación de indefensión que generan. El propio carácter de las AFDMN lleva implícito cierto grado de incertidumbre que provoca que en ocasiones, las AFDMN lleven a vivir cierta sensación de indefensión psicológica que aparece o puede aparecer en un momento dado, la cual puede ser más limitante en el caso de las alumnas.

“No es como ir a la discoteca o al cine; te requiere algo más de esfuerzo personal y luego hay gente que no le gusta la sensación de indefensión que puedes tener en algunos momentos, por ejemplo que se ponga de repente a llover y tampoco pasa nada, pero hay gente que lo pasa mal.” (Eva: dif-pelo)

PRESENTACIÓN DE LOS RESULTADOS

Al margen de los estereotipos de género, hay otras dificultades de tipo estructural como la dificultad de acceso a los lugares de práctica que parecen afectar de modo similar a hombres y mujeres. Como no podía ser de otra manera, el acceso al propio medio natural constituye una importante fuente de limitaciones que se incrementan cuanto mayor es la complejidad, nivel técnico y compromiso con la actividad que va exigiendo cada vez desplazamientos más costosos.

“Depende de la actividad, si te vas a escalar por Madrid no sueles tener problemas, pero si quieres probar en otro tipo de roca o en otro tipo de técnica o en otro tipo de historia pues si tienes un problema, te vas a meter 300 Km.” (Eva: dif-trans)

“Para esquiar (...) en verano, si, pero a lo mejor me tengo que ir a los Alpes” (Alvaro: dif-trans)

El factor tiempo disponible para la práctica de AFDMN resulta restrictivo con esta población, ya que gran parte de estudiantes de CAFD, especialmente en últimos cursos suelen compaginar sus clases por la mañana con trabajos de tarde. El tiempo disponible también entra en conflicto con los patrones sociales establecidos que requieren cierta dedicación a actividades puramente sociales en el medio urbano.

“¿El tiempo libre?... pues normalmente hacer la vida tradicional que hacemos todos, ir a al cine, la novia, salir con los amigos...” (Jorge: vinc-med).

La compatibilización de actividades sociales urbanas con las AFDMN es posible, aunque ello exige, como es habitual, un buen grado de motivación.

“(...) tu sales (al medio natural) aunque estés cansado. Yo llego de marcha a las 7 y a las 9 salgo (al MN), pero ellos dicen no, yo me voy a dormir, para descansar y esta noche salir otra vez.” (Manuel: eintr-ign)

La falta de tiempo no resultó una dificultad con entidad en si misma, ya que siempre estuvo asociada a otras dificultades, por lo que a la hora de estudiar esta, se hizo a través de las dificultades cuya consecuencia era esta falta de tiempo.

PRESENTACIÓN DE LOS RESULTADOS

La falta de tiempo como dificultad está condicionada también por la accesibilidad a los lugares de práctica y provoca estrategias de superación de esta dificultad en forma de modificación de esta (buscando otros lugares o acortando su duración) o buscando mejores medios de transporte.

“Yo creo que depende de la actividad que te guste, en concreto, por ejemplo piragüismo, te puedes ir a la Casa de Campo. Pero si te vas al Alto Tajo ya necesitas un par de días para hacer una escapada.” (Eva: dif-transp)

Aunque en un primer momento se ha mencionado la falta de tiempo como factor limitante, implícitamente se está haciendo referencia a la motivación intrínseca y a la justificación social, ya que cuando el grupo de discusión ha abordado los contenidos relativos a las estrategias de superación de dificultades, todos han coincidido en que *“tenemos tiempo”*. El problema no es el tiempo, sino las prioridades.

“Si realmente esto te gusta esto de la naturaleza, tú cuando tengas vacaciones vas a ir al monte porque todos tenemos vacaciones; yo creo que el 95 % de la población española que trabaja tiene sus vacaciones. Siempre. Tiene algún momento de año que tienen tiempo. Los que tienen más tiempo, pues oye se irán 15 ó 20 días. Los que tengan menos tiempo, se tendrán que ir 3 ó 7 días.” (Jorge: eestr-mod)

La mayor parte de las dificultades derivadas de las características propias del MN fueron clasificadas como “no controlables pero previsibles” y por tanto potencialmente superables mediante un estudio previo de las posibilidades. Se citaron *“horarios de autobuses, salir antes, madrugar más, ir a un sitio más cercano, ir con alguien que vaya en coche, pedir prestado el coche”*. Resumiendo, se requiere de planificación y logística, material, formación, salir de la mano de personas expertas, asumir riesgos lo cual constituyen en el fondo estrategias de superación de las dificultades.

PRESENTACIÓN DE LOS RESULTADOS

“Yo personalmente diría que para hacer actividades de este tipo tú tienes que tener una serie de consideraciones: primero la experiencia, haber salido a algún sitio, el material muy importante y una buena planificación de la actividad y la valoración de los riesgos que puedes tener, una serie de protocolos y otra serie de cosas, que parece así un poco técnico.” (Jorge: dif-planif)

La última parte del grupo de discusión se centró en retomar las dificultades señaladas anteriormente para determinar en modo en que cada dificultad es superada. Esta última fase permitió observar como la mayor parte de las dificultades son relativas, ya que con una buena dosis de motivación pueden superarse gran parte de las dificultades, como se expone a continuación.

2.3. ESTRATEGIAS MÁS FRECUENTEMENTE EMPLEADAS

En la segunda fase del grupo de discusión, los componentes de éste revisaron y analizaron todas las dificultades aparecidas anteriormente, lo que llevó a minimizar la importancia de todas estas, al comprobarse que el grado de previsibilidad de estos problemas da cierto grado de control sobre éstos al alumnado.

“yo creo que el clima y la luz del día, es previsible o sea es algo que puede variar. Si yo tengo libre el miércoles y viernes y veo el tiempo que se puede hacer, saberlo con antelación y veo que puedo hacerlo el viernes mejor que el miércoles, me voy el viernes. El clima es algo que no puedes cambiar, pero es previsible...”. (Álvaro: eintr-plan)

También hubo unanimidad en señalar que la menor presencia de las mujeres en general en el medio natural es un fenómeno que está cambiando y progresivamente estas diferencias cuantitativas en participación de hombres y mujeres se van equilibrando gracias a las estrategias de superación de las dificultades.

“Cada vez somos más chicas. Es una tendencia que poco a poco se está corrigiendo. No es lo que pasaba hace años que la mujer se quedaba los fines de semana a cuidar la casa.” (Eva: prac-evol)

Durante el grupo de discusión, se enumeraron una serie de estrategias de superación de dificultades, las cuales se presentan en la página siguiente clasificadas en estructurales, interpersonales e intrapersonales:

Del grupo de discusión surgió una nueva categorización de dificultades directamente relacionada con la posibilidad de superación de estas: **Previsible/no previsible y por tanto controlable/ no controlable.**

Las dificultades encuadradas como “previsibles” (coste, lejanía, horas de luz, frío...) no son entendidas como barreras insuperables, sino como aspectos no limitantes que deben ser tenidos en cuenta en la planificación

PRESENTACIÓN DE LOS RESULTADOS

y como es lógico, la necesidad de programación de este tipo de actividades aumenta en grado cuanto mayores son las dificultades que se esperan encontrar a la hora de realizar prácticas en el medio natural.

En esta categoría “Previsible, pero controlable” se han enmarcado al final la mayoría de las dificultades encontradas en el grupo de discusión, lo que muestra la superabilidad de los problemas.

Estrategias estructurales

(eestr-cara)	Compatibilizar estilo vida	Modificar determinados aspectos de la vida para dar cabida a la práctica de AFDMN.
(eestr-mod)	Modificar actividad	Modificaciones en la propia práctica de AFDMN.
(eestr-sust)	Sustituir actividad	Cambio de la AFDMN por otra actividad que tenga menos dificultades que afrontar.

Estrategias interpersonales

(eint-madr)	Madres y abuelas	En el grupo, recurrir principalmente a padres y madres para que faciliten la práctica de AFDMN mediante préstamos de coches, dinero, material...
(eint-ocult)	Ocultamiento	En el grupo, evitar las reticencias parentales ocultándoles los planes de salir al medio natural.
(eint-aisla)	Aislamiento	Salir sin compañía al medio natural.
(eint-amig)	Juntarse con amistades fuertes	En el grupo, salir al medio natural en compañía de personas más experimentadas, principalmente compañeros de la carrera.
(eint-club)	Club o similar	Apuntarse a un club o grupo de montaña.
(eint-conoc)	Conocidos más que amistades	Anteponer la compañía de personas con un nivel de amistad escaso para poder llevar a cabo una determinada actividad difícil de realizar con las amistades “de toda la vida”.
(eint-curso)	Hacer cursos.	Formarse a través de cursos.

Estrategias intrapersonales

(eintr-cab)	Cabezonería	Salir cueste lo que cueste.
(eintr-ign)	Ignorar dificultades	No tener en cuenta las dificultades.
(eintr-etto)	Entrenar más	Aumentar el nivel de entrenamiento.

(Cuadro 12: Estrategias aparecidas en el grupo de discusión)

Como se observa en el párrafo anterior, algunas dificultades o grupos de ellas son más fáciles de asociar a un tipo de estrategia de superación de esa dificultad. No obstante, ha habido algunas estrategias más mencionadas que otras, como la modificación de la actividad, tal y como se observa en el gráfico 41.

PRESENTACIÓN DE LOS RESULTADOS

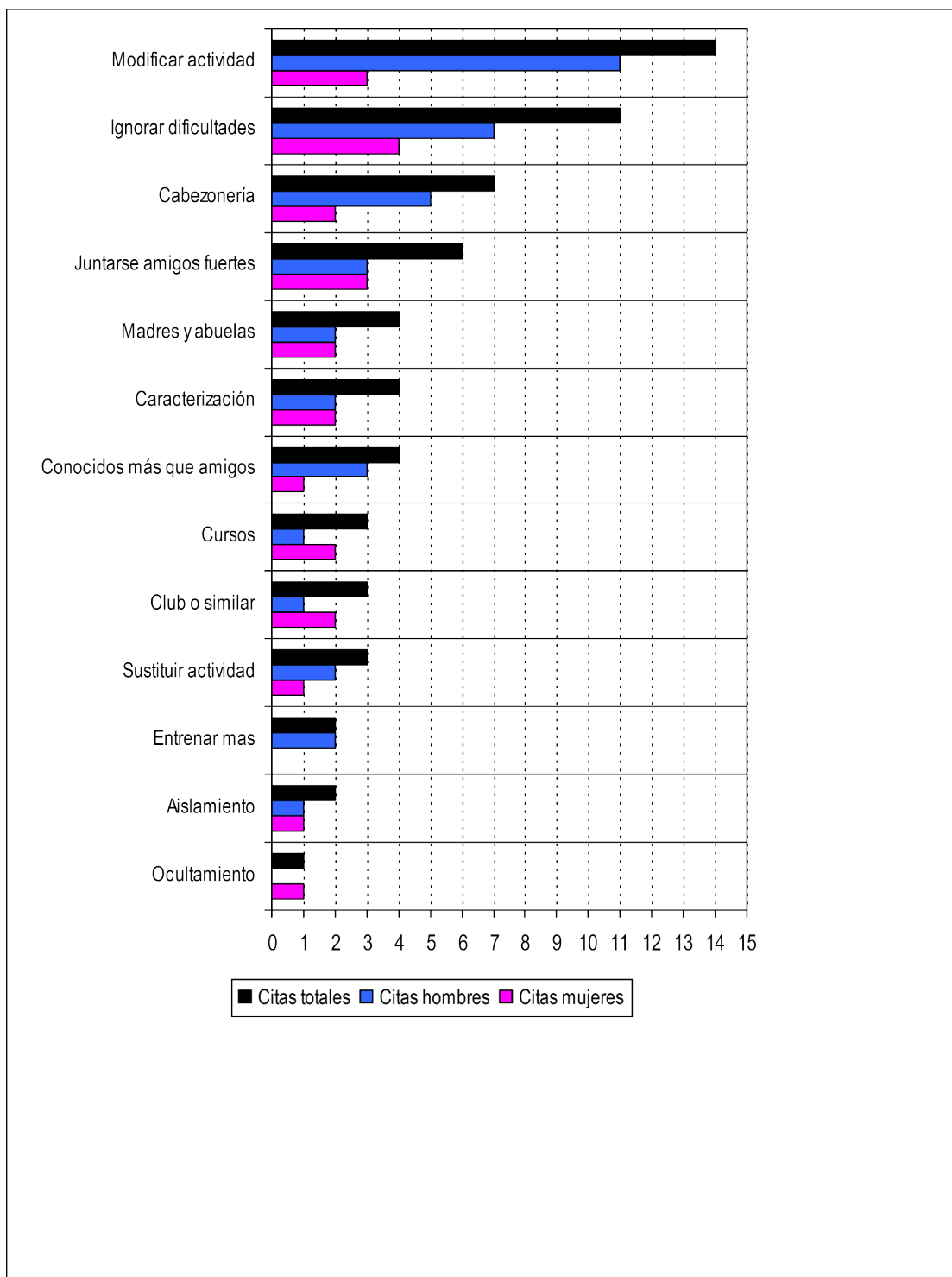


Gráfico 41: Estrategias más empleadas en la práctica de AFDMN por sexo (frecuencia)
Tamaño del grupo: 5 estudiantes (3 alumnos y 2 alumnas).

Los tres modos de superar dificultades más citados fueron la modificación de la actividad para minimizar sus problemas asociados y las estrategias intrapersonales de ignorar las dificultades y el salir a pesar de todo.

PRESENTACIÓN DE LOS RESULTADOS

En muchas ocasiones, la inexperiencia o la influencia de otras dificultades es contrarrestada mediante la modificación de la actividad, evitando lugares con peligros objetivos destacados, saliendo con personas más preparadas o simplemente realizando la actividad sin más y confiando en la buena suerte.

“Yo, muchas veces que he hecho cosas que ahora veo como temerarias, las haces y luego dices, pues no era tanto, como era desconocido.” (Álvaro: dif-desc)

La modificación de la actividad es mencionada con una alta frecuencia para superar varios tipos de dificultades, siendo esta solución mucho más citada por los hombres que por las mujeres. Queda claro que las alumnas que conformaron el grupo de discusión optan por otro tipo de soluciones a los problemas inherentes a la práctica de AFDMN

“(Si tuviese más tiempo libre) -Hacer lo mismo que hago pero irme más lejos.”
“-En vez de ir a la sierra, pues te coges y te vas a dar una vuelta por aquí (señalando a la Casa de Campo), un poco más cerca.” (Manuel: eestr-sust)

La modificación de la actividad se realiza a través de una planificación. Íntimamente relacionada con las dificultades de tipo previsibles - controlables, la planificación permite superar este tipo de dificultades, las cuales, según quienes conformaron el grupo de discusión representan la mayoría de los problemas a superar cuando se sale al medio natural.

“Por ejemplo, si sabemos que a las seis de la tarde anochece, pues en vez de irme a las once de la mañana me voy a las ocho de la mañana y ya está. Ya lo has ajustado.” (Álvaro: eestr-mod)

La modificación de la actividad resulta una estrategia fácil de adoptar, lo que explica su alta frecuencia de utilización. Otras estrategias también muy utilizadas fueron el ignorar las dificultades y el salir a pesar de estas.

En ocasiones, el ignorar las dificultades o no tomarlas en consideración, hace que estos problemas dejen de actuar a un nivel previo o

PRESENTACIÓN DE LOS RESULTADOS

antecedente, entre quienes estudian CAFD, lo que facilita su superación ya que como se observó en el marco teórico, las dificultades actuando a nivel interviniente tienen menos fuerza que las internas.

“Yo, muchas veces he hecho cosas que ahora veo como temerarias, las haces y luego dices, pues no era tanto, como era desconocido. (...) Si pero porque tú sales aunque estés cansado.” (Álvaro: eint-ign)

La estrategia interpersonal más utilizada es la de salir de la mano de personas más experimentadas o salir en grupo, lo que posibilita la práctica de actividades en la naturaleza que de otro modo no serían accesibles por desconocimiento, falta de material o recursos técnicos etc. Hay que recordar que los componentes del grupo de discusión son estudiantes de CAFD, lo que les facilita el encontrar en su clase o el centro a personas con quienes salir al medio natural. Esta solución fue citada igualmente por hombres y mujeres, aunque los chicos se mostraron más dispuestos a salir con conocidos más que amistades, priorizando la actividad en si a objetivos de tipo social.

“Yo creo que si hay algo que está por encima de tu nivel lo puedes hacer con gente.” (Eva: eint-amig)

La familia, en el estado vivencial en el que se encuentran quienes compusieron el grupo de discusión no se mostró como un factor limitante de la práctica de AFDMN, sino como un recurso para superar dificultades, tanto en el caso de hombres como de mujeres.

“Para ahorrarte dinero en comida, te preparas una tortilla de patatas en tu casa o le dices a tu madre que te prepare unos sándwiches o unos espaguetis.” (Eva: eint-madr)

En caso de celos familiares, la información que se proporciona a la familia en cuanto a las actividades practicadas puede ser omitida o distorsionada *“yo ha habido ocasiones en las que no le he dicho a mi madre donde voy”* constituyendo este ocultamiento un modo de superar posibles dificultades en este sentido.

La activación de estrategias se da en función de la motivación. A lo largo de todo el grupo de discusión, se observa como en el caso de alumnado comprometido totalmente con este tipo de dificultades, se llega

PRESENTACIÓN DE LOS RESULTADOS

a un punto en que toda su vida gira en torno a estas actividades (caracterización), lo que lleva al participante a adoptar un estilo de vida en el que muchas de las dificultades están ya anuladas. Ya no se trata de adaptar la actividad al estilo de vida, sino lo contrario.

“Lo que más me gusta es salir a la montaña; todo mi tiempo libre va para allá, ni cine ni... Bueno, escalar, andar, hacer picos, algo de escalada en hielo...” (Eva: vinc-alt)

En caso de estrategias más “regladas” para superar las dificultades como el apuntarse a un club, o hacer cursos, parece que son las alumnas quienes prefieren estas estrategias, frente a otras soluciones más reactivas como cabezonería o ignorar las dificultades, más propias de los chicos.

A lo largo de esta segunda parte del grupo de discusión, se ha podido observar como la motivación activa el deseo de realizar AFDMN en el alumnado de CAFD, lo cual proporciona a medio y largo plazo un nivel de experiencia que minimiza las dificultades percibidas como tales, pero la motivación no es algo estática, ya que para que esta motivación actúe como superadora de dificultades, es necesario, en las primeras etapas de práctica de AFDMN, el buscar las ventajas que proporciona esta actividad desde el punto de vista hedónico.

“Tienes que buscarte las ventajas o lo que te aporte la actividad para que sea mucho más grande que las dificultades.” (Ana: eintr-ign)

Los resultados de este grupo de discusión, al igual que los cuestionario, están ceñidos a la población que lo ha conformado; esto son alumnado de estudios superiores de CAFD. Es necesario introducir un elemento de contraste con esta población, el cual consiste en las entrevistas en profundidad cuyo análisis se efectúa en el siguiente apartado.

3 RESULT OBTENIDOS MED ENTREVISTAS

3. RESULTADOS OBTENIDOS MEDIANTE LAS ENTREVISTAS EN PROFUNDIDAD

El análisis de las entrevistas en profundidad sigue un esquema similar al que se estableció durante el desarrollo del grupo de discusión. La influencia del género, así como la implicación en la práctica de las AFDMN, es una constante en el análisis de todos los aspectos tratados en las entrevistas en profundidad.

Se comienza por presentar aquellos aspectos relevantes de la práctica de AFDMN de las personas entrevistadas, así como aspectos de su entorno social que pueda condicionar su influencia a dificultades en la práctica de AFDMN o el establecimiento de estrategias.

El análisis continúa definiendo, cuantificando y ordenando por orden de importancia las diferentes dificultades mencionadas por los participantes en cuanto a práctica de AFDMN; a continuación, se trata la cuestión de las estrategias que son utilizadas para superar las dificultades expuestas bajo el mismo esquema de presentación de las dificultades.

3.1. ENTORNO SOCIAL

A excepción de las personas entrevistadas mayores de 50 años, todas las personas han coincidido en señalar un momento en el que se ven forzados a reestructurar su entorno social para compatibilizar éste con la práctica de AFDMN. Esta reestructuración finaliza en todos los casos en la diversificación de círculos de amistades: los denominados “Amigos de toda la vida” y las nuevas relaciones y/o amistades pertenecientes al mundo de la montaña.

“Yo tengo mis amigas, mis maris de hace 15-16 años. Desde 1º de BUP. (...). Son mis amigas del instituto, de toda la vida, las marujillas las llamo yo. Son encantadoras, pero nunca he salido ni he hecho nada con ellas.”
(Pilar: ent-circ)

PRESENTACIÓN DE LOS RESULTADOS

En otros casos, conforme aumenta la vinculación con las AFDMN, se hace necesario elegir entre los dos grupos de amistades, y en función de la motivación, hay predominancia en optar por las amistades del monte, por lo que se estructura el entorno social para dar cabida a las AFDMN.

En el caso de los mayores de 50 años, la reestructuración de la que se hace mención fue hecha hace mucho tiempo y en la actualidad, a nivel consciente, priman otro tipo de reestructuraciones relacionadas con la etapa de la vida en la que están viviendo: como la inserción de los hijos o hijas en la práctica de las AFDMN como posible sustitutivo de “otros vicios” o “malas influencias”. En estos casos, el refuerzo familiar que ejercen sobre los hijos o hijas es muy importante para tratar de mantener la práctica de estas actividades en las “edades difíciles” en las que se suele pasar de una práctica relativamente habitual a la práctica esporádica en relación a otro tipo de actividades.

“Antes que eran mas críos si salían más conmigo, pero ahora cada vez me cuesta mas, que si la novia, los amigos esos que tiene ahora, bueno, tu ya me entiendes.” (Juan: ent-intr).

“Yo he salido cuando era pequeña y no ponía impedimentos y que era todo muy fashion y con los perros y el abuelo, pero ahora yo consciente no me venden la moto.” (Amparo: vinc-baj)

Conforme avanza la vinculación con las AFDMN, quienes practican AFDMN orientada a la motivación intrínseca (superación personal) más que a motivos extrínsecos como diversión lúdica y/o relaciones sociales (salir con amistades, acompañar a la pareja, etc.), llegan a un punto de inflexión en la práctica de este tipo de actividades donde es necesario compatibilizar los entornos sociales, lo cual puede resultar complicado, como se presenta a continuación:

La compatibilización de los dos círculos de amistades

Las amistades forman parte del entorno social próximo y son claves a la hora de reforzar o inhibir la práctica de AFDMN, especialmente para principiantes que salen esporádicamente y no gustan de complicar su práctica de AFDMN. El rol pasivo que suele asumir esta tipología en la práctica de las actividades hace que el grupo de amistades sea determinante a la hora de generar o no el hábito de la práctica.

“Si el grupo con el que salía a la montaña del instituto hubiera seguido, probablemente ahora yo iría mas a la montaña, pero lo fueron dejando”
(Rocío: dif-grup)

En el caso de una práctica de alto nivel, llega un momento en el que las *amistades de toda la vida* abandonan la práctica o lo que es más frecuente, no alcanzan o están dispuestos a alcanzar un nivel o grado de compromiso elevado con estas actividades, lo que crea al practicante de alto nivel el problema interpersonal de no tener con quien llevar a cabo proyectos.

“Tú puedes estar situado en un deporte porque te gusta, pero llega un momento en la práctica de este deporte en que tienes que dar un salto. El salto es el siguiente: si el deporte te gusta muchísimo das el salto. (...) Tú puedes practicar un deporte como ir a la montaña, pero a lo mejor tienes suficiente con ascensiones sencillas, no te apetece complicarte más ni tener más problemas. Te vale eso; sin embargo, el carácter de cada persona es diferente y lo que vale a uno no le vale a otro. Yo creo que nos fuimos quedando poco a poco.” (Pablo: prac-ren)

Siguiendo con el caso de los practicantes de alto nivel, la solución para mantener ese nivel de práctica es salir con personas “menos amigas”; conocidos más que amigos.

“Ahora tengo otro tipo de amistad, una amistad que tiene algo de interés “Yo quiero escalar esta montaña; tú quieres escalar esta montaña, pues vamos los dos y lo hacemos.” Ahí tienes un objetivo común. Hay una amistad porque si no no irías, pero es diferente.” (Pablo: eint-conoc)

PRESENTACIÓN DE LOS RESULTADOS

En algunas de las mujeres entrevistadas, se manifiesta como una suerte seguir practicando con los “amigos de toda la vida”, mientras que en otra, se siente en ocasiones cierta añoranza al echar de menos a esas personas.

“Lo que pasa es que te gustaría. Muchas veces lo pienso. Con la amiga que te haces con la pareja que te ha tocado en cordada, si fuese una amiga de toda la vida sería la hostia.” (Fátima: ent-circ).

Este estar dispuesto a salir con personas conocidas que no tienen que ser amistades, puede resultar especialmente difícil en el caso de las mujeres, donde priman motivaciones de tipo afiliativo o sociales, lo cual puede ser parte de la explicación de que haya una menor cantidad de mujeres que practiquen a alto nivel por su exigencia de ir más con conocidos más que con amigos.

En el caso de los estudiantes de CAFD, la necesidad de crear un nuevo grupo para ir al monte es consecuencia de dos factores que se desarrollarán en los párrafos siguientes: por un lado la mayor forma física que suele tener y mantener este colectivo y por otro, a los habituales cambios en el estilo de vida que se producen tras la adolescencia.

Con relación a la mayor forma física del alumnado de CAFD en general, llega un momento en que las amistades de toda la vida no quieren o no pueden salir al medio natural bajo planteamientos tan deportivos.

“Antes de ir al INEF, por ejemplo mis amigos, pues de vez en cuando yo los arrastraba, pero a la hora de hacer un esfuerzo físico mayor, ya iban más a lo mejor quejándose, que iban más a pasarlo bien, yo que se. Era otro rollo, limitaciones para poder avanzar más y disfrutar del medio natural era eso, que a veces iban y acababas en un refugio jugando a las cartas.” (Lucas: ent-intr)

Otra causa que lleva a dejar de lado el grupo de amistades de toda la vida es, como se comentó anteriormente, el abandono de estilos de vida anteriores y la apertura para el adolescente de otro tipo de aficiones más alejadas del medio natural.

PRESENTACIÓN DE LOS RESULTADOS

“(...) recuerdo que mi grupo de amigos de toda la vida se fueron por la vía de las discotecas, empezaron a fumar, a beber, y hubo un grupito que nos quedamos, no bebíamos, no fumábamos, estábamos todo el día haciendo deportes convencionales como fútbol, baloncesto. Pero cuando había que tirar de alguien para ir a la montaña pues tiraba de ellos. Era un grupo ya más reducido.” (Lucas: ent-circ)

¿Son compatibles los dos círculos de amistades? Queda claro que se acaba conviviendo con un par de círculos, los nuevos, más causales del monte y los de toda la vida; esta doble convivencia es posible, aunque evidentemente, si la vinculación con las AFDMN es alta, hay que elegir y el grupo de amistades tradicional se ve afectado por ello.

“Luego claro, como mi círculo de amigas no escalaba ni hacía montaña era más fácil montármelo con ellas con el baloncesto o el balonmano, aunque luego me daba pena decir “Estoy aquí en el monte con cuatro colegas como yo, pero no estoy con mis amigas de verdad.” Y luego pues a ellas les tienes cuando tienes que quedar para otras cosas y luego, tienes el mundo del fanatismo, de los tres miles, de los cuatro miles; la gente que hace cosas que me gustaría hacer y de la escalada. Pero ahora he superado ese problema.” (Fátima: ent-intr)

Como se expuso anteriormente, la renuncia parcial que se realiza, aunque voluntaria, siempre genera sentimiento de pérdida y es entendida como un sacrificio más de los que hay que hacer para poder participar del mundo de las AFDMN, lo que pone de manifiesto el carácter “sufridor” de este tipo de perfiles.

“... Lo único es que te gustaría que tus amigas hicieran lo mismo que tú para compartir contigo las cosas que más te gustan.” (Fátima: ent-intr)

Este deseo de unificar los dos entornos sociales, lleva a quienes salen al medio natural a tratar de acercar a amistades, familia y pareja a la práctica de estas actividades, acercamiento que en la mayor parte de los casos no suele tener éxito.

“Una vez llevé a dos amigas más y las subí hasta el nacimiento del Manzanares y no dejaron de ser mis amigas, pero no han vuelto a salir conmigo.” (Pilar: ent-intr)

Por tanto, los intentos de introducir al entorno social cercano no deportista en el mundo de las AFDMN no suelen tener éxito, (excepto cuando se trata de la pareja y en los primeros momentos de la relación, las mujeres hacen concesiones como se ve más adelante) con lo cual, la persona practicante acaba asumiendo que salvo momentos muy puntuales, no puede contar con las amistades de toda la vida para salir al monte, aunque en las primeras fases de práctica, se hacen bastantes intentos de acercamiento hasta que llegado un momento, los esfuerzos se centran en compatibilizar ambos entornos.

La compatibilización de la pareja e hijos

El introducir a la pareja en la práctica de AFDMN puede tener éxito o no en función de diversos aspectos, por lo que la única tendencia general es el hecho de que estos intentos de compatibilizar pareja sentimental y AFDMN existen con mejor o peor resultado.

“Si. Pero mi mujer tiene vértigo, pesa mucho para estas historias y nunca le ha ido el deporte; yo no puedo... Un día se me ocurrió llevarla a la senda de los cazadores y le entró un ataque de histeria.” (Juan: par-intr)

El asunto de iniciar o no a hijos o hijas en el mundo de la montaña resulta complejo. Hay padres y madres que parten de la base de que no se debe forzar a nadie a practicar un determinado tipo de AFD. También es habitual, en las personas que han practicado actividades con un elevado grado de exposición, el preferir que sus hijos se dediquen a otro tipo de deportes menos peligrosos.

“El pequeño se ha ido conmigo al Naranjo con 14 años, o sea que te digo que sí han escalado, pero yo he preferido que no se casen (con la montaña) porque yo se los peligros. Yo ahora soy consciente de los peligros que he pasado y que no me ha pasado nada porque no tocaba, pero podría haber pasado. Mi padre como no sabía absolutamente nada del tema de la montaña era ignorante, pero claro, yo no soy un ignorante; yo se lo que se mueve, se como vienen los accidentes, se como pueden provocarse las cosas... Eso no quiere decir nada porque en una pelea puede pasar lo mismo. Entonces nunca les he intentado meter en ese mundo.” (Juan: ent-intr)

También se da el caso contrario, de personas que tratan de iniciar a hijo e hijas en ese mundo a cualquier precio, al igual que ocurre con otros deportes. El mundo de las AFDMN no está exento tampoco de personas que tratan de que sus hijos lleguen a cotas deportivas que ellos no consiguieron. Esta actitud suele acabar alejando a la persona afectada de la práctica deportiva por saturación, rechazo parental en la adolescencia etc.

“Y creo que es que mi hija es una niña muy fuerte, muy fuerte, muy fuerte, muy, muy, muy habilidosa, una chavala que lo ha tenido todo. O sea, todo. Yo subí al Mont Blanc con unas botas de cuero casi rotas y ella subió con unas botas nuevas de plástico que le compramos. Porque debería ser así. Y ahora hace bastante poco deporte. (Almudena: ent-intr)

Otra tercera vertiente, comentada con anterioridad, es la de estimular la práctica de AFDMN como sustitutivo de otras actividades propias de la edad adolescente, lo cual tampoco dista de lo que pasa en el ámbito del deporte en general.

“Prefiero que vaya a la Pedriza a que vaya a una de esas discotecas que van los chicos de ahora” (Almudena: ent-intr)

En caso de padres o madres más conservadores, no está bien visto que se pernocte con personas del sexo contrario, lo cual, como es fácil de adivinar, afecta a las chicas, no a los chicos.

La cuestión de la importancia de la pareja

Las entrevistas ofrecían una buena oportunidad para profundizar acerca de cuestiones como la pareja, así que se indagó directa e indirectamente en esta cuestión.

PRESENTACIÓN DE LOS RESULTADOS

En primer lugar, es importante señalar que dado que por el momento, la práctica de AFDMN es mayoritariamente masculina, es relativamente lógico que personas fuertemente vinculadas a las AFDMN acaben siendo pareja de alguien que también practique este mismo tipo de actividades, lo que explica las diferencias estadísticamente significativas de los cuestionarios a favor de las mujeres respecto salir con la pareja.

“No hubiera dejado el monte por otra persona. De hecho no había mucha probabilidad de conectar con otra persona, porque sólo me movía por ese ámbito. Por ejemplo, es muy difícil que yo hubiera conocido a un abogado porque no me muevo en ese círculo; ni siquiera por las noches porque no salía por las noches. Mi ilusión era irme a la montaña. Entonces era un círculo del que no podía salir. En mi círculo, entonces, si no es a ese chico habría conocido a otro del mundo de la montaña.” (Pilar: par-imp)

Evidentemente, también es posible que surja una relación con alguien del entorno social no practicante de AFDMN.

“Es curioso pero de las pocas chicas que se ven en la montaña, la mayoría son novias. Yo no me atrevería a decir si salen por que son novias de montañeros o son novias de montañeros por que se mueven en el ambiente... pero por lo que he conocido hay más de los primero que de lo segundo... de hecho yo salgo más porque mi pareja sale.” (Rocío: par-imp)

Compaginar la práctica de AFDMN con una pareja ajena a estas actividades implica, sobretudo en la mujer, la menor práctica de este tipo de actividades debido a la redistribución de tiempos que ella se plantea ante la nueva situación. En un menor número de casos, es posible que la práctica de las AFDMN de ésta no se vea interferidas por este hecho; pero en esta situación, las renunciadas que se llevan a cabo son de otro nivel.

“Los chicos somos más posesivos, dejamos pasar menos en general, por eso creo que una mujer con pareja se encontraría más problemas a la hora de llamar a un chico para irse un mes de expedición o adonde fuera que al revés.” (Pablo: dif-par)

“Es posible, por ejemplo, que una mujer que le gusta hacer montaña se casa, y a lo mejor se ve coartada más para salir con el grupo de amigos que salía antes, con un grupo que no sea de su marido, porque su marido a lo mejor no hace montaña, porque le da a lo mejor la sensación de que al marido no

PRESENTACIÓN DE LOS RESULTADOS

le gusta. Claro, la mujer se te va un fin de semana, un puente... Entonces pues ella piensa que al marido... O igual efectivamente al marido no le hace ninguna gracia que se vaya con un grupo de amigos de por ahí. Efectivamente, puede ocurrir". (Juan: dif-par)

La cuestión de la importancia de la pareja también puede explicarse por una cuestión de tradiciones. Las mujeres han salido tradicionalmente a la montaña acompañadas de un hombre que pudiera ser su hermano, marido, pareja o novio, mientras que en los hombres no. Sólo en los últimos tiempos, los avances sociales relacionados con la superación de estereotipos de género sobre la práctica de AFDMN han posibilitado que las mujeres tengan más fácil el acceder al medio natural.

Los estereotipos de género, todavía vigentes en esta sociedad, también pueden haber contribuido a esa mayor importancia de la pareja por parte de las mujeres, tanto desde el punto de vista de la pareja masculina, que ejerce un rol sobre protector, como las propias mujeres, que asumen esa sobreprotección por comodidad, por estar con su pareja, o como estrategia para superar dificultades técnicas.

Probablemente, el hecho determinante para provocar que las mujeres den más importancia a la pareja que los hombres es que éstas han antepuesto tradicionalmente su relación de pareja (y por tanto las actividades de la pareja) a sus propias aficiones, mientras que es difícil que sea el chico quien cambie sus aficiones para seguir a la pareja.

"Yo cuando he tenido mis parejas y demás, no me ha limitado de cara a la montaña. Yo a la montaña iba a la montaña. Después si venía una chica y lo pasábamos bien pues mejor. Pero si no venía una chica también iba a la montaña. Es decir, yo ponía por delante la montaña a otro tipo de cosas, porque a mi me atraía más quedar con amigos a hacer una determinada actividad que tener que quedarme por Madrid con la chica porque esa chica no se podía ir a Pirineos, pongamos por caso." (Juan: vinc-alt)

Si uno de los aspectos claves para la práctica, percepción de dificultades y establecimiento de estrategias de superación de dificultades es la motivación y el interés por realizar AFDMN, dicho interés general

PRESENTACIÓN DE LOS RESULTADOS

puede concretarse hacia actividades concretas si esta actividad la realiza la pareja, ya que al interés general por las AFDMN se le suma la motivación por estar junto con la pareja realizando alguna actividad, con lo que esta doble motivación permite que las dificultades a superar parezcan menos difíciles.

”No es que no les guste la montaña, que vayan a la montaña como un sufrimiento o porque tienen que ir con el novio. Pero a lo mejor un poco el impulso de escalar, lo hacen por el novio. Si no lo hicieran con el novio a lo mejor seguirían yendo al monte, pero a lo mejor no a escalar. No se.”
(Pedro: par-imp)

Está claro que tradicionalmente, la mujer, a no ser que esté altamente motivada, sí que antepone el novio a la montaña, lo cual constituye una importante diferencia de género.

“El hombre jamás deja de hacer algo que le apetece. El hombre no deja a sus amigos; el hombre no deja su deporte, no deja sus aficiones. Algunos a lo mejor, pero muy pocos, en general muy pocos, y la mujer en un porcentaje alto si que lo hacemos. En eso no se ha avanzado tanto como si se debería.”
(Almudena: par-ren)

Esta anteposición de la relación a las actividades acaba provocando tres posibilidades: que las mujeres se vean arrastradas al medio natural (si no salían anteriormente), que éstas modifiquen sus hábitos de práctica de AFDMN anteriores y que abandonen la práctica de AFDMN (si su pareja no practica).

En el caso de los chicos, es bastante habitual el arrastrar a las novias al medio natural, pero no de un modo “pedagógico”, sino sin renunciar a las actividades que realizaban antes y a ese nivel, ante lo cual aparecen problemas añadidos, aceptar continuas actitudes sobre protectoras en el caso de las parejas, no ser capaz de seguir su ritmo, o llegado el caso romperse la relación.

“(…) yo lo he visto mucho y yo mismo lo he hecho; craso error. Cuando tienes una pareja que no ha conocido ni practica este deporte, intentas llevarla como sea a que practique este deporte. Yo lo que he aprendido de este error es que la presión que mete la pareja, sobretudo los chicos, para

PRESENTACIÓN DE LOS RESULTADOS

que practiquen la escalada, por ejemplo en mi caso concreto es enorme.” (...) Es un error porque tú no puedes hacer que a una persona le guste lo mismo que te gusta a ti. Si no le gusta no le gusta y si le gusta perfecto. No puedes someter a esa persona a que lo practique.” (Pablo: par-intr)

La tendencia de los varones a sobreproteger a la mujer provoca que en algunos casos, éstas asuman roles pasivos dentro del grupo de personas con quienes salen al medio natural. Esta situación suele ser la inicial en muchos casos y puede seguir así indefinidamente o romperse cuando la experiencia ha proporcionado una mayor capacidad de decisión y autonomía.

“Elegían los chicos y nosotras nos adaptábamos, éramos las llevadas; éramos las niñas que nos llevaban. Yo por aquel entonces tampoco tenía ni idea de orientación, ni de mapas, ni nada de eso. Ellos me llevaban pero porque llevaban más tiempo practicando y sabían donde iba... Yo no sabía ni siquiera lo que era un mapa... Es muy cómodo también que te lleven.” (Pilar: fem-est)

La toma de decisiones, dependiente del varón en los primeros momentos, depende también de la actividad a realizar, ya que no todas las actividades tienen el mismo grado de decisión, no es lo mismo un senderismo, donde hay que elegir la ruta y luego ir ajustando en función de las circunstancias, que una visita a una escuela de escalada deportiva donde el incipiente nivel únicamente permite hacer un limitado número de vías.

El que las mujeres se vean arrastradas al medio natural si no salían anteriormente suele conllevar una iniciación demasiado brusca en este tipo de actividades, reproducción continua de estereotipos de género sobre roles sociales (hombre fuerte y activo – mujer débil y dependiente) que o bien acaba con el final de la relación (y la práctica de AFDMN por parte de las mujeres).

“(...) la ex de un amigo no le gustaba la montaña, pero sólo por estar con el empezó a escalar y a hacer mil cosas. Cuando lo dejaron ella no ha vuelto a escalar.” (Pilar: par-intr)

PRESENTACIÓN DE LOS RESULTADOS

O bien acaba con las mujeres quedando al margen de la práctica de estas actividades.

“(...) salíamos mucho las dos parejas y esta chica si escalaba, primero que el marido la obligaba un poco a hacer por encima de sus posibilidades y luego ya tuvieron familia y esta chica dejó de hacer. (...) se ha tenido que quedar en casa, con la familia y un poco aburrida, porque es que también hay tipos de hombres que si les siguen muy bien, pero si no les sigues un poco te van dejando.” (Almudena: par-intr)

Otra opción es que las mujeres modifiquen sus hábitos de práctica de AFDMN anteriores,

“Nosotros salimos con amigos del grupo de mi marido. Eso si: la mujer siempre, siempre, dejamos nuestro grupo y acabamos en el grupo de los maridos, de las parejas. O sea yo he acabado en el grupo de montaña de mi marido.” (Almudena: par-ren)

Si las mujeres se acercan al medio natural atraídas por motivaciones sociales o afiliativas en mayor medida que los hombres mientras que el varón lo hace más por una cuestión deportiva, es lógico el comprender que el varón no renuncie a esta práctica deportiva por una mujer (sobretudo si esta tiene un nivel inferior por estar empezando y/o ser menos competitiva), mientras que esta sí puede estar dispuesta a cambiar su entorno social por el de la pareja.

En otros casos, la solución es que las mujeres practiquen AFDMN con sus amistades más cercanas a sus intereses y nivel y los hombres hagan lo propio.

“Yo quedo con un grupo de gente que hace más lo que hago yo. El queda con su gente.” (Fátima: eint-par)

PRESENTACIÓN DE LOS RESULTADOS

Esta solución, únicamente es posible si la vocación de las mujeres por las AFDMN es fuerte e intrínseca y además el tipo de relación no es absorbente hasta el punto de que el 100% del tiempo de ocio deba pasarse juntos. En todo caso, si con el tiempo aparecen hijos o hijas, son las mujeres quienes suelen acabar dejándolo en mayor o menor medida la práctica de AFDMN.

La mayor importancia de la pareja para las mujeres ha llevado, como se expuso anteriormente, a que ciertos estereotipos de género sobre la práctica de AFD pasen al medio natural, sobretodo cuando la diferencia de motivaciones por el medio natural es significativa, viéndose a veces situaciones de parejas realizando actividades en la naturaleza donde se manifiestan claramente dichos estereotipos de género: chicos escalando de primeros mientras las novias aseguran, chicas siendo llevadas por rutas o pasos difíciles, excursiones de senderismo mal planificadas donde es el chico quien acaba llevando las dos mochilas...

Esta práctica estereotipada de AFDMN ha provocado el surgimiento de críticas tipo “Escala porque es novia de un escalador” “¿Porqué ella lleva la mochila más pequeña?”. El peso de estas críticas recae siempre en la mujer, ya que si bien es cierto que *“Es muy cómodo también que te lleven.”* (Pilar), también el varón es responsable de estas situaciones, al no planificar la actividad y al asumir su propio estereotipo de sobre protector con la mejor de sus intenciones.

Esto no siempre se da en todos los casos. Muchas mujeres, incluyendo las mayores, cuando los estereotipos de género estaban más en boga han sabido integrarse en colectivos que actuaban de forma más pedagógica.

PRESENTACIÓN DE LOS RESULTADOS

“Yo he tenido mucha suerte de tener un grupo de amigos que a mi me han considerado como Almudena, No “-Vamos a llevar a Almudena.” No, no, no. Yo era una más; siempre he sido una más del grupo.

“... cuando he ido con ellos siempre hemos hecho cosas que yo sí podía hacer y bien; nunca me han regañado, nunca me han obligado a hacer nada, y con mi marido tampoco. No he tenido ese problema de decir “Tienes que hacer esto porque yo lo hago”. No, no nunca.” (Almudena: einter-micrg).

Otra posibilidad de escapar de una práctica estereotipada de AFDMN se da en mujeres altamente motivadas y con una determinación clara de practicar dichas actividades. Estas mujeres activan una serie de estrategias de superación de dificultades que les permiten escapar de la práctica estereotipada antes mencionada. La cuestión está cambiando.

“Yo ahora veo que la mujer sale porque le gusta. También sale porque sale el novio y demás, pero hay veces que cambia de novio y sigue saliendo.” (Juan: prac-evol)

"Es más, ahora se ve que salen porque les gustan y hay incluso tías más marchosas que tíos; hay tías que te van arrastrando. No digo ya que escalen mejor que tú, por supuesto; es que tienen más ganas de subir, más ganas de montaña, que tiran de ti.” (Juan: prac-evol)

Las personas fuertemente vinculadas con las AFDMN que activan estrategias para escapar de una práctica estereotipada de AFDMN, acaban desarrollando inconscientemente, dicha práctica dentro de un contexto social alejado de esos estereotipos de género sobre roles sociales y práctica de AFD, por lo que opinan que ese ambiente social está generalizado y tienen por tanto una visión más optimista de esta situación.

“Ahora, en el momento actual los roles se están equiparando. Chico, chica, yo creo que los pensamientos pueden ir más o menos igual. Yo creo que hay chicos que acceden ir a la montaña o que si a la chica le gusta ir a escalar, que vaya el a asegurarla y demás.” (Juan: prac-evol)

“Entonces llegamos a un punto en que si no saliese con él no escalaría. Pero eso era antes. Yo creo que ahora ya hay chicas que escalan por su cuenta y si el novio no quiere venir pues ellas escalan igual. No son chicas gri-gri^a, que aseguran porque su novio escala y porque escala yo voy con él. Y si en vez de hacer escalada hiciera paracaidismo pues detrás. Yo creo que eso que se criticaba antes, los que decían “-Ya, ya, escala porque es novia de escalador”. Yo creo que eso ya no es así. Ya no es así desde la base hasta chicas que compiten.” (Fátima: fem-est)

El llevar a una pareja poco motivada al medio natural, resulta ahora mucho más fácil que hace 30 años, ya que ha habido grandes avances que han permitido acercar estas actividades a un público que hoy en día está dispuesto a pasar menos penurias a cambio de disfrutar del medio natural.

“¿Quien se iba a traer una chica que no le gustase el monte para luego tener una caminata de 3-4 horas, para luego pasar calamidades, que te lloviera y después volver en un autocar? En fin, la cosa ha cambiado; ahora se sale más porque es más cómodo; llegas a cualquier escuela de escalada, sacas la cuerda y has andado 10 minutos y lo has andado con una cuerda y 6 cintas exprés. No el macuto, el saco, la maza, los clavos, la comida, el camping, la tienda... (...). Existen otras opciones, o coges ahora a tu novia y te la llevas a hacer un barranco, que se lo va a pasar bien. Existen otras opciones que antes no se hacían en mi época de joven.” (Juan: prac-new)

Está claro que la práctica de AFDMN ha cambiado y ha aumentado la oferta de actividades hacia modalidades más “cómodas”, como se expone a continuación.

^a Dispositivo de aseguramiento en escalada deportiva.

3.2. PRÁCTICA DE ACTIVIDADES FÍSICO DEPORTIVAS EN EL MEDIO NATURAL

La práctica de AFDMN contiene ciertos aspectos que se prestan hacia una aproximación cualitativa; estos aspectos son necesarios de cara a comprender como las AFDMN evolucionan y son parte de la vida de las personas entrevistadas. En este apartado se describirá la percepción del grupo sobre la evolución de estas actividades en las últimas décadas, a partir de los datos aportados por las personas entrevistadas más veteranas; así como la visión de dos personas licenciadas en Ciencias de la Actividad Física y del Deporte desde su experiencia como estudiantes y como docentes.

El apartado acaba con una síntesis de las opiniones sobre la imagen que los medios de comunicación dan de las AFDMN. Todo este apartado sirve de introducción al estudio de las dificultades y las estrategias de superación de estas, que se verán más adelante.

Evolución de las actividades físico deportivas en el medio natural en las últimas décadas

El campo de las AFDMN ha sufrido un importante avance de mano de la sociedad del bienestar. Hoy en día muchas de las barreras que condicionaban seriamente la práctica de estas actividades se han convertido en simples dificultades cuya superación está al alcance de cualquier persona minimamente motivada; pero este cambio también ha creado y posibilitado la práctica de actividades menos excluyentes.

“Ahora hay una oleada de los deportes de aventura o deportes de riesgo. Parece que eres estúpido si no practicas uno. Creo que realmente es una moda. Yo lo he vivido y llevo pocos años practicando. De cuando iba yo a ahora ha habido un cambio. Ahora casi todo el mundo escala o ha escalado, lo ha practicado de una forma o de otra; todo está más saturado de gente.”
(Pablo: prac-new)

PRESENTACIÓN DE LOS RESULTADOS

Aparecen y se ponen de moda nuevas actividades en línea con las nuevas demandas de la sociedad del confort y bienestar; esto es con un escaso grado de incertidumbre y compromiso, que permiten el máximo de disfrute con el mínimo de esfuerzo. Este cambio también afecta a los deportes más tradicionales, se balizan senderos para que nadie se pierda, aparecen nuevos tipos de escalada como la deportiva o el búlder, que no presentan apenas riesgos, se equipan vías ferrata etc. Los deportes de este tipo se ponen de moda.

“Y ahora están muy en boga los deportes de aventura; el que hace puenting, ráfting, windsurfing, todo lo que acabe en -ing. es un fuera de serie. Y entonces claro, la prueba la tienes muchas veces en que vas a una excursión y el monitor es el centro de atención.” (Pilar)

“Es como si esquiar no formara parte de la montaña; la nieve tan blanda, todo cuesta abajo, tan perfecto además. Yo he esquiado con buen tiempo y es muy bonito.” (Amparo: prac-new)

Surgen nuevas actividades que permiten disfrutar con poco esfuerzo, salir con muchas personas y relajar la tensión que se pasa en deportes más comprometidos, aunque esta accesibilidad sea paradójicamente el origen de la peligrosidad oculta tras estas actividades.

“Pues normalmente en barranquismo se va más en grupo que en la montaña, montaña me refiero a escalar. Escalar vas dos o tres y cuando bajas un barranco vas en un grupo. Hay menos tensión, más risas... Para mi es mucho más divertido el barranquismo, no voy tan estresado como cuando hago escalada.” (Juan: prac-new)

Estas nuevas actividades aparentemente más accesibles a la población, son a veces criticadas por su escasa exigencia física o por su poco compromiso, pero ciertamente resultan seductoras para muchas personas que de otro modo no accederían al medio natural.

“¿Por qué le gusta a la gente el rocódromo? Porque es muy atractivo, se ponen fuertes, se ponen cachitas, y si aún encima pues queda bien pues estupendo. Pero ahora, la montaña te implica espíritu de sacrificio y eso ya no lo tienen.”

PRESENTACIÓN DE LOS RESULTADOS

La montaña es multidisciplinar; esto que hacemos en el rocódromo no deja de ser gimnasia. Luego en la montaña hay que poner muchas variables en funcionamiento y en función de cómo las pongas, las puedes poner bien o no poner bien. Es muy diferente la montaña de lo que se hace en el gimnasio.”
(Juan: prac-new)

Si bien el avance que han sufrido las AFDMN ha acercado dichas actividades a la población general, el estado actual del sector de las AFDMN no siempre es favorable a la práctica de AFDMN.

La cuestión de la responsabilidad civil se tiene en cuenta ahora más que antes. Quizás debido a jurisprudencia, o quizás por mayores conocimientos (o preocupación) de cuestiones de responsabilidades civiles y penales; el caso es que hoy en día se consideran estas cuestiones antes de iniciar a personas individuales o en grupo.

“(…), también por ejemplo el tema de los seguros. Yo me acuerdo que antes no nos lo planteábamos cuando íbamos a la montaña. Ahora si vas con un grupo, por ejemplo, el tema de la responsabilidad y el seguro de RC, pues a veces esto te limita mucho, eso por ejemplo a la hora de meternos en cuevas pues no hay problema si me quiero meter yo; pero por ejemplo, si quiero meter a gente, la mayoría de las empresas no te aseguran, pues eso te limita, es una limitación.” (Lucas: dif-sect)

El estado del sector tampoco facilita el acampar en muchos lugares, y esta legislación puede hacerse extensible a todas aquellas dificultades derivadas de normativas de protección medioambiental que en mayor o menor medida limitan ciertas actividades en determinados lugares y en ciertas épocas del año.

“Después está que antes podías acampar. Salías a cualquier sitio con la tienda y tenías zonas de acampada autorizada y de hace 6 años para acá se ha prohibido la acampada libre en todo el territorio nacional. Ponen multas a diestro y siniestro. Multas grandes.” (Lucas: dif-sect)

Estos cambios legislativos en el sector son consecuencia de la popularización de las AFDMN en las últimas décadas. Este fenómeno ha originado el que los estudios de actividad física y deporte se hayan ido adaptando a esto, como se muestra a continuación:

Los estudios de Ciencias de la Actividad Física y del Deporte y la práctica de actividades físico deportivas en el medio natural

Como se desarrolló en el marco teórico, en los últimos tiempos, los centros donde se imparten estudios de CAFD han ido reformando sus planes de estudios, y aunque los contenidos relacionados con las AFDMN han mejorado, todavía no se ha llegado a niveles de otros países vecinos.

“Los deportes en la naturaleza llevan mucho retraso en España con respecto a países como Francia. Cuando entré en el INEF ya me gustaban las Actividades en la Naturaleza y pensé que habría algo y cuando vi. que sólo había un seminario de vela me decepcionó, a mi la vela no me gusta. Bueno, empiezo a ver... 1º, 2º, vela y punto. Dije me voy a Lérida que había AMN. La otra opción que me planteé era Granada por el esquí, pero el esquí tampoco era lo mío y pensé: “Me voy a Lérida que hay una especialidad en 4º, no una especialidad sino una asignatura optativa y la cogí y como a mi me gustaba mucho, cogí una beca de medio natural y de investigación que era “Cómo acercar la escalada a los colegios.” Esto fue en 4º y bueno, viendo la información en España y la bibliografía y todo eso, vi que todo era en Francia, así que pedí una beca erasmus y me fui a Grenoble.” (Fátima: pac-cafd)

El haber pasado por una carrera de CAFD, sitúa al alumnado durante 4 ó 5 años en contacto con personas afines con las que salir. Puede afirmarse que las mayores ventajas que tiene haber pasado por estos estudios es el tener un primer contacto con AFDMN y en ocasiones ha servido para unir a personas con un nivel físico similar y sobretodo inquietudes por el medio natural con las que se han compartido actividades y experiencias.

“Luego, a raíz de entrar en el INEF, di con una serie de personas con los que hicimos buenas migas, y entre las inquietudes de unos y otros... pues descenso de cañones, espeleología, actividades multiaventura variadas, bastante senderismo... (...) Estudiar INEF es una ventaja, antes tenía cierta afinidad a las AFDMN y el hecho de hacer INEF me ha hecho conocer personas que tienen esas aficiones afines a mi, además de otras aficiones relacionada que yo no conocía y me las han descubierto.” (Lucas: prac-cafd)

PRESENTACIÓN DE LOS RESULTADOS

Pero no todo son ventajas; la elevada práctica de AFD que suele tener el alumnado de estos centros puede actuar como una limitación de la práctica de AFDMN, sobre todo cuando implica competiciones que generalmente se realizan en fines de semana.

“A veces me ata mucho el tema del fútbol. Yo juego al fútbol y me ata mucho el pertenecer a un equipo, tengo un poco atados el sábado y el domingo. Me he comprometido al principio del año y no me gusta faltar. Si es una actividad de hacerte el fin de semana y ya estoy pillado, te lo digo ya no pensando en lo de las actividades en la naturaleza, por que me pasa para más cosas, por ejemplo el pasado fin de semana que decidimos irnos a Alicante.” (Marcos: ent-circ)

Tras el paso por la universidad, parte del alumnado de CAFD desarrolla actividades docentes en centros educativos donde entre otros, debe transmitir contenidos relacionados con las AFDMN. Desde las entrevistas en profundidad, se trató de aprovechar las realizadas a profesorado de educación física para conocer sus experiencias a la hora de acercar el bloque de contenidos del medio natural a su alumnado y los problemas que encontraban en este sentido, siendo éstos la falta de regulación, las costumbres de práctica deportiva, la imagen de peligrosidad que todavía tienen estas actividades y la desmotivación inicial de parte del alumnado.

La lejanía de los lugares de práctica en muchos casos y el hecho de que sea el criterio del profesorado quien determine el peso que se va a dar a cada uno de los bloques de contenidos, provoca el que algunos profesores dejen un tiempo marginal a estas actividades, dados los problemas logísticos que su realización conlleva. Sin embargo, sí que se desarrollan en centros escolares, actividades que en principio son más complejas.

“Además lo veo por la carrera. Lo del deporte es una cosa que se establece de pequeños. De pequeños te enseñan a hacer baloncesto. Incluso lo del esquí que es más caro y lesivo que la escalada, las semanas blancas son mucho más caras. La escalada y el monte no acaban de acercarse a los pequeños.” (Fátima: prac-new)

PRESENTACIÓN DE LOS RESULTADOS

La imagen de peligrosidad que tienen algunas actividades en la naturaleza suele ser causa de recelos de padres y madres para autorizar a que sus hijos participen en estas actividades. Aunque dicha situación está cambiando a mejor.

La desmotivación de parte del alumnado para desarrollar estas actividades suele ser mayor en el caso de las niñas, ya que éstas asumen y actúan en base a los mismos estereotipos de género sobre la práctica de AFD que también reducen su menor práctica deportiva.

“(…) me da la sensación de que tengo que animar a las chicas más que a los chicos. Y entonces ya desde hace dos años que les pongo el video de “Escaladoras” para que vean que la escalada es una cosa también de chicas. Y lo chicos se me quejan y dicen: “Oye, ¿Qué pasa, que los chicos no escalamos?” “Sí, es más normal que las chicas”. Yo pongo ese video para que las chicas se animen y las chicas se animan. Lo que pasa es que intento tirar más por ahí porque si no se van a pensar que esto es un mundo de chicos.” (Fátima: fem-est)

Ciertamente, los estereotipos de género inciden en las alumnas de manera negativa, especialmente en la pubertad y la adolescencia donde la imagen corporal acapara un mayor interés”.

“Es que las que van a la montaña son un poco machorras... además cuando vas a la sierra no te puedes pintar, lavar el pelo. Te tienes que quitar los anillos, las pulseras... y para colmo no puedes llevar las uñas largas” (Amparo: fem-est)”

En ocasiones, esta imagen de las AFDMN es promovida por los medios de comunicación, que del mismo modo que influyen sobre los estereotipos de género, también fijan una determinada imagen, estimuladora o desalentadora de las AFDMN.

Imagen que dan medios de comunicación.
¿Estímulo o dificultad?

PRESENTACIÓN DE LOS RESULTADOS

La imagen arriesgada de las AFDMN que en ocasiones dan los medios de comunicación puede ser una barrera o limitación, pero también un estímulo. En las entrevistas en profundidad, sólo una persona hizo alusión a que esa imagen restringía su práctica, pero sí que aparecieron consideraciones en este sentido e incluso se observó como esta imagen de los medios de comunicación podía, en algunos casos incitar a la práctica, como se muestra a continuación.

Imagen de las actividades físico deportivas en el medio natural como limitación

Habitualmente, se ha considerado y criticado que la visión de las AFDMN la acerca poco al público general al únicamente dar eco de noticias relativas a accidentes, o presentar gestas “Al filo de lo imposible” que dan una imagen exclusiva de unas AFDMN realizadas bajo planteamientos más afines a los estereotipos femeninos y difícilmente al alcance de la población general.

Esta imagen parcial de las AFDMN ha constituido tradicionalmente una importante barrera y dificultad que, o bien ha impedido el iniciarse en las AFDMN a muchas personas (sobretudo mujeres), o bien ha restringido la práctica a ciertas modalidades. Actualmente, la población joven no se ve tan afectada por esta dificultad ya que la visión de las AFDMN ya no suele ser tan catastrófica como antaño y el realizar estas actividades está mucho mejor visto.

“Yo creo que la escalada al principio era algo como mitificado; había muy poca gente que lo hacía y parecía muy peligroso, y luego es como todo. Se desmitifica. Igual que el esquí que cada vez van más personas; pues la escalada igual, a través de la gente que lo acerca.” (Fátima: dif-mcom)

“A lo mejor en el rollo de la montaña puede que haya ciertos grupos de superhombres de “vamos a por todas” y a lo mejor ese rollo es excluyente, tanto como para tíos como para tías. Si que puede ser un rol un poco de tíos, de machitos.” (Pedro: fem-expl)

La imagen de las AFDMN como dificultad que puede disuadir a las personas que desconocen o no practican apenas estas actividades para salir a practicar este tipo de actividades choca con la realidad que

PRESENTACIÓN DE LOS RESULTADOS

encuentran las personas que salen o han salido regularmente a la naturaleza, las cuales encuentran un repertorio de actividades que pueden ajustarse a todo tipo de planteamientos o nivel. Se concluye que al igual que otras dificultades, la imagen restrictiva que tienen estas actividades tiene mayor efecto disuasorio para quienes empiezan o para las mujeres que para las personas ya iniciadas.

“Si, puede ser machista, y se asocia la montaña como algo duro, algo que tienes que tener aguante, y ser fuerte y yo que se. Y en la realidad, yo creo que eso lo puede hacer cualquier persona, porque no se trata de llegar a un nivel y hacer tal, tú te poner metas. Yo nunca lo he visto como un deporte de records ni de cosas de estas.” (Pedro: fem-expl)

Imagen de las actividades físico deportivas en el medio natural como estímulo

Al igual que sucede con otras dificultades, cuando la motivación de las personas es fuerte, ciertas dificultades potenciales se convierten en estímulo. Esto sucede con la imagen de ciertas actividades y entornos naturales, en los cuales, una serie de accidentes les dan cierta leyenda o fama que atrae a más personas a practicar esta actividad, especialmente las tipologías que buscan la superación de dificultades y el alcance de retos personales.

“Coincidió en mi caso con la tragedia del Naranjo, cuando se quedaron atrapados Lastra y Arrabal, cuando el rescate del Tudela. Eso le dio mucho bombo. Yo en aquella época estaba todavía andando, pero para mí fue un inicio, un foco de atención, era como un sitio oscuro que nadie conocía y de repente los medios de comunicación arrojaron un foco de luz sobre el tema que era la montaña y que era coto para cuatro que lo conocían. Se conocía no por un tema social, sino porque había gente que se había muerto en la montaña. Y bueno, ese foco de luz nos deslumbró a muchas personas, entre ellos a mí. Yo lo tomé con más interés, empecé a investigar sobre la escalada, si sería capaz o no, y empecé.” (Juan: prac-evol)

En el próximo apartado se hace una revisión de las dificultades experimentadas por las personas entrevistadas, haciendo especial énfasis en las derivadas del género, sus posibles vinculaciones con cada perfil y cómo han ido evolucionando en las últimas décadas.

3.3. DIFICULTADES EN LA PRÁCTICA DE ACTIVIDADES FÍSICO DEPORTIVAS EN EL MEDIO NATURAL

PRESENTACIÓN DE LOS RESULTADOS

Una vez expuestos los aspectos sociales de la práctica de AFDMN, así como determinados aspectos concretos de su práctica, se pasó a analizar las dificultades expuestas. Para este análisis se comienza por presentar las dificultades mencionadas, para a continuación clasificar éstas en función de la frecuencia con la que fueron mencionadas. Una vez cuantificada su importancia, se describe cada una de estas dificultades.

La heterogeneidad de personas entrevistadas permitió abarcar una gran cantidad de dificultades al mismo tiempo que se profundizaba en éstas y se constataba la variabilidad de las dificultades en función de las distintas etapas vivenciales del individuo. Las dificultades citadas fueron agrupadas y clasificadas según los criterios de recodificación expuestos en estructurales, interpersonales e intrapersonales, aunque la alta interrelación entre las dificultades hizo que esta clasificación fuese flexible.

Las dificultades encontradas fueron las que se presentan a continuación:

Dificultades estructurales

(dif-est)	Estudios	Dificultades derivadas del hecho que tener que compatibilizar las AFDMN con los estudios.
(dif-mat)	Material	Dificultades derivadas de la falta de materiales.
(dif-trans)	Transporte	Problemas de acceso a los lugares de práctica.
(dif-econ)	Economía	Limitaciones de tipo económico.
(dif-pelo)	Peligros objetivos MN	Recelo a practicar determinadas AFDMN o en determinados lugares o estaciones por los peligros que implican.
(dif-plan)	Planificación	Exigencias de planificación de determinadas actividades.
(dif-djor)	Doble jornada	Dificultades de compatibilización AFDMN y doble jornada.
(dif-mili)	Servicio militar	Limitaciones de tiempo en la época del servicio militar.
(dif-sect)	Sector	Estado del sector en cuanto a permisos, multas, restricciones...
(dif-trab)	Trabajo	Dificultades a la hora de compatibilizar trabajo y AFDMN.

Dificultades interpersonales

(dif-par)	Pareja	Problemas relacionados con la pareja.
(dif-grup)	Hacer e integrarse en grupos	Problemas de tipo interpersonal a la hora de encontrar con quien salir.
(dif-padr)	Padres y demás familia	Reticencias de la familia hacia la práctica de AFDMN.

PRESENTACIÓN DE LOS RESULTADOS

(dif-edad)	Edad e imagen soc. deporte a partir 50a.	Problemas no solo derivados de la edad, sino de estereotipos de género según los cuales, a determinada edad no es conveniente hacer determinadas AFDMN
(dif-mcom)	Imagen AFDMN medios comunicación	Poder disuasorio de la imagen de las AFDMN que se da en los medios de comunicación.
(dif-hij)	Hijos	El tener que cuidar de los hijos o hijas como limitante de las AFDMN.
(dif-riv)	Rivalidad y competencia	Sobretudo en alto rendimiento. Competencia a la hora de lograr apoyos.

Dificultades intrapersonales

(dif-desc)	Desconocimiento y desinformación	Problemas por falta de información sobre posibles actividades, así como desconocimiento de técnicas para llevar a cabo actividades concretas.
(fem-est)	Estereotipos de género activos	Influencia de los estereotipos de género.
(dif-emb)	Embarazo	Limitaciones de tiempo y forma física por el embarazo.
(dif-les)	Lesiones	Problemas motivados por las lesiones.
(dif-fisiol)	Fisiología	Condicionantes de tipo fisiológico.
(fem-ren)	Renunciar a feminidad.	Disuasión de la práctica femenina de AFDMN por ser vistas como poco femeninas.
(dif-psic)	Psicológicas	Condicionantes psicológicos.

Cuadro 13: Dificultades aparecidas en las entrevistas en profundidad.

En el gráfico 42 aparecen las diferentes dificultades que fueron enumeradas por las personas entrevistadas, estando estas dificultades clasificadas en función de la frecuencia con la que fueron citadas. En dicho gráfico aparecen también las frecuencias de alusión de hombres y de mujeres.

PRESENTACIÓN DE LOS RESULTADOS

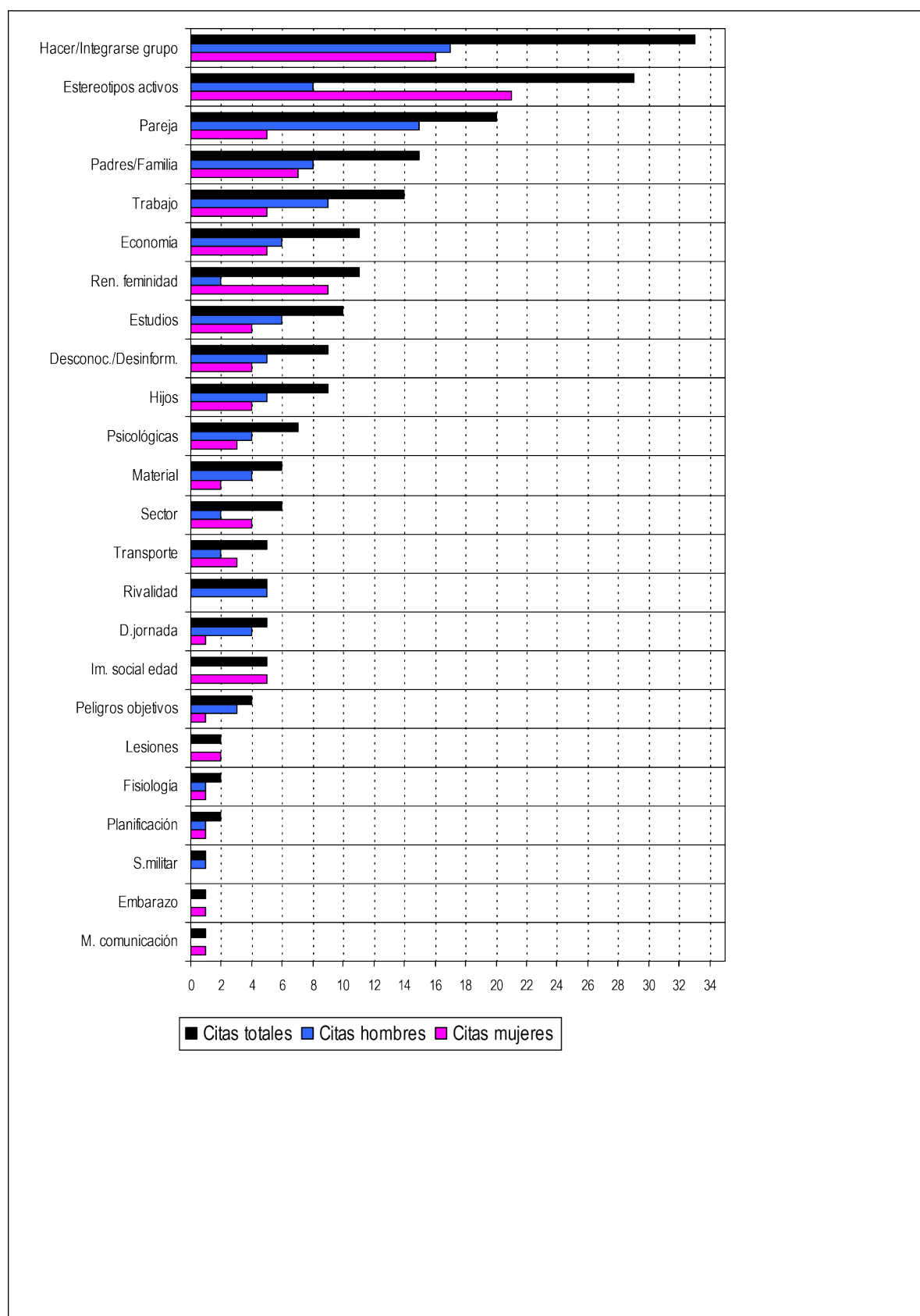


Gráfico 42: Dificultades en la práctica de AFDMN por sexo (frecuencia).
Tamaño de la muestra: 10 personas entrevistadas (5 hombres y 5 mujeres).

PRESENTACIÓN DE LOS RESULTADOS

Como se señaló al comenzar el análisis de las entrevistas en profundidad, se hizo especial hincapié en la cuestión de las diferencias de género y la influencia de la práctica o compromiso con las AFDMN en la percepción de dificultades. A la hora de estudiar las dificultades que restringen la práctica de AFDMN de las personas entrevistadas, quedó clara la importancia de la intensidad de la motivación como activadora de estrategias de superación de dificultades, así como elemento clave a la hora de relativizar ciertas dificultades.

El simple desinterés, aunque no es un problema a superar para salir al medio natural, probablemente sea el factor con mayor capacidad de magnificación o disminución del resto de dificultades, ya que cuando hay suficiente motivación, sobretudo a nivel de motivación intrínseca, los problemas no lo son tanto.

“Mira, material tienen ellas y los tíos; pasta también, coche también, vacaciones también, tiempo también, amigos también. En estas cosas estamos en igualdad de condiciones. Entonces tiene que ser por algo más... como decirte....intangible.” (Pedro: eint-)

La falta de motivación es un claro ejemplo de dificultad antecedente, ya que repercute directamente en el interés por realizar esta actividad; pero la falta de motivación, más que una dificultad en si es un potenciador de otros problemas, ya que hace ver las dificultades mayores de lo que son, por lo que no sólo repercute en la preferencia, sino también en la propia práctica.

Se ha observado como las personas menos motivadas hacia las AFDMN (saliendo por tanto irregularmente y con menor frecuencia) lo hacen en gran medida por motivaciones de tipo sociales (extrínsecas) más que por la actividad en si.

“A mi lo que me gusta es estar en la montaña. Más que el aspecto deportivo en si, me gustan los bichos, la tranquilidad, el respirar aire limpio, la naturaleza... con eso ya me basta. Por eso no me gusta escalar en rocódromos, es mas artificial” (Amparo: prac-new)

PRESENTACIÓN DE LOS RESULTADOS

Para los perfiles de baja frecuencia de práctica de AFDMN, estas actividades constituyen un medio de socialización más que un fin en si mismos; son quienes practican con mayor frecuencia los que si priorizan y valoran la actividad por delante de cuestiones sociales.

“Cuando he salido al campo o a la Pedriza ha sido por el hecho de bañarnos y no por hacer una ruta ni nada, sino por el hecho de juntarnos, no a hacer nada en concreto, sino decíamos “-Pues vamos a andar por aquí.”, y así además estábamos un día entre amigos” (Marcos: Inc.-baj)

Como puede observarse en el gráfico 42, de todas las dificultades aludidas en las entrevistas en profundidad, la más profusamente citada correspondió al problema de formar o integrarse en un colectivo de práctica de AFDMN, lo cual no parece tener diferencias de género en el caso de las entrevistas en profundidad.

“Aprender es muy complicado. Tú haces un curso en la federación, pero luego encontrar gente es muy difícil. No dicen ven que yo te enseño; tienes que encontrar a la gente que esté dispuesta.” (Fátima: dif-grup)

“Aparte de la gente con que escalo, no conozco a otras personas con las que salir. No tengo confianza para salir con otra gente, no te lo pasas igual de bien con uno que acabas de conocer que con tus amigos de toda la vida.” (Pedro: dif-grup)

En algunos casos, los grupos de práctica de AFDMN suelen ser relativamente cerrados por las propias características de la actividad, así que integrarse en uno de estos grupos puede resultar complicado hasta el punto de impedir o restringir el salir al medio natural para realizar la actividad deseada.

Ciertamente, las dificultades de hacer o integrarse en grupos para practicar actividades de participación imbricada en modalidades con un fuerte grado de exposición se multiplican.

“Yo cuando empecé no tenía a nadie con quien escalar. Los grupos de escalada son bastante cerrados porque la escalada implica bastante confianza en la persona que te asegura. No es como andar que a lo mejor te vas a dar una vuelta al Yelmo y te encuentras a alguien comiendo y te pones a hablar con ellos. Pero si te vas a escalar al Yelmo solo y nadie te va a decir “Asegúrame” porque no sabe como aseguras. La vida del que está escalando está en tus manos. Yo no pondría mi vida en las manos de alguien que no conozco; por eso no es fácil meterte en grupos de escalada.” (Pilar: dif-grup)

PRESENTACIÓN DE LOS RESULTADOS

Sin embargo, otras personas entrevistadas han mostrado una opinión diferente en este sentido.

“Nos conocemos todos y al final el mundo de la escalada es muy pequeño, vas a escalar y en tres días conoces gente “¿Oye, y porque no quedamos? Si no tienes con que escalar llámame.” No es un mundo en el que haga falta ser muy amigos para escalar; es más fácil, decir “Pues venga, vamos a escalar y luego...” Pues cada uno a su casa.” (Fátima: eint-conoc)

La dificultad de formar o integrarse en un grupo también se ve condicionada por el nivel de forma física, y este puede ser un problema más asociado a la mujer, que en principio cuenta con un nivel de forma física general menor que el del varón.

“Si que puede ser, porque de hecho lo difícil es encontrar compañeros y compañeras que quieran llevar tu mismo nivel, tu mismo ritmo. Si tú por ejemplo estás con alguien que quiere llevar más ritmo que tú y se lo impides, lógicamente se va a ir con otras personas. Y a lo mejor las tías puede que tengan ese problema.” (Pedro: dif-grup)

Un colectivo que puede encontrar más problemas para encontrar con quien practicar es el de personas adultas que en un momento dado sienten deseos de empezar a salir al medio natural. Si en este caso no hay un círculo social de similares características que practique a un nivel de iniciación, las dificultades pueden ser elevadas, siendo frecuente que este tipo de personas empiecen saliendo a través de una agencia o un club, modo de práctica que suele mantenerse indefinidamente en muchas ocasiones.

“Entonces, si es difícil para una chica joven meterte en el mundo de la montaña, para una chica de 40 años que ha empezado a lo mejor hace 5 en la montaña por situaciones personales, ha estado casada, ha dejado al marido, y de repente se ha encontrado sola y ha utilizado la empresa como salida de su situación personal. Eso ocurre de repente en una mujer de treinta y tantos años, deja..., su matrimonio se va al garete, entonces dice: “Estoy sola, y como no haga algo por mi misma me hundo en la miseria”. Las separaciones son dolorosas, hay gente que lo lleva mejor, otra lo lleva peor, esto es como su salida, su evasión y para realizarse ellas mismas.” (Pilar: eint-club)

Este apartado centrado en las dificultades percibidas, trata de ofrecer algo más de luz al respecto; para ello, a continuación, se comienza tratando las dificultades provenientes de la imagen social que se tiene de la mujer, que en cierta medida chocan con la visión masculina de las AFDMN. En una segunda fase, se revisan otras dificultades.

Feminidad y estereotipos de género

Como se expuso, las AFDMN poseen ya de por sí una serie de características que las hacen alejarse de lo que se entiende por deportes femeninos: se practican al aire libre, el grado de exigencia física de ciertas modalidades es elevado (esto último puede actuar de barrera para participantes de mayor edad), hay muchas veces un elevado grado de compromiso con la actividad y su práctica implica dejar el hogar por periodos prolongados de tiempo.

“El impedimento, más que social es su propia naturaleza, carácter. Yo creo que son deportes muy sufridos. No quiero decir que las mujeres no sean muy sufridas, sino que socialmente están educadas, desgraciadamente para otro tipo de historias. Es complejo.” (Pilar: fem-expl)

Ante estas dificultades de entrada, resulta más cómodo para muchas mujeres practicantes de AFD el realizar otros tipos de AFD en deportes en los que el camino a las mujeres está ya abierto. Estos deportes no presentan las complicaciones logísticas que tienen las AFDMN, por lo que no se requiere un grado de impulsividad tan alto, más propio quizás del varón.

“Bueno, también somos diferentes, ¿No? Hay chicas que sí son deportistas. Practican otros deportes. Ellas practican baloncesto, quedan con más gente, es más fácil, más cómodo, y no porque la escalada, en fin... Cuando hablamos de deportes colectivos como baloncesto, balonmano... el camino está abierto. Tienes unos entrenamientos, un equipo, entrenador, polideportivo, y tú sólo tienes que apuntarte y decir vale. No hay que pelear con quien me voy ni buscarse la vida.” (Fátima: dif-sect)

PRESENTACIÓN DE LOS RESULTADOS

En este sentido, las dificultades relacionadas con cuestiones de género influyen más antes de realizar la actividad (antecedentes) o después (reforzadores de conducta versus inhibidores), que durante (intervenientes).

“Yo creo que también el medio natural, pues hace que las personas se desenvuelvan en un ambiente de más libertad, no hay una costumbre social, no hay nadie que te esté observando, no es un deporte espectáculo no es algo que esté reglado, también esto influye bastante. Estás disfrutando y de una manera libre.” (Lucas: fem-expl)

Históricamente, las dificultades más directamente relacionadas con cuestiones de género van desapareciendo lentamente, aunque esta desaparición ha sido relativamente rápida en las últimas décadas. La situación en los años 70, cuando aún no había habido un avance social con relación a las mujeres era mucho más desfavorable. Salvo excepciones (entornos próximos más favorables y por tanto, mayor refuerzo de este tipo de conductas), las mujeres tenían más limitaciones que los chicos, a nivel de montaña y a todos los niveles.

“¿Cómo éramos? (risas) Pues es que éramos un poquito progres... Pero éramos gente normal. No, tampoco te creas, Éramos luchadoras. Pues yo que se. La típica mujer de las manifestaciones (risas). Pues eso, que no es que nos apuntáramos a todas las manifestaciones, pero vamos, si que nos gustaba un poquito la movidilla aquella, si. Si que te estoy hablando de hace treinta y tantos años.” (Almudena: prac-evol)

La percepción social de las mujeres que practican AMN ha cambiado al igual que la percepción de si mismas. Es significativo que las madres practicantes de AFDMN comenten que sus hijas lo tienen más fácil ahora que ellas a su edad, ya que los estereotipos de género sobre la práctica de AFD a enfrentarse ahora son menores que los que había antes.

“Ahora, que salga mi hija lo ven perfecto; pero cuando salía yo lo veían fatal, fatal.” (Almudena: fem-est)

PRESENTACIÓN DE LOS RESULTADOS

Aunque la situación haya mejorado en cuanto a estereotipos de género, estos todavía actúan y limitan la práctica de AFD en general y en el medio natural en particular; de hecho, la segunda dificultad más mencionada fue la actuación de los estereotipos de género; esta fue más mencionada por mujeres que por hombres. Pero los estereotipos de género también influyen de modo indirecto en forma de otras dificultades, como se muestra más adelante.

Los estereotipos son el producto de la atribución de una determinada característica a colectivos de personas, que tiene su origen en una generalización indebida o demasiado aproximativa y arbitraria de la realidad, y que por lo tanto, tiende a prescindir de cualquier conclusión lógica o de una comprobación experimental.

“Yo creo que nos metemos en otro campo. Es social, opresión social que tenemos, pues a alto nivel, no se, una educación... No quiero decir oprimir, pero es oprimir; intentas ser mujer, intentas un prototipo de estereotipos “Tú tienes que ser así...”. Pero yo creo que eso influye muchísimo en la mentalidad de las mujeres ahora. Y es un lastre también que hay.” (Pilar: fem-expl)

En ocho de las 10 entrevistas en profundidad realizadas, los estereotipos de género surgieron como una de las explicaciones a la menor práctica femenina de AFDMN, lo cual explica, entre otras cuestiones, el que más de la mitad de las mujeres entrevistadas hablasen de que su práctica implicaba de algún modo una renuncia a su feminidad, alcanzando estas diferencias de género la mayor diferencia entre hombres y mujeres.

Como se muestra en los párrafos siguientes, los estereotipos de género siguen dificultando en las mujeres la práctica de AFD en la naturaleza en mucha mayor medida que los hombres. Estos estereotipos no sólo afectan directamente a estas, sino que también son causa indirecta de muchos otros problemas.

PRESENTACIÓN DE LOS RESULTADOS

Cuando se practican AFDMN de cierto nivel tanto técnico como temporal (práctica habitual), las mujeres perciben que tiene que renunciar en cierto modo a su feminidad. Salir al medio natural a hacer AFD, sobretodo hace unas décadas, implica cargar con pesos, ensuciarse, hacer grandes esfuerzos físicos, desarrollar la musculatura de las piernas, ser atrevido/a, no ducharse, estar todo el tiempo entre hombres, no ir a la moda... terreno idóneo para acabar siendo identificada con el estereotipo de masculino, o comúnmente verbalizado como “machorra”. Como siempre, sólo con una elevada motivación intrínseca y determinación es posible estar por encima de esto y que esta dificultad interpersonal no pase a ser intrapersonal.

“A mi me han llegado a decir: “-Para hacer montaña estás muy bien físicamente. O sea, no eres la típica que se cree muy machorra de montaña.” No, pues no se. Yo me pinto los ojos, que no es que... Vamos, no tienes que ir siempre de vaqueros y horrorosa y con el pelo cortísimo. Y no es que... Pero vamos, si, que renuncias pues a las uñas y a todas esas cosas.” (Almudena: fem-ren)

El encajar críticas derivadas de tener un cuerpo poco femenino es una dificultad que afecta más en altos niveles de práctica. No es lo mismo salir esporádicamente para dar paseos o regularmente buscando rendimiento; en este último caso, el cuerpo cambia, la espalda se ensancha, el pecho disminuye, los glúteos y las piernas se musculan...

“Tú ves a una persona que está en alto rendimiento en escalada o alpinismo, y es un toro y tienes ahí el estereotipo y el comentario.” (Pablo: fem-expl)

“A mi me molesta mucho, por ejemplo, cuando Josune, una de las mejores escaladoras de mundo, además muy maja como persona. Y tu le ves escalar y ya “Bah, pues si es un tío porque está hiperfuerte”; y a lo mejor tipo yo que es toda planita. ¿Qué más da, qué para ser mujer hay que ser el prototipo con pechitos de silicona y tal? Pues esta chica escala (...) Y a mi lo del “Pero si es una machorra” me duele. Digo “-¿Qué pasa, que os tenemos que gustar?” No, yo lo que quiero es escalar, no gustarte a ti. Son tonterías que están ahí.” (Fátima: fem-ren)

PRESENTACIÓN DE LOS RESULTADOS

Como se comentó anteriormente, todas estas cuestiones están mejorando poco a poco; prueba de ello es el hecho de que al igual que algunas deportistas, algunas mujeres practicantes de AFDMN son consideradas muy femeninas. Lo cual sirve de punto de referencia para otras mujeres que salen al medio natural.

“Ya no tanto. Ya no tanto porque hay mujeres por ahí muy femeninas haciendo alta montaña porque... Tenemos a esa chica, la catalana, Araceli Segarra, que hasta es modelo, o sea que la chica es guapísima, y un tipo espectacular... Y ha subido al Everest. Ya no tanto, pero hace años...”
(Almudena: fem-ren)

La pérdida del sentido de feminidad no sólo se da en relación a las adaptaciones morfológicas derivadas de la práctica habitual; también se produce al dejar de lado ropa, adornos, maquillaje y complementos que tradicionalmente utilizan las mujeres.

“No les importa la ropa que llevan, algunas de las chicas no se maquillan, eso de ligar les da igual, si viene bien y si no, no. Yo me preocupo un montón por la ropa, siempre que salgo me maquillo. Depende del momento, pero en principio me maquillo, me preocupo por mi aspecto, si voy a ligar o si no... (...). “Yo creo que muchas chicas no les gusta y llevan el pelo largo; no te gusta nada estar tirada en el suelo con todas las pajitas en el pelo, ¿Qué tienes la regla?, ¿Las uñas?, porque yo me pinto las uñas. Si llevas un collar ya te lo estás quitando, porque si es invierno y llevas bufanda te pincha. Los anillos me los tengo que quitar, el mazaco de pulseras que llevo me lo tengo que quitar, y me voy a morir cuando tengo que esquiar y quitármelas y no me va a apetecer nada. La cadena, los aros... llevo cinco pendientes.” (Amparo: fem-ren)

Además de renunciar a la feminidad por una cuestión de imagen corporal, practicar AFDMN a un nivel medio también implica romper con los estereotipos de género sobre la práctica de AFD de mujer más débil y mujer no competitiva.

“En los grupos de alto nivel y demás verás que casi siempre son chicos y lo que piden es que metas caña. Las mujeres hacen lo mismo que otros niveles pero se esfuerzan no con el brío que hacen los hombres. Los hombres, si pueden adelantarte te adelantan. Ellos tienen que demostrar que están más fuertes. Ellos se ponen y te adelantan y las mujeres casi nunca te adelantan. Ellas lo hacen como meta porque les gusta esforzarse, pero yo creo que nunca se van a esforzar igual porque genéticamente no podemos.” (Pilar: fem-est)

PRESENTACIÓN DE LOS RESULTADOS

¿Sufrimiento? Volviendo a la educación social, mentalmente no es que no estéis tan capacitadas, es que no habéis dado el paso. No está bien visto. No cuadra que una mujer esté dándole al callo. Muchas veces, la limitación, aparte de otros problemas, que los tenéis evidentemente es más mental. A una mujer la educan para que vaya por el camino de ser una chica, y a lo mejor la limitación es pensar eso. Si me gusta hacer montaña, ¿Por qué no voy a poder hacer montaña al nivel que yo quiera? Otra cosa es que valga o no valga.” (Pablo: fem-expl)

Pero las mujeres no son las únicas que ven la superación de los estereotipos de género como dificultades a la práctica de AFDMN. También los hombres pueden ver su práctica y sensaciones condicionadas por estereotipos masculinos, especialmente en los que hacen referencia a la “masculinidad”: valentía, coraje, la fuerza, la agresividad, la competitividad...

“(...) el chico a lo mejor en ese apartado es más alocado y le da un poco igual, o debe hacerse el machote “-Me tengo que tirar por aquí porque si no estos se van a reír de mi y voy a quedar en ridículo.” y al final te terminas tirando.” (Marcos: fem-est)

La educación también ha influido a la hora de decidir salir al medio natural. Ya que las mujeres están educadas para tener miedo más que los hombres, lo cual es una clara limitación de tipo antecedente.

“Las chicas no salen solas al campo porque les dará miedo. Es menos común que vayan dos chicas solas al campo, están más expuestas que si van dos chicos solo al campo, primero que en su casa a lo mejor ni las dejan, desde pequeñas a lo mejor les dicen que vayan siempre acompañadas y a lo mejor de mayores pues han adquirido esa rutina de no ir solas.” (Rocío: fem-est)

Pero el tener miedo no es el único problema asociado a los estereotipos de género; otro problema común es el de tener que convivir con comentarios desaprobatorios de las personas. En la mayor parte de las mujeres entrevistadas, es tónica común el problema del que dirán, tanto en perfiles correspondientes a veteranas como a quienes empiezan.

PRESENTACIÓN DE LOS RESULTADOS

“Yo voy andando por la montaña, veo a un chico bajar guapo y se me ponen los pelos como escarpas. Digo: “-¿Cómo estoy? No tengo espejo.”. Es un poco obsesivo, pero hay veces que molesta.” (Amparo: fem-quedir)

Está claro que la práctica de AFDMN en el caso de las mujeres, significa un esfuerzo extra por romper con estereotipos de género fuertemente arraigados en nuestra sociedad. Esto implica luchar con el *que dirán*, tener que justificarse continuamente y en ocasiones tener paciencia cuando algún hombre se siente incómodo o no quiere aceptar el ser superado por una mujer.

“Si, eso lo decían habitualmente: “Este deporte no es de mujeres” y si el por ejemplo se iba a hacer una expedición entonces era perfecto. Era cosa de hombres, entre comillas de machos, eso estaba muy bien visto.” (Almudena: fem-est)

La práctica de AFDMN, cuando hace frente a los estereotipos de género, puede conllevar cierta desaprobación social que llega a la persona practicante en forma de críticas más o menos directas acerca de sus aficiones o aspectos derivados de lo que conllevan estas aficiones como desatender a la familia, irse a pasar la noche sola con un grupo de hombres etc. Obviamente, los hombres no tienen apenas dificultades en este sentido.

“Te miraban mal cuando salía de mi casa con la cuerda de escalada, con los esquís. Cuando iba a escalar, las vecinas de mi madre le decían que como me dejaba salir a la montaña. O sea. Estaba muy mal visto. (...). Yo he tenido muchas críticas que no veían bien que yo dejara pues a mi hija. Yo me he ido de expedición alguna vez, lejos, un mes entero y eso lo veían francamente mal.” (Almudena: fem-quedir).

Estos comentarios se engrandecen en caso de enfermedad o accidente en la práctica de estas actividades.

“Si tú no haces nada de deporte y vas un día malilla que te duele la cabeza es normal. Pero si tú llegas al trabajo diciendo que te duele la cabeza y estás enferma te dicen “Si no te hubieras ido al Pirineo no estarías hoy enferma” No es la primera vez que me lo han dicho. Este verano me caí y tuve una lesión de cervicales; y yo no he dicho en mi trabajo. Por supuesto no he

PRESENTACIÓN DE LOS RESULTADOS

cogido baja, me he aguantado ahí con mi dolor. Porque si yo tengo un accidente de coche no pasa nada, o sea, voy con un collarín al trabajo porque he tenido un accidente de automóvil y bueno, pues mala suerte, eso le pasa a mucha gente. Pero yo voy diciendo que me he caído haciendo montaña y de verdad, me organizan una: “Claro, ahora cogerás la baja... Si no hicieras montaña... Si claro, si las vacaciones, como te vas siempre a hacer esas cosas tan peligrosas, pues siempre tienes lesiones.” O sea, que casi no lo puedes ni decir.” (Almudena: fem-quedir)

Si las mujeres se encuentran embarazadas y deciden compatibilizar el embarazo con la práctica de AFDMN, el embarazo, además de limitaciones de orden fisiológico, magnifica los problemas del que dirán.

“Cuando estaba embarazada y salía a la montaña, a hacer cosas más “Light”, claro, mi marido le decía a mi suegra que estaba de viaje por trabajo o que había ido a ver a mi madre” (Almudena: dif-quedir).

Como ocurre con todas las dificultades como consecuencia de cuestiones de género, en los últimos tiempos se ha producido un importante avance en esas cuestiones que hace pensar que en el futuro, el que las mujeres salgan al medio natural no será visto como algo fuera de lo normal.

“Yo tengo vecinos de mi madre que le criticaban “¿Pero como la dejas salir, pero como es posible?” Y le decían a mi madre “No le dejes hacer eso, eso es de machorros” Y ahora esas mismas señoras me vienen a contar que han estado en Benasque, o que han ido al Pirineo, que les ha encantado... Entonces me tengo que morder la lengua porque me da muchísima rabia, que hace 20 años me criticaran y ahora les parece perfecto.” (Almudena: prac-new)

Además del problema del que dirán, las mujeres entrevistadas que practicaban a un alto nivel, también hicieron alguna alusión respecto a problemas directamente derivados de los estereotipos de género; estos son la desmotivación generada por el tener que justificarse continuamente, y el tener algún problema como consecuencia de que su rendimiento fuese mayor que el de algún chico.

El andar por la vida desafiando estereotipos de género lleva implícito el tener que dar explicaciones y justificar lo que se hace continuamente

PRESENTACIÓN DE LOS RESULTADOS

hasta llegar a un punto en el que se deja de dar explicaciones o se deja de salir al medio natural (como siempre, dependiendo de la motivación que exista).

“Es que me he pasado toda la vida dando explicaciones de lo maravilloso que es la montaña, intentando convencer a la gente de por qué hacia yo montaña (...). Siempre tienes que justificarte, o sea, no entienden que te vayas sin un porque. Tú tienes que justificar que es que te gusta muchísimo y que es la mitad de tu vida y además siempre, siempre, siempre, demostrar que estás fuerte, o sea, es como el refrán ese que dice que aparte de valer tienes que demostrarlo.” (Almudena: fem-just)

En el caso de mujeres con un nivel de práctica elevado, el hecho de superar a un participante varón ha sido en ocasiones mal asumido por esta persona. En las entrevistas en profundidad a mujeres, se han relatado varias anécdotas en este sentido que coinciden en señalar que los problemas en este sentido han aparecido con personas de fuera del círculo de amistades habitual de las mujeres entrevistadas y que han tenido un nivel igual o menor que ella. Parece ser que las personas con un elevado nivel de experiencia y preparación no tienen nada que demostrar.

En otras ocasiones, las críticas le llueven a la persona acompañante de las mujeres que no actúa conforme a los estereotipos de género sobre la práctica de AFDMN, dejando a esta, por ejemplo, tomar decisiones, o incorporarla a grupos o actividades con un nivel de exigencia o riesgo superior.

“Además había dos grupos: el grupo 1 y el grupo 2 y yo como demostré que podía ir en el grupo 1, me llovieron muchísimas críticas. A mi y al guía que llevábamos “¿Qué por qué ella tenía que ir en el grupo 1 siendo mujer?” La suponían más débil que, se le suponían.” (Almudena: fem-quedir)

PRESENTACIÓN DE LOS RESULTADOS

Relacionado con los estereotipos de género, que entre otras cosas prescriben la conveniencia o no de determinadas actividades y roles en las AFDMN, otros estereotipos de género sobre la práctica de AFDMN que siguen incidiendo en algunos practicantes de AFDMN veteranos, sobretodo mujeres, son los relacionados con la edad y la conveniencia de practicar a un determinado nivel a esa edad, aunque precisamente esa edad hace más sencillo ignorar estos problemas.

En el caso de los practicantes mayores de 50 años, ambos hicieron mención a su práctica en esa edad, aunque con planteamientos diferentes. Mientras que en el caso del hombre este momento era definido como su mejor momento, en el caso de la mujer, este buen momento se veía ensombrecido por el tener que luchar contra el estereotipo de género de que las mujeres de esa edad no deben continuar practicando deporte de ese modo a esos años. Esa connotación negativa únicamente apareció citada por dos mujeres pero por ningún hombre.

Siguiendo con las personas entrevistadas adultas, a las dificultades derivadas del “¿Qué dirán?”, como consecuencia de que una mujer salga al medio natural, se le añaden comentarios sobre la conveniencia o no de seguir ese ritmo de práctica en una edad avanzada. No sólo se debe seguir luchando contra los estereotipos de género, sino que también deben vencerse los derivados de la imagen social que se tiene de las personas mayores.

“Y ahora con cincuenta años, si no es que “-Ya con tu edad, ir a pasar todo un fin de semana al Pirineo pues, ya te tenías que cuidar un poquito.” Siempre he tenido el problema: primero porque eres mujer y no estaba bien visto, y ahora porque soy mayor y ya está bien visto que se haga deporte, pero ya a mi edad tampoco.” (Almudena: dif-edad)

Los problemas derivados de la edad no sólo se tienen con la población en general. Los propios médicos en general tampoco apoyan la práctica de estas actividades, lo cual actúa como barreras entre la población poco motivada, que deja de salir al medio natural, o como limitación entre la población muy motivada, que opta por cambiar de médico.

PRESENTACIÓN DE LOS RESULTADOS

“Entonces yo siempre me busco médicos deportivos. (...) porque vas y no te pregunta la edad, no te dice nada. El está preocupado en recuperarte para que sigas haciendo deporte. No se me ocurre nunca ir a un médico de la Seguridad Social. Porque claro, te pregunta cuantos años tienes, y se lo dices y dice “Lo que tienes que hacer es dejar de hacer deporte. Es que tú no puedes hacer eso.” Es lo primero que te dicen.” (Almudena: dif-edad)

Ciertamente, la edad condiciona el potencial físico de las personas, pero en caso de las personas veteranas entrevistadas, dada su práctica cotidiana, ambos informantes relativizaron la cuestión de la edad y manifestaron no encontrar diferencias de género en ese sentido.

“Tema físico: bueno, es relativo. El hombre y la mujer nos desgastamos similarmente, con lo cual hay mujeres que con 45 años están físicamente fabulosas y hombres que con 45 años también están fabulosos. Depende de como te lo montes tú. Si te cuidas, si te preparas, eso no creo que haya una gran diferencia”. (Juan: dif-fisiol)

Hasta este punto se han tratado fundamentalmente las dificultades más directamente relacionadas con los estereotipos de género sobre la práctica de AFDMN, pero como se mencionó en este apartado, estos estereotipos están detrás de otras dificultades, como aparece en los siguientes apartados.

La cuestión de la pareja e hijos

Después de los estereotipos de género, la dificultad más mencionada fue la de la pareja. Anteriormente se habló de la importancia que la pareja tiene para las mujeres de cara a salir al medio natural. Pero la pareja puede ser en ocasiones fuente de diversos problemas como falta de tiempo, de apoyo, experiencias desmotivantes etc. La limitación de la pareja, según lo registrado en las entrevistas en profundidad varía en función del sexo, ya que se encontraron más alusiones a esta cuestión por parte de los hombres que de las mujeres.

PRESENTACIÓN DE LOS RESULTADOS

Las mujeres ven su práctica de AFDMN en la naturaleza menos condicionada por la pareja de lo que la ven los hombres. Esto se debe en muchos casos de practicantes regulares, a que hay más mujeres que comparten su afición por las AFDMN con su pareja que hombres, con lo que estos últimos tienen más dificultades a la hora de compatibilizar pareja y afición por las AFDMN.

La falta de tiempo se ha manifestado, más que como una dificultad, como la consecuencia de la actuación de otras dificultades. En primer lugar, cualquier relación de pareja exige tiempo, un tiempo que evidentemente debe provenir del tiempo de ocio, con lo que la práctica de AFDMN siempre se verá reducida en cantidad.

“Para mí los años que yo mejor he escalado han sido los años que van desde los 25 a los 28. También tenía una limitación, que puede que esto sea importante. Yo me eche novia, la que hoy es mi mujer. Mi mujer aprobó una oposición y le mandaron afuera, a Sevilla y luego a Valencia, con lo cual yo cada uno o dos fines de semana iba a verla, con lo cual yo ya no tenía que estudiar los fines de semana pero tenía que ir a ver a mi novia, así que tampoco eran las salidas tan habituales como las de los colegas de mi entorno.” (Juan: dif-par)

También es posible mantener una relación en la que se dedique a la pareja menos tiempo de lo convencional, como en alto rendimiento. Si se habla de un planteamiento de práctica de AFDMN que exija largos periodos de ausencias para realizar actividades, las dificultades asociadas a esto no son ya estructurales sino interpersonales.

“Convivir en pareja con esto es complicado. Yo con mi pareja llevo tantos meses de irme fuera de casa bien y a veces mal, porque hay momentos en los que te puedes ir y momentos en los que no te puedes ir; y cuando te vas en los momentos en los que no te puedes ir, evidentemente tienes problemas, no porque la pareja... Emocionalmente estás bien y emocionalmente estás mal. A veces necesitas más apoyo que otras veces y si no estás ahí para dar ese apoyo pues es complicado. Pero gracias a dios yo creo que me entiende perfectamente.” (Pablo: dif-par)

PRESENTACIÓN DE LOS RESULTADOS

Independientemente de que la pareja comparta o no las aficiones por el medio natural, es imprescindible que exista cierto grado de complicidad con la persona practicante, ya que de lo contrario se crean continuos problemas que acaban restringiendo o limitando la práctica de AFDMN, o bien la relación experimenta dificultades que acaban con la ruptura de la pareja o de la práctica de AFDMN

“O sea, que si haces deporte, la pareja te tiene que ayudar. Seguro. Siempre. Ayudar o comprenderte, o animarte, o compartirlo, siempre. Sino no puedes hacer deporte y vivir en pareja. Es imposible. (...) Porque si conoces una persona, yo hago montaña y el no hubiera hecho nada de montaña... imagino que habríamos chocado ¿No?” (Almudena: eint-par)

Esta dificultad también varía en función del género. Ya se comentó anteriormente que las mujeres eran más proclives a modificar sus aficiones para ajustarlas a las de la pareja, mientras que en los hombres es más difícil que cambien o renuncien a sus aficiones para ajustarlas a la pareja, siendo más probable que mantengan sus aficiones independientemente de la pareja o que modifiquen los hábitos de ésta para adecuarlos a su práctica de AFDMN, como se trata a continuación.

Generalmente y cuando éstos tienen un nivel físico y técnico superior, son los hombres quienes tratan de arrastrar a las mujeres sin adaptar las características de la práctica a su pareja; en este caso supone un problema, ya que si éstos no adaptan su práctica a la de las mujeres, éstas no puede seguirle, se desmotivan y comienzan a aflorar los estereotipos de género sobre cuestiones biológicas de que las mujeres son más débiles y dependientes de los hombres.

“... es que también hay tipos de hombres que si les siguen muy bien, pero si no les sigues un poco te van dejando. Si corren mucho tienes que seguirlos; si hacen bicicleta, no puedes hacer menos kilómetros; si escalan, tienes que hacer su grado; si van a hacer una montaña tienes que hacerla, no decir, “Yo me voy a quedar a la mitad.” No, no, tienes que hacer cumbre.” (Almudena: par-intr)

PRESENTACIÓN DE LOS RESULTADOS

Otro tipo de dificultades derivadas de la pareja serían las relacionadas a las del reparto de las tareas del hogar. Si todo el peso de las tareas domésticas recae en la mujer, es evidente que el tiempo disponible para AFDMN o cualquier tipo de ocio se ve seriamente reducido por la doble jornada.

La falta de tiempo por la doble jornada constituye una dificultad que llega a su máximo con la llegada de hijos e hijas y conforme éstos crecen, va disminuyendo lentamente. Los estereotipos de género sobre roles sociales influyen también en esta dificultad, ya que aunque no hubo muchas referencias a la doble jornada (lógico si se tiene en cuenta que dos de las diez entrevistas en profundidad se hicieron a personas con hijos), las mujeres hicieron más alusiones a esta doble jornada como dificultad.

Con la llegada de los hijos e hijas, aparecen nuevas dificultades que afectan tanto al hombre como a la mujer. En las primeras etapas de la paternidad o maternidad sólo caben tres posibilidades: o dejar temporal o permanentemente la práctica, o modificar esta o exponerse a seguir practicando con un sentimiento de culpa, lo cual no son sino estrategias de superación de esta dificultad, como se desarrolla más adelante.

“Cuando pasas mucho tiempo fuera de casa, la cabeza te juega malas pasadas, quieres estar con tu chica, en tu casa, te imaginas situaciones agradables... y tú estás ahí.” (Pablo: dif-psic)

El sentimiento de culpa, experimentado por padres y sobretodo madres que en un momento dado dejan a familia e hijos para salir al medio natural, puede experimentarse por dos causas: por dedicar menos tiempo a ellos o por estar exponiéndose gratuitamente a un peligro en un momento en el que otras personas tienen una fuerte dependencia de esa persona. En cualquier caso, esta barrera o dificultad puede prevenir la práctica de AFDMN (antecedente) o aparecer durante esa práctica (interviniente).

PRESENTACIÓN DE LOS RESULTADOS

“(…) y eso me lleva 5 años prácticamente de no hacer nada. Después con 35 empecé a hacer esquí de travesía. No me atrevía todavía a hacer escalada por aquello de dejar viuda y huérfanos. Probablemente para la mujer, el tema de los hijos sea el gran impedimento con respecto al hombre. Ella misma se reprime de alguna manera “No, mis hijos me necesitan” lo mismo que yo decía “Yo no quiero dejar huérfanos.” Entonces tal vez, piensa que puede ser una imitación mayor que para el hombre. Los hombres somos más egoístas y tendemos a salirnos del tiesto más que vosotras; unos lo llaman egoísmo, otros lo llaman irresponsabilidad, bueno, llámalo X.” (Juan: dif-psic)

El sentimiento de culpa también ha aparecido en practicantes de alto nivel. Estas personas, aunque no tienen hijos ni están casadas, si pueden experimentarlo por dejar solas a sus parejas durante el tiempo que dura una expedición. Este sentimiento de culpa crece en intensidad en aquellos momentos de la expedición donde la moral está más baja.

“Yo con mi pareja llevo tantos meses de irme fuera de casa unas veces bien y a veces mal, porque hay momentos en los que te puedes ir y momentos en los que no te puedes ir; y cuando te vas en los momentos en los que no te puedes ir, evidentemente tienes problemas, no porque la pareja... Emocionalmente estás bien y emocionalmente estás mal. A veces necesitas más apoyo que otras veces y si no estás ahí para dar ese apoyo pues es complicado.” (Pablo: dif-par)

El aspecto más positivo de las dificultades causadas por la paternidad o maternidad es que hijas e hijos acaban creciendo, con lo que las dificultades derivadas de esto van disminuyendo, como se mencionó anteriormente.

“(…) hasta los 38 años, que ya los hijos empezaron a exigir menos y volví otra vez a empezar a escalar, primero a un nivel bajo, pero ya con mis colegas. Me volví a unir al grupo que tenía antes, empecé poquito a poco y ya a partir de 40-41 empecé otra vez con la actividad.” (Juan: dif-hij)

Las dos personas mayores de 50 años entrevistadas coincidieron en señalar que tras tantos años practicando actividad físico deportiva al aire libre, todavía se encuentran en un buen momento de forma, al cual se le añade la experiencia, la disminución de dificultades familiares al haber crecido hijos e hijas y una estabilidad económica y laboral que les

PRESENTACIÓN DE LOS RESULTADOS

posiciona en un buen momento en cuanto a práctica de este tipo de actividades. En cierta medida, vuelven a organizar su vida hacia las AFDMN.

Esta concienciación del buen momento y el pensamiento de que tarde o temprano tendrán que bajar el ritmo, les hace aprovechar al máximo este momento, por lo que mencionan que la actividad actual tiene más calidad que antes, debido a que ahora ellos y sus compañeros tienen un aporte de experiencia y de preparación física.

“Yo, por ejemplo tengo muchas broncas con mi mujer por el tema de las salidas: que si salgo cada vez más... Entonces yo le digo que me encuentro físicamente todavía en un término que todavía me permite salir, tengo más experiencia, tengo amigos que también pueden permitirse salir. Tengo que aprovechar este tirón que no se cuanto me va a durar. Porque a lo mejor dentro de 5 años me viene el bajón, entonces mis actividades van a decaer mucho. Yo todavía tengo mis ilusiones puestas en hacer determinadas cosas, que en la medida que pueda las haré, y para hacerlas tengo que estar preparado y para estar preparado tengo que salir.” (Juan: dif-par)

Otras dificultades

Muchas de las dificultades que fueron mencionadas en las entrevistas en profundidad, fueron las propias de cada una de las etapas del ciclo vital en el que se encontró cada una de las personas entrevistadas. Una persona de 20 años, por ejemplo, que tiene pocos años de experiencia en estas actividades y está más limitada en unos aspectos, experimenta unas dificultades diferentes a las que vivirá años después, cuando tenga más medios, pero tenga que asumir otro tipo de responsabilidades.

“Al principio es todo más fácil, es como un juego de amigos, pero luego la vida se complica y cuesta mas compaginar las salidas con las obligaciones que vas adquiriendo” (Rocío: dif-)

La percepción de dificultades en la práctica de AFDMN va cambiando a través del ciclo vital, ya que el aumento de autonomía que se produce con los años va acompañado en cambio por una mayor cantidad de

PRESENTACIÓN DE LOS RESULTADOS

compromisos y responsabilidades que se traducen en nuevas dificultades para realizar AFD en general y en el medio natural en particular.

“Que tengo la cabeza en otras cosas. Antes, cuando más salíamos era con 16 -20 años y en esa época tampoco tenías muchas cosas en las que pensar; tienes un finde libre y te vas a la montaña. Luego ya te vas metiendo en otras cosas y la montaña se queda un poco más.” (Pedro: dif-)

Durante la niñez, las dificultades de tipo estructural son tan fuertes, que la única posibilidad de práctica para la población no residente en entornos naturales se reduce a campamentos o actividades con parientes cercanos si en la familia hay esa afición.

“A lo mejor cuando yo he salido es cuando era pequeña y no ponía impedimentos y que era todo muy fashion y con los perros y el abuelo, pero ahora yo consciente no me venden la moto” (Amparo: vinc-baj)

Estas actividades familiares, que suelen ser el modo de comienzo en estas actividades, en muchos casos, experimentan una crisis a la llegada de la adolescencia, cuando las preferencias hacia el círculo familiar van siendo progresivamente sustituidas por el círculo social. Conforme va ganando autonomía, el adolescente ve como sus dificultades estructurales comienzan a reducirse mientras que la familia, clave en los momentos de práctica anterior comienza a transformarse en fuente de dificultades intersociales.

“Estos 2 ó 3 últimos años he echado en falta un amigo para salir al monte, porque cada vez soy más mayor y no es que no tenga nada que ver con mis padres, pero es que ¿De qué le voy a hablar a mi madre en el campo?” (Amparo: dif-grup)

Las dificultades derivadas del recelo de madres, padres y del resto de la familia hacia la práctica de AFDMN fueron mencionadas por cerca de la mitad de los hombres y de las mujeres, sin que hubiese apenas diferencias de género en el número de alusiones a esta cuestión. Se observó como este tipo de problemas inciden en personas jóvenes, ya que

PRESENTACIÓN DE LOS RESULTADOS

la edad adulta conlleva una mayor autonomía e independencia de padres y demás familia.

Por regla general, la reticencia hacia la práctica de AFDMN de los hijos puede deberse a tres causas: la peligrosidad de estas actividades, lo que implican y los compromisos familiares que pueden descuidarse al salir al medio natural, siendo estos últimos los que más perduran, ya que se dilatan hasta la edad adulta.

Como en el resto de dificultades, siempre hay un margen de superación de estas limitaciones, dependiendo dicho margen de la motivación para salir.

“Yo no digo que yo haya estado limitado por la familia. Yo no tengo una familia que me dijera NO. Era no, pero siempre he tirado un poco de la cuerda. También va en función del carácter de las personas. Como hijo o hija. Si a ti te dicen no e intentas tirar un poco más puede que lo consigas o que no.” (Pablo: eintr-cab)

Las reticencias parentales debidas a la peligrosidad de las actividades dependen, más que del sexo de las personas entrevistadas, del conocimiento de los progenitores hacia las AFDMN. Por lo general, quienes han practicado AFDMN que implican en ocasiones un cierto grado de exposición, no se quedan tranquilos cuando sus hijos o hijas salen a practicar esas actividades.

“Mi padre como no sabía absolutamente nada del tema de la montaña era ignorante, pero claro, yo no soy un ignorante; yo se lo que se mueve, se como vienen los accidentes, se como pueden provocarse las cosas...” (Juan: ent-intr)

La superprotección a la que muchos padres someten a sus hijas, hace que este tipo de dificultades incidan más en las mujeres.

“Y además es porque tradicionalmente a las chicas se les súper protege. Yo tengo alumnas y los padres me lo dicen en tutoría, son chicas que viven a 10 minutos andando en el pueblo y están ya en bachillerato. Y sus padres se preocupan por llevarles en coche porque tienen miedo por ellas. No se. Igual

PRESENTACIÓN DE LOS RESULTADOS

las ven más débiles, pero eso creo que es una conciencia social.” (Lucas: fem-expl)

En otras ocasiones, el recelo a que hijas e hijos salgan de casa está debido no a peligrosidad de la actividad en sí, sino a lo que conlleva esa actividad, como irse un grupo de niños o adolescentes solos, una chica sola en un grupo de chicos para pasar varias noches fuera de casa, dejar de lado tiempo para los estudios... En general, esta limitación actúa exclusivamente en la adolescencia y afecta a las mujeres, pero no a los hombres.

“Yo pienso que las dificultades son un poco la mismas para todo el mundo, lo que pasa es que bueno, al ser chica tienes que luchar contra que tus padres vean que tú estás sola, y que siempre estás ahí, por todo. Porque no sólo es escalar; tú te vas ahí con tiendas de campaña “¿Y con quien vas a dormir? Con cuatro chicos en una tienda de campaña.” “Y ya. ¿Y que pasa?”. Pues romper un poco eso es lo único que te diferencia de los chicos y luego las dificultades de tener que buscarte la vida para tener que entrar en un grupo, comprar la primera cuerda, encontrar un coche; eso ya es lo mismo.” (Fátima: fem-est)

El tercer grupo de reticencias de parentales está constituido por las derivadas de los compromisos familiares que pueden verse desatendidos al querer practicar AFDMN: Vacaciones como las de navidad, semana santa o verano, o incluso domingos son tradicionalmente momentos destinados en mayor o menor medida a convivencias familiares, pero también son oportunidades de salir al medio natural, con lo que si se aprovechan estos momentos, surgen problemas con la familia.

“(…) los compromisos quizás; por ejemplo los familiares. A la mayoría de la gente les echa para atrás. Por ejemplo, unas navidades no se concibe que la gente deje a la familia para irse a disfrutar a la montaña en un periodo que dispones de x días que no voy a disponer durante el resto del año, y que puedes hacer algo interesante.” (Lucas: dif-padr)

Los compromisos y responsabilidades ajenas al medio natural no sólo tienen que ver con la familia; según la etapa del ciclo vital, podemos encontrarnos con compromisos relacionados con los estudios, con el

PRESENTACIÓN DE LOS RESULTADOS

trabajo, con el cuidado de hijas e hijos etc. En los próximos apartados se tratarán estas cuestiones.

Una de las primeras dificultades serias que aparecen a la hora de practicar AFDMN es la de la falta de tiempo, pero esta dificultad, que suele ser una respuesta políticamente correcta en algunas ocasiones, es la consecuencia de otra serie de limitaciones subyacentes que se exploraron en las entrevistas en profundidad, entre las que se encuentra el tener que compaginar los estudios con la práctica de AFDMN.

El tener que estudiar no es una limitación constante, ya que está sujeta a altibajos derivados del calendario escolar. Los exámenes de febrero y sobretudo el final de curso provocan parones en la práctica que suelen ser compensados con una actividad intensa una vez ha acabado el curso.

El parón forzoso de los estudios conlleva además un paréntesis en la preparación física previa al verano, época en la que suelen concentrarse las mejores actividades del año.

“Al estar trabajando y al estar estudiando a la vez, mi limitación era que cuando era la época álgida, que era abril y mayo, que era cuando empezabas a apretar y empezabas a salir más porque había buen tiempo y días más largos, como yo tenía los exámenes y tenía que estudiar los sábados y los domingos. La limitación era doble, porque cuando llegaba mayo, que había que apretar con los exámenes finales, yo estaba pillado, con lo que llegaba bajo de preparación para la salida que hacíamos en las vacaciones de julio y agosto.” (Juan: dif-est)

Entre los estudios y el trabajo, en el caso del hombre mayor de 50 años entrevistado, se citó el servicio militar obligatorio como un parón en la práctica de AFDMN en una etapa de la vida donde mejor capacidad física se tiene; no obstante, su alta motivación permitió convertir esta dificultad en una oportunidad más de practicar AFDMN aplicando una estrategia de sustitución de la actividad, como se describe más adelante.

“No digamos que cuando estaba la mili. Porque también estaba la mili, era otra cosa que a los hombres nos producía una limitación. Eran dos años que cuando estás en una edad más álgida te corta. La hice en Granada y me inflé

PRESENTACIÓN DE LOS RESULTADOS

a esquiar, me llevé las tablas y los fines de semana esquiaba, pero no hacia otro tipo de montaña. Aprendí a esquiar en Sierra Nevada.” (Juan: dif-mili)

Al igual que la vida estudiantil dificulta (o impide) la práctica de AFDMN en las primeras etapas de la vida, en los años que siguen a los estudios, es el trabajo el que reduce el tiempo disponible para el ocio, con lo que la práctica de cualquier AFD, en ambientes urbanos o naturales se ve irremediablemente afectada. En el caso de las entrevistas en profundidad, el trabajo dificulta o ha dificultado en algún momento la práctica de más de la mitad de las personas entrevistadas y ha sido la quinta dificultad más mencionada.

En personas con horarios de trabajo no convencionales, como guías de montaña, a la dificultad de disponer de tiempo para salir al medio natural, se le añade la dificultad de encontrar a personas con las que practicar dichas actividades en horarios o días atípicos.

“También es una dificultad el trabajo, porque yo trabajo los fines de semana, fiestas y vacaciones y demás; es justo cuando mis amigos no trabajan. Mi dificultad es encontrar a gente que libre de diario para poder salir. Yo por lo menos, la mayor dificultad que he encontrado ha sido encontrar siempre a más gente.” (Pilar: dif-trab)

El aspecto positivo del trabajo es que, a cambio de reducir el tiempo disponible, proporciona una fuente de ingresos que permite reducir las limitaciones económicas asociadas a algunas de las dificultades para salir al medio natural.

Los problemas de índole económicos no han mostrado apenas diferencias de género, pero si hay diferencias en cuanto a la edad. Las personas más jóvenes, al tener menor independencia económica viven esta dificultad de un modo más acusado que cuando se es adulto.

“He hecho montaña siempre que he podido, siempre que económicamente me lo he podido permitir porque bueno, ahora ya me lo puedo permitir mejor, pero de jovencilla no. El dinero... ir a Pirineos era muy costoso.” (Almudena: dif-econ)

PRESENTACIÓN DE LOS RESULTADOS

La cuestión del dinero está altamente conectada con otras dificultades. Si no se tienen ingresos económicos hay problemas de transporte y de material que independientemente de la motivación, y todo esto puede condicionar seriamente la actividad.

Si la práctica es además de alto nivel, es posible que quizás las mayores dificultades sean aquellas de índole económica. Si se practica a un alto nivel, es relativamente fácil encontrar patrocinadores que te ofrezcan material, pero el dinero con el que asumir otras responsabilidades es complicado debido a los pocos patrocinadores y la elevada rivalidad y competencia.

“Desgraciadamente vamos a lo de siempre: Dificultades económicas. Esto es inevitable. Nosotros tenemos nuestras historias que tenemos que pagarlas y eso es un gran impedimento. ¿Qué tienes la suerte de encontrar a alguien que te de el dinero para poder pagar tus caprichos? Porque al fin y al cabo esto es un capricho, tú sales a las montañas porque te apetece, no es algo de necesidad extrema. Entonces si tienes la suerte de encontrar a alguien que te pague os caprichos pues estupendo. Dejas solucionado el problema económico en tu casa o en tu hogar o el problema económico del viaje.”
(Pablo: dif-econ)

Siguiendo con las dificultades en planteamientos de rendimiento, a la hora de encontrar apoyo económico, en el caso de las mujeres, al haber un menor número de practicantes de alto nivel, es por lo general menos complicado encontrar patrocinador.

“Yo creo que patrocinan más a las mujeres que a los hombres. Me explico: un hombre, en alto rendimiento, para que lo patrocinen tiene que hacer algo muy novedoso o de mucha dificultad porque tiene mucha competencia. Hay tanteas hombres que practicamos este deporte en alto rendimiento que es difícil que te paguen el caprichito que se te ha antojado porque hay otros que tienen otras cosas más novedosas o más difíciles, o que el patrocinador piensa que le va a dar más dinero a él. Sin embargo, en las mujeres el listón está más abajo. Me explico, porque esto puede llevar a confusión: tú eres una chica, practicas escalada o algún deporte al aire libre. Hay pocas chicas que practican este deporte y muchas menos que estén en un nivel muy alto. Entonces yo creo que destacando, simplemente destacando, no siendo la mejor ni mucho menos puedes encontrar más facilidades.” (Pablo: dif-riv)

La falta de material también ha sido una dificultad que tradicionalmente ha ido de la mano de la falta de recursos económicos, del desconocimiento y de los estereotipos de género sobre práctica de AFD, ya que pese a que ha aumentado la oferta y especialización del material, también ha aumentado el precio y hay poco material adaptado a las mujeres debido a su menor demanda.

El problema de la falta de material afecta de modo diferente en cada etapa de práctica de AFDMN. En un primer momento, las personas principiantes desconocen el tipo de material que necesitan, donde adquirirlo y como conseguir determinadas cosas a un bajo coste económico (clubes, casas de la juventud o similar). Una vez alcanzado una frecuencia de práctica habitual, los problemas suelen ser el necesitar material más específico para ir mejorando en esa actividad. Es bastante habitual también que quienes empiezan no tengan aún claro la actividad a que más les atrae (o les atraigan varias), con lo que es difícil disponer del material necesario.

“El material es muy caro. Cuando te metes en este mundillo, quieres probarlo todo, y si quieres practicarlo todo no puedes porque el material es muy caro y al final hay actividades que son para ti y se te dan mejor que otras.” (Pilar: dif-mat)

PRESENTACIÓN DE LOS RESULTADOS

La falta de material tampoco ha incidido siempre del mismo modo. Hace un par de décadas, las AFDMN eran un campo muy reducido y a la falta de material disponible en comercios, se unía el desconocimiento de cómo debía usarse, que características debía reunir y cual era el más adecuado para cada actividad; problemas que hoy día únicamente afectan a quienes empiezan y en mucha menor medida.

“Cada vez andabas más, empezabas a salir más lejos, a Picos, a Pirineos, empezabas a subir en invierno llevabas a lo mejor material que te dabas cuenta de que lo que te habías comprado no servía para lo que tú querías hacer y así poco a poco tu ibas modificando tus pautas de conducta con respecto al grupo y con respecto a la propia montaña, te ibas especializando...” (Juan: dif-mat)

La calidad del material también ha mejorado sustancialmente, en las últimas décadas, lo que ha sido clave para acercar ciertas AFDMN a la población. Actividades que hoy en día se realizan con poco esfuerzo físico y riesgo, antes conllevaban grandes dificultades y elevados grados de exposición que ciertamente, debieron impedir o al menos restringir la práctica de la población general, posibilitando únicamente la de personas muy motivadas, entrenadas y/o con un nivel de forma física que les permitiese cargar y manejar un material más pesado.

“Pues ha cambiado la equipación. También bueno, pues yo te estoy hablando de cuando empecé a salir al Pirineo. El material... que todo esto también ayuda. No es lo mismo intentar un Mont Blanc con unas botas de cuero malillas que además te prestaban, a intentar el Mont Blanc con unas botas de plástico estupendas como hizo mi hija. Todo ha cambiado, sí.” (Almudena: dif-mat)

La falta de material está por tanto ligado a la falta de recursos económicos, tiene especial incidencia en las primeras etapas de práctica de AFDMN y es un problema que en las últimas décadas ha ido mejorando, por lo que coincide en características con las dificultades de transporte.

PRESENTACIÓN DE LOS RESULTADOS

Los mejores medios de transporte actuales han permitido multiplicar el radio de acción de las personas, posibilitando realizar en un fin de semana actividades que antaño requerían más tiempo para desarrollarse.

“No teníamos coches como tenemos ahora. Yo recuerdo cuando íbamos de travesía al Pirineo... De verdad, no sabéis lo que era cruzar Calatayud, era tremendo. Ahora las carreteras han cambiado, los coches son mejores, tenemos dinero y antes no teníamos. Que te estoy hablando de hace 32 años.” (Almudena: dif-trans)

La solución a los problemas de transporte es la del utilizar medios públicos, lo cual requiere una vez más una buena dosis de motivación. Los medios públicos conllevan la imposibilidad de acceder a determinadas zonas, limitaciones en el material a llevar (y por ende la actividad), menos tiempo de práctica y largas caminatas.

“Nosotros no teníamos coche, nos desplazábamos en autobús y en medios públicos. Eso llevaba mucho tiempo. Ir a Galayos era ir hasta Arenas, subir a la cabra andando o alquilando un taxi o algo y como no tenía dinero o el que iba contigo no tenía dinero, pues tenía que subir andando, con lo cual, lo que hoy hacemos prácticamente en dos horas, lo hacíamos en 4 ó 5 horas. Teníamos una limitación de tiempo. (Juan: dif-trans)

Las dificultades de transporte están asociadas a las económicas, por lo que disminuyen con la edad. Conforme aumenta la edad, la situación económica tiende a mejorar, con lo que hay una mejora en las posibilidades de transporte.

“A la par Que te ibas a Picos o a Pirineos o a sitios más lejos, siempre en transporte público. Salvo alguna excepción a partir de 20-21 años que de los amiguetes, uno tenía coche, o su padre le dejaba el coche.” (Juan: dif-trans)

El tiempo que conlleva el desplazamiento también ha sido verbalizado como una limitación por los grupos de menor implicación con las AFDMN. Con independencia del tipo de transporte, aunque obviamente mayor si no se dispone de transporte privado, el tiempo empleado se vive como “un sacrificio necesario” a realizar. No es sólo el tiempo de práctica real, sino el tiempo previo que conlleva el desplazamiento al sitio determinado

PRESENTACIÓN DE LOS RESULTADOS

“es que estás todo el día, un par de horas o mas para llegar el luego para volver, bueno, normalmente sueles tardar mas en volver por que hay tráfico. Con lo cual para pasar tres horas en la cueva, inviertes todo el día, al final no merece la pena.” (Rocío: dif-transp)

El transporte, al igual que la falta de material y de recursos económicos son dificultades de especial incidencia en las primeras etapas de práctica de AFDMN. Otro grupo de dificultades que inciden en estas primeras etapas son las derivadas del desconocimiento y la falta de información, que son uno de los primeros problemas con el que se enfrenta cualquier persona que quiera comenzar a realizar AFDMN independientemente de su sexo.

Este problema, al igual que la falta de material o el transporte, tenía hace décadas un peso mucho más importante de lo que tiene ahora, ya que en la actualidad, los clubes, agencias, internet y librerías especializadas son una enorme fuente de información de todo tipo al proporcionar desde información técnica hasta partes meteorológicos especializados.

Hace un par de décadas, la iniciación en el mundo de las AFDMN era por lo general de un modo totalmente autónomo. Como no había la oferta de cursos que existe en la actualidad, la experiencia era muy importante y era complejo entrar direccionado en ese mundillo.

“(…) Era el año 70-71 y entonces no había la información que hay hoy en cuanto a clubes o gimnasios especializados que hay ahora ni en cuanto a la propia federación. Era un mundo en el que tú te ibas metiendo de una forma totalmente autónoma. Es decir, no ibas direccionado como ahora, que hay cursillos de iniciación.” (Juan: dif-desc)

El primer problema asociado al desconocimiento general, ya sea el producido en los primeros años de iniciación o el existente hace un par de décadas, es el aumento inconsciente del grado de exposición a los peligros, lo cual es causa de accidentes e incidentes que difícilmente ocurren con personas experimentadas.

PRESENTACIÓN DE LOS RESULTADOS

“Hombre, hemos tenido mucha suerte porque ha habido montañeros que... Yo en mi grupo no ha habido ninguno que se haya matado, pero ten en cuenta que desde el punto de vista por ejemplo de las salidas invernales, ahora tu entras en internet y eres capaz de informarte tanto del peligro de aludes como de la temperatura, como el tiempo que va a hacer, tienes información sobre el mundo de la nieve, que puede provocar un alud y que no, si está compactada, si está sin compactar...” (Juan: dif-desc)

Además de un aumento de la accidentalidad, el desconocimiento provoca el que dentro de un colectivo de practicantes de AFDMN se produzcan ciertas relaciones jerárquicas y de dependencia. Las mujeres son más proclives a caer de forma especialmente prolongada en esa relación de dependencia con otras personas más experimentadas.

“Elegían los chicos y nosotras nos adaptábamos, éramos las llevadas; éramos las niñas que nos llevaban. Yo por aquel entonces tampoco tenía ni idea de orientación, ni de mapas, ni nada de eso. Ellos me llevaban pero porque llevaban más tiempo practicando y sabían donde iba... Yo no sabía ni siquiera lo que era un mapa... Es muy cómodo también que te lleven.” (Pilar: fem-est)

Pero el desconocimiento no siempre actúa como barrera. La falta de conocimiento objetivo sobre el medio donde se desarrollan estas actividades resulta en las primeras fases de práctica un hecho que en vez de frenar la práctica, la incrementa peligrosamente.

“Ya no salíamos tan alocadamente como al principio, porque éramos ignorantes, y teníamos mucho desconocimiento de todo este mundo. Antes nos la jugábamos. Por eso te digo que había alguno que se ha quedado en el camino”. (Juan: eintr-ign)

“(...) realmente no éramos conscientes de donde íbamos ni el reto que asumíamos. Allí tuvimos mucha suerte; si se hubiera complicado la cosa hubiéramos tenido grandes problemas. Entonces ahí realmente era un juego de niños porque no éramos conscientes de ello; si hubiéramos sido conscientes habríamos tenido más cuidado, habríamos ido más preparados.” (Pablo: eintr-ign)

Las dificultades derivadas de los peligros del medio natural fueron muy poco citadas, debido sin duda a que el grado de experiencia y conocimientos en general de las personas entrevistadas les permitía minimizar los riesgos asociados a estas dificultades.

A lo largo de este apartado se ha podido observar como muchas de las dificultades están relacionadas directa o indirectamente con los estereotipos de género, todavía vigentes en la sociedad. También se ha ido comprobando que no sólo la variable género influye en las dificultades, sino que el grado de motivación es decisiva de cara a relativizar estas dificultades. La motivación también es clave como activadora de las estrategias de superación de estas dificultades, como se trata en el apartado siguiente.

3.4. ESTRATEGIAS DE SUPERACIÓN DE LAS DIFICULTADES

Durante las entrevistas en profundidad, se enumeraron una serie de estrategias de superación de dificultades, las cuales se presentan a continuación clasificadas en estructurales, interpersonales e intrapersonales.

En las estrategias de tipo estructural, se incluirán aquellas que comprendan una modificación del modo de vida. Esto envuelve aspectos como organización de horarios, modificación de la actividad laboral o las propias actividades, búsqueda de formas de conseguir material o ingresos etc.

Las estrategias de tipo interpersonal comprenderán aquellas que impliquen una modificación de las relaciones sociales de cara a poder salir al medio natural. Esto incluye la búsqueda de complicidad por parte de la pareja o de la familia, el aislamiento o la práctica en micro grupos o la integración en determinados colectivos de práctica.

El último apartado, destinado a las estrategias de tipo intrapersonal o psicológico, abarca aspectos de orden interno como el renunciar a otras cosas, la obstinación por salir a pesar de todo, el ignorar las dificultades etc.

PRESENTACIÓN DE LOS RESULTADOS

Estrategias estructurales

(eestr-cara)	Compatibilizar estilo vida	Modificar determinados aspectos de la vida para dar cabida a la práctica de AFDMN.
(eestr-mod)	Modificar actividad	Modificaciones en la propia práctica de AFDMN.
(eestr-sust)	Sustituir actividad	Cambio de la AFDMN por otra actividad que tenga menos dificultades que afrontar.
(eestr-avcre)	Aventura creativa	En periodos de imposibilidad de hacer AFDMN, mantener una vinculación con estas actividades preparando proyectos, con lecturas relacionadas con estas...
(eestr-vacac)	Aprovechar las vacaciones	Aprovechar los periodos vacacionales para hacer estas actividades.

Estrategias interpersonales

(eint-madr)	Madres y abuelas	Recurrir a los padres para que faciliten la práctica de AFDMN ocupándose de los hijos mientras realizan actividades.
(eint-ocult)	Ocultamiento	Evitación de problemas ocultando a amistades, familiares, jefes, vecinos y conocidos los proyectos o incidentes en las AFDMN.
(eint-aisla)	Aislamiento	Salir sin compañía al medio natural.
(eint-amig)	Juntarse con amistades fuertes	Salir al medio natural de la mano de personas más experimentadas.
(eint-club)	Club o similar	Apuntarse a un club o grupo de montaña.
(eint-conoc)	Conocidos más que amistades	Anteponer la compañía de personas con un nivel de amistad escaso para poder llevar a cabo una determinada actividad difícil de realizar con las amistades "de toda la vida".
(eint-curso)	Hacer cursos.	Formarse a través de cursos.
(eint-par)	Pareja como ayuda	Recibir o destacar la importancia del apoyo de la pareja.
(eint-micrg)	Micro grupo / buscar personas	Restringir la práctica de AFDMN a la realizada dentro de un grupo de personas donde no existen problemas de tipo interpersonal.

Estrategias intrapersonales

(eintr-cab)	Cabezonería	Salir cueste lo que cueste.
(eintr-ign)	Ignorar dificultades	No tener en cuenta las dificultades.
(eintr-res)	Resignarse	Asumir que hay dificultades y conformarse con practicar menos.
(eintr-etto)	Entrenar más	Aumentar el nivel de entrenamiento.
(eintr-ahorr)	Ahorrar/pagar	Reservar fondos para estas actividades y eliminar las dificultades pagando más.
(eintr-planif)	Planificar	Prever dificultades y planificar el modo de apartarlas.

(Cuadro 14: Estrategias aparecidas en las entrevistas)

PRESENTACIÓN DE LOS RESULTADOS

Al igual que en el caso de las dificultades, se hizo un recuento de las alusiones totales y que cada sexo había hecho con respecto a cada estrategia, con el fin de estimar la utilización de cada estrategia, lo cual se muestra en el gráfico 44. Los resultados muestran un predominio de las estrategias de índole interpersonal entre las más citadas, aunque a continuación, las categorías de estrategias se entremezclan.

La estrategia más aludida fue la de buscar personas con quienes practicar, seguida por salir de la mano de personas con mayo nivel y salir con la pareja. Las mujeres hicieron más alusiones que los hombres con respecto a integrarse en pequeños colectivos de práctica, ocultar los planes y salir con la pareja; los hombres hablaron de juntarse con amigos fuertes y estructurar su estilo de vida para dar cabida a las AFDMN, como puede observarse en el gráfico 43.

Una visión global de las entrevistas en profundidad muestra como en el caso de participantes de AFDMN más vinculados con las AFDMN y con mayor experiencia y compromiso con estas actividades, la estrategia más utilizada ha sido la de modificar profunda y a todos los niveles, el estilo de vida para adecuar todos los parámetros a la práctica de estas actividades. Si se ha encontrado una fuerte predominancia de esta estrategia ha sido porque el perfil mayoritario de las entrevistas en profundidad ha sido el de personas muy motivadas que llevaban muchos años saliendo al medio natural. En caso de personas con escasa vinculación con las AFDMN, se ha percibido una menor tendencia a esta reestructuración del estilo de vida.

Como ya se adelantó al tratar las dificultades, la motivación intrínseca es clave para superar gran parte de los impedimentos que conlleva la práctica de AFDMN, dado que la motivación extrínseca, sobretudo en el caso de las mujeres, es un factor que actúa de manera negativa inhibiendo en mayor grado la práctica duradera de este tipo de actividades.

PRESENTACIÓN DE LOS RESULTADOS

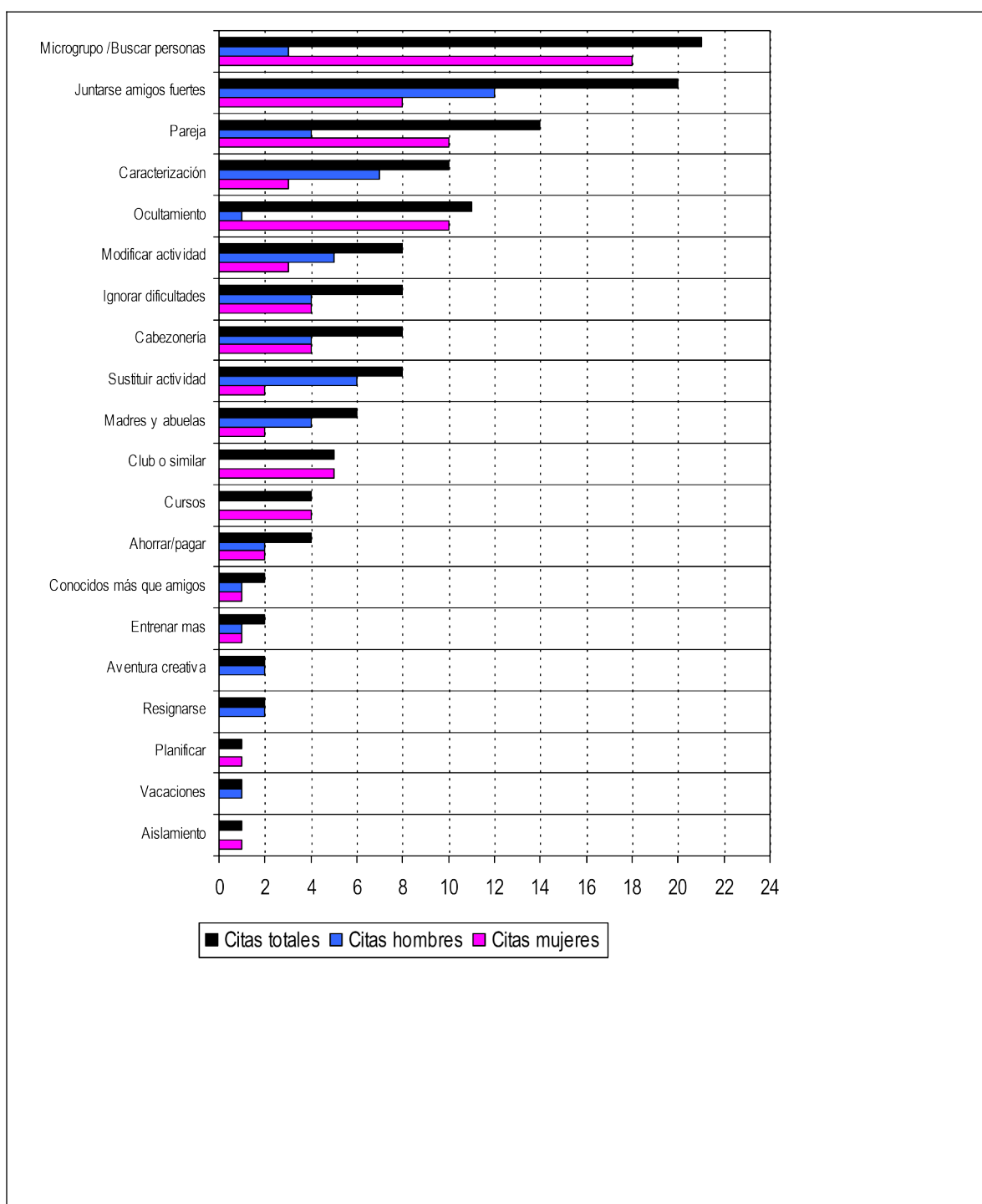


Gráfico 43: Estrategias de superación de las dificultades en la práctica de AFDMN por sexo (frecuencia).
Tamaño de la muestra: 10 personas entrevistadas (5 hombres y 5 mujeres).

Estrategias estructurales

Aunque la motivación no era una cuestión a tratar en las entrevistas en profundidad, todas las personas entrevistadas hicieron comentarios acerca de la importancia que tenían las AFDMN para ellas, de la necesidad que tenían de salir al medio natural y de su fuerte compromiso con estas actividades, el cual, en el caso de las personas más fuertemente vinculadas con las AFDMN, alcanzaba un nivel de caracterización, ya que toda su vida giraba en torno a éstas.

“...la mitad de mi vida es la familia y la otra mitad es la montaña.”
(Almudena: eestr-carac)

“Yo se lo digo a mi mujer: yo estoy casado con la montaña. Estoy casado contigo y tengo mis obligaciones contigo, pero mi segunda mujer es la montaña, a mi me gusta y como me gusta, mientras pueda iré porque me atrae.” (Juan: eestr-cara)

Esta fuerte necesidad de realizar AFDMN ha llevado a la mitad de las personas entrevistadas a ir modificando con el tiempo su estilo de vida hasta llegar a cotas en los que muchas de las dificultades han sido suprimidas. Llama la atención que esta supresión de dificultades, algo más citada por los hombres, no se percibe en un plano consciente, sino que se achaca a factores como la suerte, citada en varias de las entrevistas en profundidad efectuadas.

“Yo no he tenido muchas dificultades. No he tenido porque he tenido muchísima suerte con mis amigos y con mi pareja. Yo no he tenido grandes dificultades. (...) si la pareja no ayuda, que generalmente no ayuda, o sea, yo en mi caso, porque la verdad, es que he tenido una gran suerte...”
(Almudena: dif-par)

“Yo creo que he tenido mucha suerte en mi vida, y que he tenido oportunidades que a lo mejor otras personas no tienen; también he sabido aprovecharlas, creo. Entonces me ha venido todo muy rodado. Tuve la suerte de enlazar unos trabajos con otros y hacerme fuerte en una empresa del sector a lo largo de los años.” (Pablo: eestr-cara)

En personas con una fuerte vinculación por las AFDMN y una práctica ya dilatada de AFDMN, se observa claramente como muchos aspectos de

PRESENTACIÓN DE LOS RESULTADOS

su vida han sido modificados para llegar a hacer desaparecer gran cantidad de dificultades y barreras que para otras personas son importantes.

“De hecho ha ido con su novia a vivir a Asturias y quieren montar una casa rural o algo así. Estos temas a él le gustan mucho, y a su novia también. Yo creo que más desde que está con él, pero llevan toda la vida.” (Pedro-eestr-cara)

En las entrevistas en profundidad a las personas más fuertemente vinculadas con la práctica de las AFDMN, se observó que con el tiempo, todo el estilo de vida había sido progresivamente modificado para poder practicar esas actividades, siendo por tanto necesario enfocar la entrevista en profundidad hacia una revisión de cómo han evolucionado las cuestiones a tratar en las diferentes etapas de práctica de AFDMN.

La falta de tiempo, dificultad tradicionalmente citada como consecuencia de la confluencia de otras dificultades, en el caso de las entrevistas en profundidad no pareció ser difícil de superar. Una buena organización y reparto de tareas como el cuidado de la casa, los niños etc, permite el eliminar esta dificultad que para otros es una barrera insuperable.

Para activar plenamente esta manera de vencer las dificultades de tiempo, es imprescindible que haya un correcto reparto de las tareas del hogar y el cuidado de los niños, ya que de lo contrario, el peso de esto recaería en la doble jornada de la mujer. La cada vez mayor implicación del hombre en este reparto de tareas es por tanto imprescindible.

“Cuando mi hija era pequeña, íbamos al Cagigal y ella nadaba y yo corría., Siempre me he buscado algo que pudiéramos hacer las dos. O sea, que ella pudiesen hacer natación, porque la niña debía saber nadar, como es lógico y mientras ella nadaba pues yo corría en la Casa de Campo. Si, siempre me he apañado bien para buscar momentos para poder hacer deporte. (Almudena: eestr-carac)

“A mi me gusta lo mismo que tú; entonces hay que apencar, porque a otras chicas no les importa quedarse en casa y limpiar, hay otras que no les gusta. Es que han aceptado eso de “-Yo me quedo en casa cariño limpio todo

PRESENTACIÓN DE LOS RESULTADOS

cuando tu vienes”. Si yo no puedo salir al monte, hacer lo que a mí me gusta: a tomar por culo la relación. Me voy a vivir sola o me voy a vivir con alguien que reparta las cosas. Entonces es ya una pelea a ya nivel personal de tu pareja, de decir “¡Eh! Si quieres ir a escalar yo también, pero luego...” (Fátima: par-imp)

Además de la falta de tiempo, la vida laboral también puede ser adaptada a la práctica de AFDMN, aunque esto sólo es posible si hay una determinación clara para practicar estas actividades. El adaptar la vida laboral es mucho más sencillo cuando no se tienen hijos ni grandes responsabilidades familiares y en cierto modo implica una serie de renunciaciones que la persona motivada no vive como tales. Una vez más, la motivación es la clave de todo ello.

“No es compatible hacer expediciones de 2 ó 3 meses con hacer vida normal. Mi vida está adaptada a esto porque lo he querido así. He ido buscándome trabajos que se amolden a lo que yo quiero hacer, que es viajar y escalar. Si yo hubiera amoldado la escalada a mi trabajo saldría menos y no tendría tiempo para practicarlos porque el trabajo mandaría sobre el deporte. Pero yo he elegido hacerlo al revés, que el monte mande sobre el resto y el resto se acople.” (Pablo: eestr-cara)

A pesar de las mejoras en los medios de transporte, la lejanía de los lugares de práctica sigue siendo una importante dificultad que desaparece si se modifica el lugar de residencia, de este modo, más o menos inconscientemente se han eliminado los problemas económicos y de tiempo que conllevan los desplazamientos...

“Vivimos aquí porque está más cerca de la sierra y porque cuando empezamos a trabajar mi pareja y yo en historias de éstas nos salía más rentable vivir aquí que en otro lado, por los gastos de transporte de un lado para otro... una forma de ahorrar.” (Pablo: eestr-cara)

Aunque depende de cada familia, las responsabilidades familiares en determinadas fechas también pueden compatibilizarse con el medio natural, sobretodo en la edad adulta, donde se ha alcanzado algo de independencia en ese sentido. Esta estrategia depende en cierto modo del tipo de familia y el carácter de la persona.

PRESENTACIÓN DE LOS RESULTADOS

“Les digo que vamos a pasar la navidad a la montaña, que tienen que estar tranquilos, que ya les estoy viendo todo el año, e intentar convencerles de que sé que son fiestas importantes para ver a la familia. Intento respetar algunas fiestas para ver a la familia, o por ejemplo, en el principio de esas festividades intento ver a la familia y me reservo el final para el grueso de este periodo vacacional.” (Lucas: eestr-mod)

Si en los párrafos anteriores se ha comprobado que aspectos como las responsabilidades laborales y familiares, pueden ser compatibilizados con las AFDMN, resulta evidente que los estudios también pueden ser fácilmente compatibles, siempre y cuando se organicen adecuadamente y se esté dispuesto a hacer pequeñas modificaciones en la frecuencia de práctica en determinadas épocas.

“Pues lo de estudiar y salir se lleva, se lleva. Tú te programas. Para una persona que se planifique y se programe no existen grandes problemas. Yo he sacado mi carrera año a año. Quiero decir que no he tenido problemas y he salido a la montaña con cierta regularidad. No he salido tanto como mis amigos por tener esa limitación de cuando tenía un examen, pues ellos tenían más tiempo y yo disponía de menos.” (Juan: eestr-carac)

De lo expuesto en estos párrafos, puede observarse como lo que para gran parte de la población son barreras insuperables, en las personas motivadas constituyen pequeñas dificultades ya superadas, por lo que en un plano consciente, las personas entrevistadas no percibían importantes dificultades ni estaban por tanto concienciadas de las estrategias que habían puesto en práctica para superar estas dificultades.

Si las personas altamente vinculadas con las AFDMN optan por acomodar el estilo de vida a su hobby, otra parte importante de las personas entrevistadas opta por modificar la propia actividad para compatibilizar ésta con sus circunstancias personales, siendo esta solución algo más mencionada por los hombres que por las mujeres, como se trata en esta sección.

Otra solución similar a la modificación de la actividad es la de sustituir temporalmente dicha actividad si las circunstancias empeoran como se

PRESENTACIÓN DE LOS RESULTADOS

presenta posteriormente, solución que fue similar que la de modificación en cuanto a número de citas. Si las limitaciones son elevadas, se acaba optando por abandonar temporalmente la actividad y compensar esta psicológicamente con estrategias de aventura creativa, que se desarrollarán en las últimas partes de este apartado.

Como siempre, la vinculación con las AFDMN y las circunstancias condicionarán el grupo de soluciones a adoptar. La modificación de la actividad para ajustar esta a las circunstancias es un modo relativamente habitual de superar las dificultades. Se entiende por modificación de la actividad la variación de algunos aspectos de la misma como el planteamiento, lugar de práctica o frecuencia para compatibilizarla con el estilo de vida.

“Si, cuando nació mi hija salía menos, pero no te creas. Sólo durante el embarazo, y no tanto porque yo en el embarazo subía a Peñalara y hacía excursiones. Subíamos por aquí. Si, subíamos a Peñalara.” (Almudena: eestr-mod)

“Antes de estudiar hacía lo mismo pero más veces a la semana; o sea que he reducido, por así decirlo la cantidad.” (Pilar: eestr-mod)

“Luego también estaba lo del dinero. Cuando eres estudiante no tienes material ni todo eso, pero eso bueno, aunque sea escalando cerca de casa o saliendo menos días acabas saliendo con la bici o la mochila.” (Fátima: eestr-mod)

En personas altamente vinculadas con las AFDMN, la tendencia general es modificar el planteamiento con el que se realizan AFDMN, buscando actividades que exijan menos ausencias en el hogar, menor grado de exposición a los peligros y un nivel de exigencia físico conforme al bajo nivel de forma consecuencia del desentrenamiento.

“Prácticamente la montaña la dejé. Empecé a hacer más esquí de travesía que escalada, no quería arriesgarme a dejar viuda y huérfanos y sobretodo fundamentalmente porque mis compañeros, mis amigos de toda la vida, estaban a un nivel muy alto para mí. Yo no podía salir con ellos, hombre, yo podía salir anecdóticamente con ellos “Venga subidme a ese sitio, subidme a este otro” Pero yo no podía hacer la programación de actividades con ellos,

PRESENTACIÓN DE LOS RESULTADOS

no estaba preparado, estaba muy gordo, estaba físicamente mal y tenía unas responsabilidades que en ese momento no tenían mis compañeros, aun no se habían casado o se casaron después. Entonces eso para mí fue un parón total, por un motivo y por otro. No estaba a la altura de mis compañeros, ni podía asumir sus riesgos.” (Juan: eestr-sust)

Cuando las dificultades aumentan, la continuidad de la práctica requiere el sustituir la actividad por otra similar, y aquí aparecen entre otros, la práctica de deportes al aire libre, AFDMN en escenarios urbanos artificiales, gimnasios, AFD menos exigentes etc. Al igual que en el caso de modificación de la actividad, este tipo de soluciones fueron más empleadas por los hombres entrevistados que por las mujeres.

“Hubo también una temporada que salí poco por problemas físicos, lesiones, mis cervicales... Y estuve haciendo rehabilitación y mientras tanto otras actividades como gimnasio, corría pero despacio. Eso hasta que se me quitaron los dolores, pero en el proceso de inicio de la lesión es que estuve un año sin hacer nada, anduve mucho.” (Pilar: eestr-sust)

“Hombre, yo tengo dos hijos que se llevan 14 meses, mi mujer trabaja, yo trabajo... No podía dedicarme a la montaña. Lo más que hacía de vez en cuando pues... Bueno, me apunté a un gimnasio aquí en el barrio al que iba dos noches, cuando los chicos se dormían, pero eso a mí no me hacía nada. También empecé a correr otra vez, empecé a perder kilos y empecé a salir. Como no me podía ir con los colegas me iba de cinco días a una semana todos los veranos yo sólo a la montaña, a andar, (claro, no podía hacer otra cosa), iba yo solito y estuve tres años que me tiraba una semana en Picos, una semana en Pirineos. Mi mujer me dejaba una semana y yo me desahogaba.” (Juan: eestr-sust).

“Cuando el embarazo subíamos por aquí. Si, subíamos a Peñalara. Recuerdo ya bien gordita, pues en Peñalara y la gente mirando y diciendo “-Pero chica, que vas a parir aquí y tal”” (Almudena: fem-quedir)

En algunos periodos como los primeros años de paternidad, las complicaciones aumentan hasta el punto de convertirse en barreras insuperables, por lo que no queda otro remedio que abandonar totalmente la actividad hasta que las circunstancias cambien, lo que sería sustituir la actividad por algo completamente diferente. En este caso, la única manera de aliviar psicológicamente esa carencia de actividad es la de seguir vinculado en el mundo de las AFDMN leyendo libros y guías y planificando el regreso. Esta estrategia que en el marco teórico se estudió bajo el

PRESENTACIÓN DE LOS RESULTADOS

nombre de aventura creativa ha aparecido en las entrevistas en profundidad.

Para una de las personas entrevistadas, es indudable que realizar lecturas sobre AFDMN o dedicar energías a la planificación de actividades es un recurso claro para entretenerse en los periodos de espera, pero esto no sólo es una <<distracción atractiva>>, sino que crea un foco en el futuro y una promesa de que las AFDMN volverán a practicarse, además de la creencia firme de que se lograrán vencer las dificultades actuales. De hecho representa uno de los medios que utilizan las personas altamente motivadas para fomentar esperanza y confianza.

La aventura creativa se ha mostrado como la solución a barreras importantes como hijos recién nacidos, lesiones graves, periodos fuertes de estudio o de fuerte actividad laboral.

“Yo cuando más libros de montaña he leído ha sido en la época en que no escalaba; es decir, yo necesitaba cubrir esa deficiencia de actividad que tenía, porque la montaña, la escalada, al nivel que la hacemos es a veces una especie de pseudo droga (la adrenalina puede llegar a ser una droga). Entonces, mi mujer me lo decía: “Cuando te tiras un mes sin salir a la montaña no te aguanta ni tu madre”. Yo estaba que me subía por las paredes. Para mi era como un mono. Me faltaba algo. Ten en cuenta que yo llevaba haciéndolo con regularidad desde lo 26 años. Entonces un parón... Estaba que no cabía en mí. No, no, no podía soportar ese parón. Entonces intentaba sustituir esa inactividad que tenía leyendo cosas de montaña, preparando actividades para un futuro. Cosas de este tipo, es decir, no salía pero iba pensando en cosas que quería hacer cuando tuviese tiempo.” (Juan: eestr-avcre)

Las estrategias de tipo estructural encontradas en las entrevistas forman por tanto un continuo que va desde la adaptación del estilo de vida, hasta la adaptación de la propia actividad. Los factores que condicionarán la adopción de una tendencia u otra son por un lado la vinculación afectiva con las AFDMN y por otro la fuerza de la dificultad a superar.

Estrategias interpersonales

PRESENTACIÓN DE LOS RESULTADOS

En el comienzo de este apartado se mencionó que las estrategias más aludidas fueron de tipo interpersonal, esto es, incidir en los entornos sociales para posibilitar la práctica de AFDMN. Casi la mitad de estrategias de superación de las dificultades que se citaron, corresponden a estrategias de tipo interpersonal, por lo que puede afirmarse que estas son las más utilizadas, especialmente por las mujeres, que en general, han citado estas soluciones a los problemas en mayor medida que los hombres, aunque en un principio están al alcance de todas las personas.

“Es que tampoco pienso que sea un problema el hecho de ser mujer. Es que el monte ni debe serlo ni creo que sea elitista; hay ciertas personas que sí lo ven como un rollo elitista y hay gente que no. Seas tío o tía, la posibilidad de ir buscando un grupo existe. Yo creo que también es cosa personal, que quieras... Si te apetece hacer algo de verdad te vas buscando el hueco seas chico o chica” (Pedro: eint-micrg)

Las mujeres han hecho alusión en mayor proporción que los hombres a las estrategias interpersonales de salir de la mano de un pequeño grupo de práctica, junto con su pareja, o de la mano de un club; éstas también hablaron más que los hombres de apuntarse a cursos u ocultar sus planes a la familia.

Si la dificultad que más habían experimentado las personas entrevistadas fue la de integrarse en un grupo, no es de extrañar que las tres estrategias más mencionadas en las entrevistas en profundidad sean de tipo interpersonal. Éstas son el integrarse en un micro grupo de práctica, acercarse a personas con un nivel superior para poder hacer actividades que de otro modo serían inviables y recurrir a la pareja.

Las estrategias de tipo interpersonal parecen ponerse en marcha cuando las personas salen al medio natural llevadas por motivaciones externas o de tipo social; en estos casos lo que se busca es más que nada la integración en un círculo de personas concreto, lo que convierte al

PRESENTACIÓN DE LOS RESULTADOS

medio natural en un medio más que en un fin. Dentro de este planteamiento, las dificultades que aparecen durante la realización de las actividades se ven de otro modo o se aceptan en mejor medida que si se fuese con otras personas.

“(...) si voy con amigos si. Porque no me importaron las calamidades, yo iba con unas deportivas, los pies empapados, me moje, fue una guarrería, pero me lo pasé genial. No me importó cansarme, yo cantando, riendo (...). La montaña no es mi vocación, pero no me desagrada; dependo un poco de la gente, si voy con amigos pues si. Si voy yo sola...” (Amparo: eint-micr)

El integrarse dentro de un pequeño colectivo de personas afines donde poder practicar sin problemas de tipo interpersonal fue una de las soluciones más mencionadas, ya que todas las mujeres entrevistadas afirmaron haber utilizado esta estrategia en algún momento de su vida o estar actualmente integradas en uno de estos colectivos. Se encontró una importante diferencia de género en este sentido, porque mientras que todas las mujeres habían utilizado esta estrategia, menos de la mitad de los hombres hicieron alusiones en este sentido. Las alusiones de las mujeres a este respecto, superaron en gran medida a las de los hombres, siendo esta estrategia la que alcanzó mayores diferencias de género.

Se encuentra, por ejemplo, que el practicar actividades con otras personas disminuye varias de las dificultades, y por ello, es una buena “solución” especialmente utilizada por mujeres. Se citan viajes y actividades organizadas que aumentan la sensación de protección, aunque ello pueda reducir en determinadas ocasiones su capacidad de liderazo y toma de decisiones, pasando a adoptar un papel más receptivo o pasivo, lo cual compensa cuando lo que se busca prioritariamente es el pasarlo bien sin objetivos deportivos.

“Yo en el campamento tengo fotos llena de pintura y asquerosa, pero en estas situaciones es diferente, estás con gente que tiene los mismos patrones que tú: se arregla, le gusta ir bien, están en la edad del pavo, entonces si te manchas, te manchas todos juntos y te gusta todo y te lo tomas como a cachondeo.” (Amparo: eint-club)

PRESENTACIÓN DE LOS RESULTADOS

Muchas de las dificultades a las que se deben enfrentar las mujeres para salir al medio natural pueden ser resueltas o al menos minimizadas si la práctica se lleva a cabo con amistades de confianza donde ésta se sienta como una más.

“Y con el grupo que tenemos, que es la gente de toda la vida, a mi no me han puesto nunca ninguna pega por ser mujer. He tenido mucha suerte con mis amigos; mis amigos, eh, no otra gente; mis amigos sí. No he tenido ninguna pega. Yo he tenido mucha suerte de tener un grupo de amigos que a mí me han considerado como Almudena. No “Vamos a llevar a Almudena” No, no, no. Yo era una más; siempre he sido una más del grupo.” (Almudena: eint-micr)

Si además, las personas con las que se sale al medio natural están dentro del mismo círculo social y familiar, las dificultades derivadas del recelo de padres de cara a que salgan sus hijas se ven mermadas como citó uno de los entrevistados de más edad refiriéndose a sus comienzos.

“Las chicas no tenían problemas para salir porque cuando salían a la montaña, el entorno de la persona que salía eran próximos a todos. Yo conocía a los padres de con los que salía y los padres de la gente me conocían a mí. Algunos eran hermanos. Yo he salido en grupos que las chicas eran hermanas de amigos míos, y escalaban con nosotros. Estaba un entramado más social desde el punto de vista de que las familias se conocían, Yo me he ido muchas veces a Pirineos, con un grupo donde las chicas eran hermanas de algunos que venían, o eran amigas de las amigas o hermanas de algunos en concreto. (...) Más o menos se confiaba que la gente con la que iba eran personas... bueno, de aquella manera, y entonces no había problemas. Bueno, igual alguna tenía necesidad de mentir, y después también había chicas que tenían novio, digamos los tempraneros y se llevaban a la novia también a la montaña. Los padres de la chica no me conocían a mí, pero conocían al novio y confiaban. Esa era la forma de irse.” (Juan: eint-micrg)

En este caso, el formar un micro grupo puede ser más sencillo para las mujeres que para los hombres, de hecho es una solución más citada por las mujeres.

“Yo creo que si eres chica y buscas chicas para salir es más fácil por que como son menos digo yo que harán piña y se ayudarán entre ellas.” (Pedro: eint-micr)

PRESENTACIÓN DE LOS RESULTADOS

Como se expuso al comenzar este análisis, no es incompatible practicar AFDMN en un pequeño círculo social y por otro lado tener a las amistades de toda la vida, aunque es evidente que el salir al medio natural quita tiempo de ocio que dedicar a las amistades de toda la vida.

Otra solución similar a la de integrarse en un pequeño grupo de práctica es la de salir de la mano de personas con una mayor experiencia, lo que pondrá al alcance de practicantes noveles una serie de actividades más restrictivas.

“Yo creo que para disfrutar a tope con estas actividades tienes que ir con gente entendida con quien realmente puedes... no disfrutar más, sino paliar el peligro que conlleva hacer determinadas actividades. Si fuese con una persona que lo conoce iría totalmente convencido, pero sin conocerlo tendría que molestarme en buscar un montón de información para ponerme al día para hacer estas actividades.” (Marcos: eint-amig)

PRESENTACIÓN DE LOS RESULTADOS

Siete de cada diez personas entrevistadas, hombres y mujeres, han hecho alguna alusión a la importancia de acercarse a personas afines para solucionar muchos de los problemas que aparecen a la hora de salir al medio natural; ésta es junto con la de integrarse en un micro grupo, la solución más empleada por las personas entrevistadas. Respecto a las diferencias de género, se ha encontrado un mayor número de alusiones a esta solución por parte de los varones, por lo que cabría pensar que ésta es una solución más adoptada por ellos.

Salir con alguien con más experiencia va a permitir solucionar gran cantidad de problemas, entre los que destacan los siguientes: hacer actividades desconocidas, paliar la falta de conocimientos técnicos, sentirse más seguros y disminuir los riesgos, tener compañía y transporte.

Los problemas derivados del desconocimiento de la actividad se resuelven fácilmente al integrarse entre personas dispuestas a compartir sus experiencias.

“El hecho de hacer INEF me ha hecho conocer personas que tienen esas aficiones afines a mí, además de otras aficiones relacionadas que yo no conocía y me las han descubierto. Por ejemplo esas actividades que no conocía como la espeleología, el descenso de cañones, pues gente con inquietudes y con ganas de tener un grupo de personas que les gustara salir. Eso ha sido clave.” (Lucas: prac-cafd)

Las limitaciones técnicas de las personas que están comenzando a realizar una determinada AFDMN se palian también si se va acompañado de personas con dichos conocimientos.

“¿Cómo lo he superado? Pues quizás por el ánimo influido por la gente que me ha acompañado, que ha dicho “Pues vamos a escalar” Yo no soy escalador y por ejemplo me han llegado a subir a zonas por donde no habría podido subir en la vida, ahí por ejemplo sí que me he sentido arropado.” (Lucas: einter-amig)

“Yo seguí escalando porque ese chico era escalador, y eso te abre muchas puertas para seguir escalando en vías mucho más difíciles. Yo sola teniendo ese nivel no hubiera podido meterme en eso fregaos.” (Pilar: einter-par)

PRESENTACIÓN DE LOS RESULTADOS

La falta de iniciativa y de seguridad en uno mismo es un aspecto de la personalidad del individuo que limita mucho su práctica de actividades. Salir con personas más lanzadas puede servir para solucionar esta limitación.

“Yo por ejemplo soy mucho más precavida. Casi todos mis amigos con los que hago deporte son chicos. Yo voy porque muchas veces digo “Os sigo”; y no es que sea cobarde, simplemente no me sale decir “Tírate para allá. En el grupo de alto nivel la relación numérica hombres mujeres se iguala, entonces eso genera... Ahí las tías siguen la iniciativa de los tíos. Nadie lo hace conscientemente. A mi también me ha pasado a nivel personal. Yo veo que mis amigos tiran... yo también voy.” (Pilar: dif-psic)

Por último, los problemas de transporte, típicos de las primeras etapas de práctica de AFDMN también pueden ser eliminados saliendo con personas con vehículo y dispuestas a compartir este.

“Tu puedes tener muchas ganas de hacer cosas pero ni sabes ni puedes; es porque otra gente tira de ti. Dicen: “¿A ti te gusta escalar? Venga, pues vámonos un día a Riglos; vámonos un día al Peñón.” Y esta gente te lleva, Tú vas allí con tus cuatro chismes, tus cuatro duros, y esta gente coge el coche y te lleva. Siempre hay personas. Lo que pasa es que claro, también son gente que le apetezca ir con alguien que está aprendiendo. Y lo llevas bien si te juntas con esa gente. Claro.” (Fátima: eint-amig)

En definitiva, salir de la mano de personas con más experiencia es la solución interpersonal ideal para gran parte de los problemas que sobretodo influyen en las primeras etapas de práctica de AFDMN. Otra solución similar es la de concentrar toda esta ayuda en una única persona, la pareja sentimental, solución que se expondrá a continuación.

En el comienzo de este apartado ya se trató de la cuestión de la importancia de la pareja. Al igual que se pueden ajustar el trabajo, la familia, el lugar de residencia, también se puede acomodar el tipo de relación de pareja, de modo que ésta no suponga un impedimento para salir al medio natural sino una ayuda.

PRESENTACIÓN DE LOS RESULTADOS

Más de la mitad de las personas entrevistadas hablaron de la importancia que tenía la pareja para posibilitar su práctica de AFDMN, constituyendo esta estrategia la tercera más citada y con un mayor número de alusiones de mujeres que de hombres, existiendo por tanto importantes diferencias de género.

Para que la práctica de AFDMN sea posible, debe existir un apoyo del otro, y debe haber cierta independencia que posibilite el que cada cual pueda en ocasiones salir al medio natural por su cuenta para hacer actividades acorde con su nivel.

“La pareja es bastante importante. Yo estoy segura de que he seguido haciendo montaña, haciendo deporte, viniendo aquí al gimnasio; porque yo vuelvo a mi casa todos los días a las nueve y pico. No todos los maridos, de verdad, o sea, que te estén todo el día bombardeando con que no está la cena, que no está tal o no se que. Eso también es muy importante.” (Almudena: par-imp)

“Entonces es un equilibrio que tienes que tener. Un día nos vamos este fin de semana por ahí y el fin de semana que viene me voy yo. Y después que la mujer te lo consienta, porque hay mujeres que te lo consienten y mujeres que no. Siempre hay unas posibilidades de equilibrio. Siempre que no fuerces las cosas hasta el límite puedes irte. Y lo que dicen mis colegas, una de cal y otra de arena.” (Juan: eestr-mod)

Viendo esta cuestión desde una perspectiva de género, cuando se analizó la cuestión de la pareja como dificultad, se observó que a las mujeres practicantes habituales les resulta más difícil mantener una relación con alguien que no salga al medio natural que a los hombres, aunque no resulta incompatible dicha relación, siempre y cuando exista dicho apoyo. Es innegable tras analizar el contenido y el discurso, que las mujeres deben hacer más renunciaciones que el hombre si quieren practicar de manera habitual AFDMN.

“Yo he tenido parejas que no escalaban y lo que pasa es que cuando algo te obsesiona tienes dedicación absoluta. Te dice “Tía, parece que si no escalas no eres feliz.” Pues bueno, necesito escalar, hacer montaña, y esa persona te acompaña y se cansa igual, y no es incompatible salir al monte y salir con alguien que escala.” (Fátima: par-imp)

PRESENTACIÓN DE LOS RESULTADOS

Aunque a mayor distancia de la pareja, el juntarse a amistades fuertes y el integrarse en pequeños grupos, las personas entrevistadas también hicieron alusión a otras estrategias interpersonales como salir con clubes o grupos organizados, buscar la ayuda de los padres o las abuelas, ocultar los planes a las personas, aislarse o renunciar a salir con amistades para salir con conocidos, consiguiendo con ello superar ciertas dificultades, como se muestra a continuación.

Si el salir de la mano de la pareja fue una estrategia de alta utilización por la población femenina, el ocultamiento de planes, actividades, material como estrategia en casa y en el trabajo resultó ser también un modo de evitación de problemas sólo citado por mujeres.

La ocultación de información para esquivar dificultades como el que dirán las personas de casa o allegados, o el trabajo, o la reticencia de los padres en el caso de las personas jóvenes, es un modo de evitar este tipo de problemas. En las entrevistas en profundidad se podría diferenciar el ocultamiento de las primeras etapas para evitar problemas con los padres del ocultamiento en edades adultas para evitar problemas en el trabajo o simplemente por ahorrarse críticas y el tener que seguir dando explicaciones.

“Porque no quiero dar explicaciones. Es que me he pasado toda la vida dando explicaciones; dando explicaciones de lo maravilloso que es la montaña, intentando convencer a la gente de por que hacia yo montaña y entonces, ya... Yo creo que ha llegado el momento que no, que ya no, porque digo no.” (Almudena: eint-ocult)

En el caso de la población joven donde existe cierta dependencia de los progenitores, es a éstos a quienes deben darse más explicaciones para obtener permiso para realizar las primeras salidas. En el caso de personas poco predispuestas a ceder frente a hijos o hijas resueltas a salir a pesar de todo, siempre queda la opción de ocultar planes o mentir.

PRESENTACIÓN DE LOS RESULTADOS

“Con la edad que teníamos, 17 años, era el problema de la familia. Porque muchas veces salíamos a la montaña cuando teníamos que ir al instituto... apañábamos historias, si el puente duraba 5 días pues duraba 7. Ese era un gran problema.” (Pablo: eestr-carac)

“A mis padres les daba miedo, pensaban en el riesgo, que te puedes caer, que si vas a tener un accidente... Hasta que ya vieron que no podían con ello y que me daba igual y encima era peor porque muchas veces tenía que mentirles y al final se enteraban igual.” (Fátima: eint-ocul)

Las razones para el ocultamiento van evolucionando con el ciclo vital como es el caso de la llegada de los hijos. Al hablar de los problemas del que dirán, se comentó que las mujeres se veían más limitadas en este sentido, especialmente con hijos recién nacidos. La solución de esconder las intenciones al círculo de amistades o familiares no relacionados con el medio natural ha sido citada por la mujer entrevistada madre de una hija.

“Yo te digo que tenía que esconder el material de montaña. Yo cuando me fui al Cervino lo tuve que ocultar. Pero yo me fui un mes al Pico Lenin y tuve que, tuve que engañarles; tuve que mentir, que estaba preparando no se que y ya cuando me fui y ya si le preguntaron a mi marido “¿Pero donde está?” Digo “No, En Rusia” “Pero bueno, con una hija... ¿Pero cómo es eso posible?” Y no se que. Y si. El pobre aguantó bastante, bastantes críticas.” (Almudena: eint-ocul)

El problema del que dirán es especialmente importante en el ámbito laboral, por lo que la solución de ocultar lo que se hace sí ha sido y es utilizada por una de las mujeres entrevistadas.

“Si tú no haces nada de deporte y vas un día malilla que te duele la cabeza es normal. Pero si tú llegas al trabajo diciendo que te duele la cabeza y estás enferma te dicen “Si no te hubieras ido al Pirineo no estarías hoy enferma” No es la primera ve que me lo han dicho. Vaya, entonces aprendes a no decir que yo me iba a hacer deporte, o sea a ocultarlo en mi trabajo.” (Almudena: eint-ocul)

PRESENTACIÓN DE LOS RESULTADOS

Otra forma de superar los problemas, sobre todo aquellos derivados de encontrar personas con quien salir es integrarse en un club. Esto es especialmente importante en un sector como este, fuera del estándar del deporte convencional donde el camino no está tan abierto como en otras actividades.

“(...) cuando veo hablar a mi padre en casa y cuando lo veo aquí (refiriéndose al club) es diferente, porque aquí dice tío, o chachi o guay. Pero en mi casa no, y como que me descoloco un poco. Se me hace un poco raro ver a mi padre con sus amigos del Club.” (Amparo: eint-club)

La solución de acceder a las AFDMN de la mano de un club ha sido más citada por las mujeres que por los hombres. La integración en un club implica una práctica “arropada” frente a la práctica individual, siendo esta última opción preferida por los hombres.

El club, además de compañeros/as de práctica, puede proporcionar cursos. El hacer cursos como solución a los problemas derivados de la falta de conocimientos es más citado por las mujeres que por los hombres. Las dos únicas alusiones directas a esta cuestión provienen de entrevistas a mujeres, mientras que los hombres entrevistados no mencionaron esta solución.

“...llegó un momento en que me quedé sola. Por conocer a otro grupo de gente. Y pues probé la escalada, me apunte a la Federación Madrileña de Montaña y ahí hice un cursillo de escalada y conocí a un grupo de personas.” (Pilar: eint-curso)

El salir de la mano de clubes a través de actividades organizadas responde a razones entre las que según cada persona se encuentra la comodidad, la seguridad garantizada, el establecimiento de relaciones sociales, y la solución a la falta de impulsividad.

PRESENTACIÓN DE LOS RESULTADOS

El participar en actividades organizadas, supone una comodidad hacia quienes participan en el sentido de que ya está todo preparado de forma que éstos no tengan que tomar decisiones sobre las características técnicas de la actividad.

“Me dicen:”No se como te enteras con el mapa y tal” y yo les digo “Pues es muy fácil, apúntate a un curso de orientación.” “No, no bueno, yo es que no puedo y tal.” Las que quieren aprender son una proporción muy pequeña.”
(Pilar: eint-club)

El desarrollar estas actividades tipo “todo incluido” tiene como principal inconveniente el hecho de que las personas son llevadas y en algún momento dado pueden sentir cortada su iniciativa para modificar aspectos de la actividad como la ruta, el ritmo etc. No obstante, los conocimientos técnicos de quienes participan no les permiten actuar de modo autónomo y en estas actividades suele buscarse el simple contacto con la naturaleza y la interacción social más allá de objetivos de índole más deportiva que tradicionalmente han sido acogidos mejor por el varón.

Participar en actividades organizadas implica evidentemente una eliminación total de la incertidumbre, muy escaso grado de exposición a peligros objetivos, y la reducción de riesgos derivados de errores humanos que difícilmente cometerá un guía de estas actividades. Se trata de que el participante esté seguro, pero también de que se sienta seguro.

“Es la seguridad. Yo creo que a las de menor nivel el grupo, más que disfrute les da seguridad. Ellas no van buscando aventura, no van buscando el riesgo, no van buscando el “-Yo tiro más deprisa que tú”. Es gente que se siente más insegura en el campo y prefiere que la guíen.” (Pilar: ent-org)

Similar a la solución de integrarse en un club, otro modo de superar dificultades es el de apuntarse a agencias que organicen estas actividades. Opción que aumenta la comodidad y la reducción de riesgos, a cambio de aumentar el rol pasivo del participante.

PRESENTACIÓN DE LOS RESULTADOS

Como se vio ya en los cuestionarios, un factor motivacional importante para el hombre es asumir riesgos mientras que en el caso de las mujeres son las relaciones sociales. Este hecho es conocido por las agencias del sector que logran satisfacer las necesidades sociales de un grupo de edad donde el entorno social se encuentra tradicionalmente reducido.

“Donde yo trabajo es una agencia de viajes que se dedica a organizar excursiones de senderismo pero también hace una labor social. Más que enfocado al deporte y entrenamiento está enfocado a que la gente se socialice. (...). También ten en cuenta que los hombres de esas edades no salen casi nunca al campo porque se quedan viendo fútbol, los hombres en esa edad no suelen salir tanto al monte. Son menos sociables los hombres de 40 para arriba.” (Pilar: ent-org)

Alguna de estas agencias, que comenzaron desarrollando actividades de senderismo, ahora ofrece a sus clientes un programa de actividades en las que los paseos para conocer entornos naturales, se combina con una oferta de actividades de tipo cultural como visitas culturales a pueblos y ciudades que ya nada tienen que ver con las AFDMN.

Tanto el club como la agencia permiten el establecimiento de relaciones sociales que en principio no son las de personas con las que la relación de amistad no sea tan fuerte como con la de las amistades de toda la vida. Otra solución, empleada habitualmente por personas de nivel de práctica medio y alto, es la de salir con conocidos más que amistades. Esto depende del carácter de cada persona y de la motivación, pero en general, al adoptar esta solución se echa de menos la amistad que había antes, como se señaló al principio de este análisis.

“Para mi la amistad potente es lo que teníamos con 15 hasta 18 años. La amistad se va cogiendo a lo largo de los años y con experiencia. (...) Ahora tengo otro tipo de amistad, una amistad que tiene algo de interés “Yo quiero escalar esta montaña; tú quieres escalar esta montaña, pues vamos los dos y lo hacemos.” Ahí tienes un objetivo común. Hay una amistad porque si no, no irías, pero es diferente.” (Pablo: eint-conoc)

PRESENTACIÓN DE LOS RESULTADOS

A grandes rasgos, se apreciaba una prioridad en las soluciones de tipo interpersonal, en consonancia con el papel predominante de las dificultades de tipo interpersonal. Se apreciaban diferencias de género a favor de las mujeres en la adopción de soluciones de tipo interpersonal como el buscar integrarse en pequeños grupos o clubes, salir junto con la pareja y ocultar los planes. Las mujeres parecen, por tanto haber sacado más partido a las soluciones interpersonales como respuesta a este tipo de problemas.

Estrategias intrapersonales

El último grupo de soluciones a los problemas que limitan la práctica de AFDMN que se desarrollará, es el de las estrategias de tipo interno. Estas estrategias comprenderán modificaciones y planteamientos a nivel psicológico con los que quienes salen al medio natural superan ciertas dificultades y requieren una buena dosis de motivación intrínseca.

Las dos soluciones de tipo intrapersonal más citadas fueron el no hacer caso a las dificultades, opción empleada en algún momento por la mitad de las personas entrevistadas y el salir teniendo en cuenta los problemas pero sin estar condicionado por ellos, opción también empleada por cerca de la mitad de las personas entrevistadas, sin que apareciesen apenas diferencias de género.

Con respecto a ignorar las dificultades. Algunos problemas se prestan a ser ignorados como modo de superación, como las del que dirán, de especial incidencia en mujeres o la necesidad de quedar bien. No dar importancia a esta dificultad es más sencillo cuanto mayor es la edad.

“Yo iba a hacer lo mío y ya está, y lo que me dijeran pues nada. Yo pasaba. Yo ahora, aparte de que yo paso de muchísimas cosas, yo creo que ya estoy un poco... que es lo bueno de cumplir años, que te puedes permitir muchísimos lujos, yo paso de esto.” (Almudena: eintr-ign)

PRESENTACIÓN DE LOS RESULTADOS

“También es importante la edad que tengo. Se nota que tengo 36 años. Y cuanto más pasa el tiempo tu cuerpo te pide cosas diferentes. Según vas madurando emocionalmente te va pidiendo. Cuando tienes 26 años te va pidiendo salir más. Ahora te quedas con lo que más te hace feliz y ya está. Ni tengo que demostrar a mis amigas lo marchosa que soy ni quiero; así que el tiempo libre lo utilizo para cosas que me gustan y, ¿Qué es lo que me gusta? Ir al monte.” (Pilar: eintr-ign)

Por lo que se ha visto continuadamente, conforme va aumentando la vinculación con las AFDMN, la percepción de las dificultades va disminuyendo. Ciertamente, gran parte de los problemas que deben superarse para salir al medio natural, como los económicos, la falta de transporte, el conocer a otras personas con quien salir, la falta de material o de experiencia... van desapareciendo con el tiempo, con lo que el no hacer caso a estos problemas y seguir saliendo puede ser una forma lógica de superarlos.

“Tú por tu cuenta todavía no; es pronto. Tienes que pasar un tiempo para tener independencia económica, de coche, de aquí...” (Fátima: eintr-res)

Entre los problemas que suelen desaparecer con el tiempo están las lesiones, las cuales evidentemente no pueden ser ignoradas, pero si asumidas con resignación junto con su tratamiento, a la espera de tiempos mejores.

“Y en cuanto a lesiones, pues gastarme un pastón en masajistas, quiroprácticos, antiinflamatorios, aguantar los dolores...” (Pilar: eintr-res)

Otras cuestiones como los compromisos laborales son difícilmente evitables para la mayor parte de la población, ante lo cual sólo cabe resignarse.

“En cuanto a trabajo pues aguantarte y dejar de hacer cosas que estoy como loca pues tengo que comer y el trabajo es el trabajo.” (Pilar: eintr-res)

PRESENTACIÓN DE LOS RESULTADOS

Dentro del ignorar las dificultades, se encontrarían buena parte de los recursos psicológicos utilizados en alto rendimiento para superar los momentos duros que aparecen en esta modalidad de práctica.

“Tú muchas veces estás en la montaña y no quieres estar en la montaña. Tú estás colgado durmiendo por ahí a 30 bajo cero y hay veces que tu cuerpo te dice “¿Qué haces aquí? Vámonos”. Esto son complicaciones ya propias, que te tienes que trabajar ya tú. Hay gente que lo asume y le gusta y dice: “Voy a trabajar”. Ya tienes una experiencia y dices: “Esto se va a pasar. Va a salir el sol y mañana por tanto... Hay gente que no pasa ese paso. Pasa una noche de perros y dice “Hasta aquí hemos llegado, yo me dedico a darme paseos, que es lo que me gusta y ya está.” (Pablo: eintr-cab)

Otra opción similar es la de tener en cuenta las dificultades, pero actuar como si éstas no estuviesen ahí, enfrentándose a ellas a un nivel interno. Un cierto grado de obstinación y una fuerte personalidad puede permitir superar ciertas dificultades de tipo interpersonal entre las que están las reticencias familiares y el que dirán.

“Hay que ser un poquito más mayor y cabezota para convencer a tus padres de que no te vas a matar y tienes que apuntarte a un cursillo y encuentra gente. Es buscarte la vida por tu cuenta.” (Fátima: eintr-cab)
“(...) el tema de la familia, rompiendo con la tradición y los estereotipos; rompes con ello o estás sometido a lo que te dicta la gente. O lo rompes y te posicionas en una postura o te dejas arrastrar por los demás. No podrías salir, estaríamos todos celebrando la nochevieja en discotecas y demás.” (Lucas: eintr-cab)

La solución de la cabezonería para romper los recelos parentales es igualmente válida para los chicos que para las chicas, pero la tendencia de algunos padres a sobreproteger a la chicas hace que en el caso de estas, su empleo sea en ocasiones menos exitoso que en los chicos.

Otra solución a los problemas puede ser invertir más dinero en la práctica. Con dinero se pueden eliminar prácticamente todas las dificultades estructurales y parte de las interpersonales: es posible contratar a un guía, una agencia, comprar material, hacer cursos, transportarse, apuntarse a un centro de entrenamiento, etc.

PRESENTACIÓN DE LOS RESULTADOS

Para ello es necesario varias cosas: tener dicho dinero, no tener otras responsabilidades a las que destinar dicho dinero y una motivación lo suficientemente alta como para gastarlo en este ocio sin que aparezca posteriormente sentimiento de culpa.

Otra forma de ahorro es alquilar el material; y dentro del ámbito del rendimiento, la búsqueda de patrocinios. Las dificultades derivadas de la falta de material pueden ser también superadas consiguiendo éste prestado a través de amistades, casas de la juventud, clubes de montaña etc. Esta solución es típicamente empleada por personas que se están iniciando y todavía no poseen su propio material, aunque requiere un conocimiento previo de las posibilidades de conseguirlo. Como siempre, la motivación es necesaria para ello.

“Antes si que había hecho montaña, pero actividades en las que se necesita este tipo de material pues no lo hice, de hecho empecé a hacerlo porque uno me prestaba no se qué, alquilábamos en casas de fianza donde se podía coger material, etc. Y hasta hace poco no he tenido mi propio material específico para hacer cositas de alpinismo, montañismo...” (Lucas: eintr-ahorr)

Las estrategias de tipo estructural han sido poco mencionadas si se comparan éstas con los otros tipos de soluciones. De este tipo de estrategias han destacado dos similares sin que apareciesen diferencias de género significativas: la de salir sin llegar a plantearse los problemas y la de salir a pesar de haberse planteado dichos problemas.

En estos últimos apartados del análisis de las entrevistas en profundidad ha quedado patente la gran variedad de soluciones a las diferentes dificultades que limitan la práctica de AFDMN, siendo en cualquier caso requisito previo para activar dichas estrategias un buen grado de motivación, como se expondrá a continuación en la discusión de estos resultados.

PRESENTACIÓN DE LOS RESULTADOS

CAPÍTULO 5
ANÁLISIS DE LOS RESULTADOS.
DISCUSIÓN Y TRIANGULACIÓN

5 AN RESULT: DISCUS Y TRIANG

CAPÍTULO 5 DISCUSIÓN Y TRIANGULACIÓN

Una vez obtenidos los resultados de los tres instrumentos aplicados, en este apartado se procede a la discusión de estos, se contrastan los resultados obtenidos a través de las diferentes técnicas con la bibliografía existente, interpretándose y finalizando con su triangulación. Por medio de ésta se relacionarán y confrontarán los datos provenientes de las aproximaciones cuantitativa y cualitativa de esta tesis.

1 DISCUS RESULT OBTENIDOS MED

CUESTIONARIO

1. DISCUSIÓN DE LOS RESULTADOS OBTENIDOS MEDIANTE CUESTIONARIO

La primera reflexión que debe estar presente al repasar los datos obtenidos a través de los cuestionarios es la misma que Woodward et al. (1989) realizan cuando señalan que aunque hábitos de hombres y mujeres puedan ser similares en base a datos cuantitativos, en muchas ocasiones, la naturaleza y significado de estas experiencias resultan diferentes en cada sexo.

1.1. PRÁCTICA DE ACTIVIDAD FÍSICO DEPORTIVA

La reflexión de Woodward es especialmente interesante con la población universitaria estudiante de CAFD. Dada la existencia de pruebas de acceso a estos estudios, las mujeres que desean (y consiguen) acceder a ellos ya han superado en cierta medida algunas de las dificultades de género sobre práctica de AFD que restringen, de un modo

ANÁLISIS DE LOS RESULTADOS: DISCUSIÓN Y TRIANGULACIÓN

antecedente, la práctica deportiva femenina; no obstante, el desequilibrio en cuanto a sexos de personas matriculadas en esta carrera es por si solo un dato que muestra la actual vigencia de los estereotipos de género que condiciona la práctica deportiva de las mujeres, estereotipos que siguen estando presentes en la sociedad.

Debe recordarse que Blasco et al. (1996) detectaron diferencias de género en la práctica de actividades deportivas en general dentro de estudiantes universitarios, diferencias se han encontrado, aunque en menor medida, entre quienes estudian CAFD, por lo que queda claro que la extrapolación de estos resultados a otros colectivos debe hacerse con reservas, ya que éste es un colectivo con características especiales.

Frecuencia de práctica de actividad física deportiva

Si estudios con población universitaria como los de Blasco y sus colaboradores (1996) han coincidido en señalar que el comienzo de una carrera universitaria provoca una disminución de los niveles de AFD anteriores, esto no sucede en el caso de la licenciatura de CAFD, donde el porcentaje de alumnado practicante de algún tipo de AFD al margen de la realizada en la carrera es muy alto (90%), lo cual no es de extrañar si se tiene en cuenta que este colectivo tiene una alta afinidad por las AFD y que de hecho, ha tenido que pasar unas pruebas físicas para acceder a estos estudios.

La diferencia de género más destacada en cuanto a práctica de AFD fue que las mujeres practican un 10% menos que sus compañeros, siendo esta diferencia de género estadísticamente significativa; pese a este dato, las diferencias no llegan a las encontradas en otros universitarios por París (1996) que observó como la práctica deportiva universitaria masculina triplicaba a la femenina. La frecuencia de práctica deportiva general del alumnado de CAFD es por tanto elevada y está menos influenciada por los estereotipos de género vigentes en el resto de la sociedad, donde las diferencias son mayores.

Pese a esta alta participación deportiva fuera de la universidad por parte del colectivo estudiado, debe tenerse en cuenta que un 9% del alumnado de CAFD no practica ningún tipo de actividad física fuera de las clases y que un 18% realizan deporte con frecuencias menores a tres veces por semana, lo cual significa que casi tres de cada cuatro estudiantes de CAFD no llegan al mínimo de tres sesiones semanales, consideradas tradicionalmente como mínimo para mantener un aceptable estado de salud.

Los datos expuestos no quieren decir que parte del alumnado estudiado sea sedentario o no realice estas tres sesiones, ya que a los valores registrados en los cuestionarios, habría que añadir la práctica que estas personas realizan en sus clases, la cual, sobretodo en los primeros años de carrera, no es nada despreciable.

Tipo de actividad físico deportiva practicada

Se observó un predominio de los deportes individuales sobre los colectivos en el alumnado de CAFD en general, aunque en el caso de las alumnas se detectó una tendencia a practicar deportes colectivos ligeramente superior a la de los hombres. Las explicaciones a esto pueden ser dos: o la mayor importancia que dan ellas a las motivaciones de tipo social para practicar AFD, como se vio en el marco teórico (Henderson et al. 1989) o en los análisis de los cuestionarios, o a la facilidad que pueden presentar los deportes de equipo (altamente organizados institucionalmente) a la hora de practicarlos con relación a deportes individuales menos institucionalizados.

Respeto a los deportes más practicados, aunque el fútbol resultó ser la actividad más realizada regularmente por hombres y mujeres, éstas últimas diversifican su práctica de actividades deportivas más que los hombres, ya que el gran salto que hay entre fútbol y la segunda actividad

en el caso de los hombres no lo es tanto en las mujeres. El fútbol, por tanto, puede considerarse como un deporte más propio de chicos, aunque las mujeres estudiantes de CAFD también lo practiquen regularmente.

Tanto hombres como mujeres señalan al fútbol como el deporte más practicado regularmente; no obstante, la diferencia de 30 puntos en porcentajes entre sexos respecto a esta actividad muestra unas importantes diferencias de género en este sentido. El fútbol, la musculación y las visitas al gimnasio son actividades realizadas más frecuentemente por los alumnos, mientras que las alumnas practican mayoritariamente actividades más femeninas como son la natación y el aeróbic.

Conforme disminuye la frecuencia de práctica de AFD, se observa un menor interés del fútbol por parte de las mujeres, ya que en el grupo de practicantes esporádicos, mientras el fútbol sigue siendo la actividad más practicada por los chicos, en el caso de las mujeres, esta actividad baja al cuarto puesto, quedando por debajo de la natación, el baile y el baloncesto. Mientras que en participantes vacacionales, el fútbol desaparece de la lista de los 20 más practicados, tanto en hombres como en mujeres.

1.2. PRÁCTICA DE ACTIVIDAD FÍSICO DEPORTIVA EN EL MEDIO NATURAL

La existencia de diferencias de género en práctica absoluta de AFD, mientras que en cuanto a AFDMN no aparecieron esas diferencias ni en términos absolutos ni en frecuencia, muestra como las mujeres se incorporan más a este tipo de práctica que en AFD general y que cuando lo hacen, éstas siguen las mismas pautas de regularidad que los hombres.

Resulta relevante el hecho de que al preguntar sobre práctica deportiva en general, la población encuestada no mencionase AFDMN que sí aparecieron después con profusión. En el caso de las 20 actividades más practicadas vacacionalmente, el cuadro de AFD en general no pudo completarse, mientras que al pedirles que citasen AFDMN este cuadro se llenó completamente.

Los estudiantes de CAFD tienen todavía el concepto tradicional de deporte como competición y consideran las AFDMN como actividades “menos deportivas” que las otras; de hecho, la casi totalidad de muestra define su práctica de AFDMN como recreativa, no como rendimiento. Teniendo en cuenta que la mayor parte de la población española tiene un concepto abierto de deporte, como observó García Ferrando en sus encuestas 1995 (1997), 2000 (2001) y 2005 (2006), el alumnado de CAFD difiere de la población general en este sentido.

Pero el concepto de deporte que tiene el alumnado de CAFD no es el único que hay que considerar. Como se expuso en el apartado de metodología – recodificación de variables, ya desde el comienzo de la codificación de los cuestionarios, se pudo observar el hecho de que no todo el alumnado de CAFD tiene el mismo concepto de AFDMN, siendo un hecho habitual el confundir AFDMN con deportes al aire libre como por ejemplo voley playa o correr en el campo (refiriéndose al parque de la Casa de Campo en el INEF de Madrid, como pudo comprobarse en el grupo de discusión).

Las respuestas del alumnado encuestado acerca de su práctica de AFDMN correspondieron pues a la práctica auto percibida, el problema que se presentó es que las respuestas no siempre correspondieron a una definición operativa de lo que son las AFDMN, siendo cada persona la que aplicó su idea particular sobre lo que implica para ella hacer estas actividades, pudiendo en algunos casos ajustarse esa idea a lo que se entiende en esta tesis por AFDMN y en otros casos ser atribuida a cualquier tipo de actividad que implicase un trabajo al exterior.

Fue necesario un importante trabajo de depuración de las respuestas por la elevada práctica de AFDMN auto percibida. Esto tiene dos explicaciones: además de la lógica diversidad de concepciones de lo que se entiende por AFD en la naturaleza, una posible explicación a esta afirmación de “*Yo practico AFDMN*” podría estar en la buena imagen que tienen estas actividades y el deseo de contestar lo políticamente correcto en los cuestionarios. Ciertamente, el concepto AFDMN sigue siendo difuso, como afirma García Ferrando (2007).

Frecuencia de práctica de actividades físico deportivas en el medio natural

Las alumnas practicantes regulares de AFDMN concentran su práctica de estas actividades en mayor proporción que los hombres; esta diferencia de género no aparece en el colectivo de practicantes vacacionales donde las AFDMN más practicadas están más repartidas.

Tras un filtrado de las respuestas de los cuestionarios para que la AFDMN expresada sea la considerada correcta desde esta tesis, se ha observado como el 56% de quienes estudian CAFD practican algún tipo de AFDMN, lo cual está por encima de los resultados obtenidos en los años 85, 90 y 95 por García Ferrando (1991 y 1997), que mide en sus encuestas el porcentaje de población que afirma “Salir al campo”. Estos mejores datos son debidos a que esta es una población joven y estudiante de CAFD, lo que les presupone más interesados por la AFD en general y en el medio natural en particular.

En cuanto a frecuencias y práctica general de AFD y AFDMN, se observa como tampoco hay diferencias de género significativas, cuando estas diferencias sí aparecen en los estudios de García Ferrando mencionados. La tradicional presencia menos numerosa de mujeres en el medio natural no se da por tanto entre quienes estudian de CAFD, siendo esto debido a la confluencia de las siguientes causas:

- Son personas más jóvenes de la media de los macroestudios citados.
- Ya han superado previamente algunos de los estereotipos de género antecedentes que restringen su práctica de AFD.
- Tienen un mayor interés por las AFD en general y en el MN en particular.
- Menores responsabilidades familiares y laborales que la población adulta general.
- Entorno social y académico que fomenta la práctica de AFD y AFDMN, como muestra el hecho de que las amistades sean con diferencia el modo más habitual de salir al medio natural.
- Tiempo libre disponible, sobretodo vacacional.

Tipo de actividad físico deportiva en el medio natural.

Comenzando por las diferencias de género, es de destacar el hecho de que en los colectivos de practicantes regulares y esporádicos, las mujeres practiquen senderismo en mayor proporción que los hombres. Dentro del colectivo de practicantes de AFDMN, el grupo que más practica estas actividades es el vacacional, lo cual guarda clara relación con el hecho de que el “aprovechar los periodos vacacionales” haya sido la estrategia de superación de dificultades más empleada. Este aprovechamiento es, en el caso de las mujeres, en forma de una mayor diversificación de las actividades

Se observa como dentro de la práctica regular de estas actividades. Las alumnas concentran su práctica en una menor cantidad de actividades que los hombres, constituyendo esto una importante diferencia de género que no se produce en la práctica vacacional.

Se observan diferencias de género en algunos de los tipos de actividades practicadas vacacionalmente como el senderismo y el esquí, más realizados en vacaciones por las mujeres. Los hombres citan actividades más “masculinas” como el alpinismo o la caza que no son mencionadas por las alumnas.

En la práctica vacacional de actividades en la naturaleza por parte del alumnado de CAFD, predominan las actividades de difícil accesibilidad (65%) frente a las de fácil accesibilidad, sin que existan diferencias de género en este sentido. No cabría esperar esta fuerte presencia de actividades de difícil accesibilidad, que requieren materiales costosos y preparación física y técnica en un grupo que no sale habitualmente al medio natural. La explicación está en que estas actividades incluyen deportes de temporada como el esquí, el piragüismo, snowboard, o barranquismo, deportes que no resultan fáciles de practicar fuera de las temporadas vacacionales. Estos deportes son por lo general caros, lo cual explica el que practicantes vacacionales den una alta puntuación a la estrategia de “Pagar mucho”.

Respecto al medio físico, el medio aéreo no aparece mencionado, ya que de 1.200 cuestionarios, sólo hubo una alusión al parapente con una frecuencia vacacional. Los porcentajes totales han sido 72% tierra o nieve, 18% agua y 0% aire, los cuales son relativamente similares a los encontrados en población general por García Ferrando (2001) que reveló una práctica terrestre del 76%, acuática del 16% y aérea del 5% o de su estudio de 2005 (García Ferrando, 2006). La nula presencia de deportes aéreos puede deberse al precio de esos deportes, asequibles para población general pero bastante más alejados del presupuesto de un estudiante.

Si no se detectaron diferencias de género en las frecuencias de práctica de AFD y AFDMN, siguen sin aparecer diferencias en los tipos de AFDMN según accesibilidad y medio físico. Los estereotipos de género, que podrían disuadir a las alumnas de practicar ciertas AFDMN no parecen tener efecto en el alumnado de CAFD al menos en la práctica o no de estas actividades, lo que indica la eficiente actuación de diferentes estrategias de superación de dificultades en el alumnado de CAFD. Queda una cierta duda acerca de si los estereotipos de género condicionan la posición que las mujeres adoptan al realizar estas actividades, lo cual quedó como objeto de estudio por parte de la aproximación cualitativa de esta tesis.

Tampoco aparecieron diferencias de este tipo en los planteamientos de práctica de AFDMN, donde existe un claro predominio de la recreación frente al rendimiento, no obstante, es de esperar que la progresiva deportivización del medio natural (raids, carreras de montaña...) haga que en el futuro, el planteamiento de rendimiento vaya ganando seguidores.

Posesión de licencia federativa

Se observó como sólo un 6% del alumnado practicante de AFDMN está federado en una federación de este tipo de actividades sin que haya diferencias de género estadísticamente significativas; estos resultados sobre posesión de licencias chocan con las encuestas de García Ferrando (1997) que muestran como el 30% de la población practicante de AFDMN está federada. Cabría esperar más porcentaje de federados al ser estudiantes de CAFD y esto no se produce, quizás por falta de concienciación, razones económicas o que simplemente, la mayoritaria práctica vacacional disuada de federarse.

Acompañamiento en la práctica de actividades físico deportivas en el medio natural

Llama la atención las fuertes diferencias de género encontradas con respecto a la práctica regular con la pareja, ya que mientras que uno de cada diez alumnas salen con esta, son cuatro de cada diez, las alumnas que salen con su compañero. En este sentido, la importancia de la pareja ha aparecido constantemente en todos los estudios revisados, como en el estudio del Gobierno de Aragón (1997) (cuestionarios y entrevistas en profundidad) y en las encuestas que Sánchez y Fernández (2004) pasaron en 2002 a alumnado de cursos de Monitor de Tiempo Libre de la CAM.

La cuestión de la importancia de la pareja es achacable a la desproporción en cuanto a sexos de participantes de AFDMN. Ya que una mujer practicante asidua de AFDMN tiene mayores probabilidades de encontrar pareja en su círculo de compañeros de práctica que las que tendría un hombre. Este hecho se acentúa más en estudiantes de CAFD, ya que el desequilibrio en cuanto a sexos es importante en las aulas.

Otra explicación a la cuestión de la pareja es que tradicionalmente, las mujeres han salido acompañadas por hombres al medio natural, aunque la mayor importancia de la pareja para las mujeres se debe también a una cuestión de motivaciones. Si las mujeres practican AFDMN por motivos afiliativos o relacionales (entre otros) en mayor proporción que los hombres (Henderson et al.1989), no es de extrañar que a la hora de salir al medio natural pueda primar en algunos casos el acompañar a la pareja sobre la propia actividad, mientras que los varones prioricen la actividad a sus acompañantes.

El modo de práctica mayoritariamente empleado por el alumnado estudiado para salir al medio natural es el de amistades (80%), lo cual coincide con lo encontrado por Sánchez y Fernández (2004) en alumnado de cursos de monitores de tiempo libre en Madrid que tienen una edad similar. A nivel general, resulta complicado encontrar amistades con quienes realizar estas actividades, sobretodo para hacer las actividades de difícil accesibilidad, ya que por su exigencia física y técnica y compromiso en algunos casos no pueden practicarse con cualquiera.

A pesar de las dificultades que entraña el integrarse en grupos, quienes estudian CAFD recurren frecuentemente a estas amistades

para salir, lo que muestra como este colectivo tiene especiales facilidades para encontrar dentro de las aulas a personas con intereses y capacidades afines, como queda de manifiesto cuando se presenten los resultados de las entrevistas en profundidad que incluyen licenciados/as en CAFD.

En contraste con esta facilidad para acceder a potenciales compañeros, la mayor frecuencia de práctica aumenta también la tendencia a salir sin compañía, que es un recurso empleado por una de cada cuatro personas que salen regularmente. Se encontró una mayor tendencia a salir solos por parte de los hombres.

El recurrir a una empresa deportiva para salir al medio natural no es común en el alumnado de CAFD, ya que este modo de práctica es el menos utilizado. Las razones pueden ser múltiples: coste económico, un buen grado de autosuficiencia derivado de la carrera, deseo de independencia o tener amistades que hagan la labor del guía de la empresa.

Se ha observado como las razones o motivos para salir al medio natural condicionan, además del modo y frecuencia de práctica, aspectos como la percepción de dificultades. En el apartado siguiente, se retoma la cuestión de los motivos para salir al medio natural, lo que sirve para observar, en que medida, los resultados contradicen o suscriben las hipótesis planteadas en esta tesis.

PARA PRACTICAR AFD EN EL MEDIO NATURAL

1.3. MOTIVOS PARA PRACTICAR ACTIVIDADES FÍSICO DEPORTIVAS EN EL MEDIO NATURAL

Al igual que sucedió con los datos de práctica de AFD y AFDMN, los resultados sobre motivación deben ser extrapolados con reservas a otros colectivos, ya que este grupo tiene una serie de condicionantes como la edad o la práctica de AFD que correspondería claramente con el grupo de “las deportistas” explicado en el estudio de la Diputación Territorial de Aragón (1997).

Las alumnas encuestadas señalan, en mayor medida que los alumnos, motivos de tipo social para salir al medio natural como “Estar con personas similares” o “Conocer a nuevas personas”. Las diferencias de género muestran como estos objetivos sociales son más importantes para las estudiantes de CAFD en general que para sus compañeros, lo que refuerza la hipótesis de que los motivos de tipo afiliativo o relacional son más importantes para ellas, en consonancia con los estudios de Henderson y otras autoras (1989), tal y como se expuso en el marco teórico. Otros autores españoles que ya han hablado anteriormente de motivaciones sociales femeninas hacia la AFD en general y que se ven corroborados por los datos obtenidos son Vázquez (1993) y Castillo y Balaguer (2001).

En este estudio se observa como la priorización de los objetivos de ocio afiliativo o relacional por parte de las alumnas de CAFD se da en frecuencias de práctica de AFDMN bajas. Esta predominancia de los objetivos sociales suele implicar un paso a segundo plano de los objetivos puramente deportivos, lo cual restringe en cierto modo la autonomía de estas practicantes con baja frecuencia al depender de otras personas, aunque esta búsqueda de autonomía fue precisamente la razón menos valorada por estas.

El hecho de que las alumnas de CAFD valoren el hacer ejercicio – salud en el medio natural en mayor medida que los hombres refuerza resultados de estudios como los de García Ferrando (1997, 1998 y 2000) y Vázquez (1993) que muestran como la salud es una motivación tradicionalmente señalada por las mujeres de cara a hacer AFD; en este sentido, el colectivo de estudiantes de CAFD no difiere con respecto a la población general.

Se observa como las amistades son el modo más habitual de salir al medio natural por parte del alumnado de CAFD, lo cual está en consonancia con el hecho de que la razón que más mueve a estas personas a salir al medio natural es el relacionarse con individuos similares.

También es comprensible que el segundo motivo, más importante para hacer AFDMN sea el de hacer deporte, ya que al ser estudiantes de CAFD es normal que valoren este aspecto saludable del deporte en general en mayor medida que lo haría la población general. El planteamiento predominante es el recreativo, lo cual concuerda con una visión saludable de las AFDMN y que las dos actividades más practicadas sean el andar y la bicicleta, actividades con un claro componente de mejora de la resistencia aeróbica.

A grandes rasgos, puede afirmarse como conforme aumenta la frecuencia de práctica, los alumnos valoran las dimensiones más “deportivas” de las AFDMN, mientras que las alumnas valoran el sentir el contacto con el medio natural. Esto confirma las teorías relacionadas con el eco feminismo dentro de una población altamente afín al deporte. Si las corrientes eco feministas parten de una especial vinculación entre mujeres y naturaleza, esta se da en algunas de las motivaciones de las alumnas encuestadas, como se desarrollará a continuación.

Siguiendo con la motivación, existen diferencias de género estadísticamente significativas a favor de las alumnas en el motivo de “Estar en contacto con la naturaleza” o “sentir el contacto con el medio natural”, lo cual refuerza las corrientes eco feministas que defienden una íntima conexión mujer – naturaleza y los resultados del estudio del gobierno de Aragón (1997) que señaló que el contacto con la naturaleza es una importante motivación para las mujeres que crece con la edad y aumenta con la frecuencia de práctica según los cuestionarios.

Las corrientes eco feministas no se ven apoyadas, en cambio cuando dentro de los colectivos de practicantes regulares o esporádicos no aparecen diferencias de género en la nostalgia mientras que en el resto de frecuencias de práctica, estas diferencias son a favor del hombre. Una posible explicación puede ser la edad, ya que como indicó el estudio de la Diputación Territorial de Aragón, las mujeres jóvenes (las “deportistas”), entre las que se encuentra la población encuestada aquí, no sienten estas cuestiones de un modo tan intenso como las mujeres más mayores (las “naturalistas”).

En las alumnas de CAFD, conforme aumenta la práctica de AFDMN, pierde importancia el potencial generador de nostalgia del medio natural, aunque gana importancia el sentir en contacto con el medio natural. motivo más importante para las alumnas como se ha expuesto.

El factor “Asumir riesgos” presenta diferencias de género a favor de los hombres practicantes de AFDMN ya que es más valorado por éstos que por las mujeres. En el caso del grupo de no practicantes, se observa como las alumnas valoran más el “Asumir riesgos” al igual que “Ponerse a prueba”, lo que muestra que la imagen que las mujeres no practicantes tienen de las AFDMN es más acorde con la tradicional imagen masculinizada de estas actividades. Esto puede ser la explicación de que el auto concepto sea uno de los factores de dificultades que presenta

mayores diferencias de género hacia las mujeres en general y estudiantes practicantes regulares y esporádicas de AFDMN en particular.

El “Asumir riesgos” en el medio natural es el equivalente a competir en el campo del deporte, siendo en estas actividades una competición contra el medio natural, lo cual apoya los resultados de estudios como los de García Ferrando (1998 y 2000), Blasco et al. (1996), Vázquez (1993) y Castillo y Balaguer (2001) que muestran que el deseo de competir es una motivación tradicionalmente masculina.

Las alumnas también se ven atraídas hacia las AFDMN por sus posibilidades de “ponerse a prueba” en mayor medida que los alumnos, lo cual es coherente con los resultados del trabajo de Pohl et al. (2000) que habla de la autosuficiencia como una de las principales motivaciones de las mujeres hacia la práctica de AFD en la naturaleza. El “ponerse a prueba” es también uno de los objetivos que persiguen los programas descritos por Mitten (1992), que en otros países se desarrollan con grupos de mujeres con el objetivo de mejorar la autoestima de estas. Dichos programas se desarrollan con grupos sin hombres para evitar que actitudes sobre protectoras de los hombres coarten la autonomía de ellas.

1.4. DIFICULTADES PERCIBIDAS PARA SALIR AL MEDIO NATURAL:

1.4. DIFICULTADES PERCIBIDAS PARA SALIR AL MEDIO NATURAL

La extrapolación de resultados sobre dificultades a otros colectivos debe hacerse con reservas, ya que esta población posee unos rasgos diferenciadores al ser estudiante de CAFD. Cabría esperar un aumento de la percepción de dificultades en la población general no estudiante de CAFD; este aumento de dificultades se daría fundamentalmente en los problemas de forma física e interpersonales, ya que el estudiante de CAFD tiene, en principio, una mejor condición física y más facilidades para encontrar compañeros de práctica.

Llama poderosamente la atención el hecho de que mientras la práctica de AFDMN va asociada a una menor percepción de dificultades en el caso de los hombres, en las mujeres, esta percepción de dificultades no disminuye con la práctica, sino que se mantiene. Por tanto, puede afirmarse que las dificultades de tipo interviniente (Aquellas que afectan a la participación cuando esta se produce) inciden más en las alumnas de CAFD.

Es oportuno señalar que, en España, Puig (2001) ha observado que cuando a grupos de mujeres practicantes de AFD de alto nivel se les pregunta en cuestionarios sobre los principales problemas que encuentra, éstas suelen comentar que su práctica es menor por falta de constancia, dedicación trabajo, así que Puig opina que las mujeres ven normal esta situación. Esta misma autora ha comprobado que a través de entrevistas en profundidad, si que aparecen dificultades que en los cuestionarios se omiten, prueba de que en muchos casos, las dificultades de género están presentes en un plano inconsciente o preconscious (Término freudiano utilizado para referir contenidos de la actividad mental que no operan a un nivel consciente pero que pueden pasar a este plano mediante técnicas como las entrevistas en profundidad).

Todas las dificultades afectan más a no practicantes que a quienes salen al medio natural. Conforme se va aumentando la frecuencia de práctica, estas dificultades van minimizándose y alcanzando valores medios más bajos, al menos en los hombres. En las barreras o dificultades hacia la práctica de AFDMN, el poder disuasorio de éstas para quienes no salen al medio natural es más importante que el reductor de la práctica para quienes ya están más o menos metidos/as en este ambiente. La gran diferencia entre las dificultades esperadas por quienes no practican AFDMN y las personas que ya practican estas actividades está en que en el primer caso, éstas son de tipo antecedente (afectan al deseo de hacer AFDMN) mientras que las dificultades valoradas por quienes ya practican son de tipo interviniente (afectan a la práctica misma).

Por lo expuesto en el párrafo anterior, los resultados de los cuestionarios van en línea con las ideas de que las dificultades antecedentes son más restrictivas que las intervinientes (Henderson et al. 1988 y Roberts, 2003) y también sostiene el modelo jerárquico de Crawford et al. (1991), que indicó que las dificultades intrapersonales (equivalentes a las antecedentes) tenían un nivel de importancia mayor que el resto

El supuesto de partida fue el sugerido por Scott y Shafer (2001), según el cual, conforme va aumentando la frecuencia de práctica de AFDMN, surgen cambios en las dificultades encontradas, ya sea porque se van superando las primeras dificultades que aparecen, o porque el aumento de la frecuencia de práctica lleva consigo la aparición de nuevos problemas a superar. Se observa que, al menos con los hombres, la frecuencia de práctica, independientemente de que cambie las dificultades, tiene un efecto mitigador de los problemas percibidos, lo que valida para los hombres el supuesto de Scott y Shafer (2001), aunque esto no es así en el caso de las mujeres.

Shaw et al. (1991) y Kay y Jackson (1991) afirmaron que cuantas más actividades se practicaban mayores eran las dificultades percibidas, lo cual

no se valida totalmente en estos resultados, ya que aunque en el caso de los alumnos, el aumento en la frecuencia conlleva una disminución de las dificultades, las alumnas mantienen constante la percepción de dificultades independientemente de sus hábitos de práctica de AFDMN. Esto puede deberse a dos cuestiones: uso incorrecto de las estrategias o dificultades crecientes en las mujeres conforme aumenta la involucración con estas actividades. De esto se habla en la última parte de esta discusión.

En un principio cabría suponer que cuanto más se sale al medio natural para realizar actividades, tendrían más fuerza dificultades como las presiones familiares, la dificultad de mantener esa frecuencia de práctica o incluso sería más difícil compatibilizar esta práctica con los estudios universitarios, por citar algunos ejemplos. En cambio, se observa como una vez adquirido un hábito de práctica regular, estas dificultades no sólo no aumentan, sino que disminuyen en las mujeres por la activación de las estrategias ya mencionadas.

Todas las diferencias de género encontradas en las dificultades que inciden en practicantes regulares han sido debidas a que las alumnas practicantes de AFD en la naturaleza perciben un mayor nivel de restricción que los hombres, aunque dicho grado de restricción sea menos elevado de lo previsto, debido a las características particulares de esta población, como se expuso al comenzar este apartado.

El grupo de no participantes se diferencia claramente del resto, lo que muestra como existen diferencias si se contrastan las barreras y dificultades que impiden comenzar la práctica de AFDMN con las dificultades de quien ya está metido en esa dinámica. En el caso de no practicantes, se preguntó acerca de aquello que impide la práctica, mientras que en practicantes se midió lo que limita; por lo que al estar comparando cuestiones diferentes, se obtengan diferencias significativas entre ambas.

Se observa como conforme se va avanzando en la vinculación hacia la práctica de AFDMN, se van estableciendo estrategias para minimizar y superar las dificultades que su práctica conlleva. Por ejemplo, la falta de medios afecta más a aquellas personas que comienzan en esa práctica, que a quienes ya han empezado y que por tanto se han hecho con los materiales necesarios para salir.

Las alumnas practicantes regulares y esporádicas de AFDMN están más condicionadas por la familia de lo que están los hombres. La familia es una dificultad de tipo interviniente en las mujeres que salen esporádicamente al medio natural, ya que les afecta de un modo más significativo que los hombres, mientras que para estos últimos, resulta una dificultad de tipo antecedente, ya que condiciona su práctica antes de que esta llegue a producirse.

Las estudiantes de CAFD con mayores frecuencias de práctica de AFDMN sienten más limitada su práctica deportiva en la naturaleza por su auto concepto, lo cual es comprensible si la visión que les llega de las AFDMN es la tradicional visión masculina promovida por los medios de comunicación y quizás también por sus compañeros de clase practicantes de CAFD.

Se ha observado como el auto concepto limita a las alumnas en altas frecuencias de práctica. El peso que tiene el auto concepto en las mujeres estudiantes de CAFD de cara a disminuir su frecuencia de práctica de AFDMN también fue señalado por las mujeres españolas entrevistadas por el Gobierno de Aragón (1997), que afirmaron sentirse en ocasiones física y técnicamente inferiores a los hombres. Otros estudios que también señalan el auto concepto o la escasa confianza como una dificultad

particular de las mujeres hacia las AFDMN son los de Culp (1998) y Little (2002).

Raymore et al. (1994) también identificó el bajo auto concepto de las mujeres hacia las AFDMN y lo achacó a su menor experiencia, el menor refuerzo que reciben y la comparación permanente con los hombres; de estas tres explicaciones, la última es especialmente importante si se habla de mujeres estudiantes de CAFD que conviven continuamente con un elevado número de compañeros de aula.

Bajo una corriente feminista radical, se identifica –y denuncia– claramente la comparación constante con los hombres como una amenaza hacia la autonomía de las mujeres, lo que justifica el separatismo y los grupos independientes de mujeres que en otros países se han puesto en marcha, tal y como se vio en el marco teórico.

Una de las grandes cuestiones a desvelar en esta tesis es la de si hay menos mujeres interesadas en salir al MN o más bien hay más mujeres que experimentan dificultades.

La falta de interés es también un factor que restringe la práctica de las mujeres practicantes regulares de AFDMN en mayor proporción que la de los hombres, esto a pesar de que el interés por salir al campo es la segunda preferencia de las mujeres y hombres de entre 20 y 30 años según Vázquez (1993). La falta de interés actúa de modo interviniente en las mujeres practicantes regulares de AFDMN mientras que en el caso de los hombres, es un problema antecedente al disuadir la práctica.

La dificultad más valorada en general es la falta de tiempo, lo cual no resulta sorprendente si se tiene en cuenta que esta ha sido constantemente sobrevalorada en estudios cuantitativos previos como

los de Henderson et al. (1988), Alexandris y Carroll (1997), Jackson (1993) y Alexandris et al. (2007), entre otros.

Esta sobre valoración de la falta de tiempo resulta lógica teniendo en cuenta que se trata de población en edad universitaria que en muchos casos compatibiliza estos estudios con trabajos vespertinos o de fin de semana; no obstante, se observa como esta dificultad, y otras como las exigencias de planificación (segunda más importante), inciden más en no practicantes que en practicantes, lo que confirma el hecho de que la frecuencia de práctica de AFDMN es inversamente proporcional a la percepción de dificultades.

Llama la atención el que el aumento de la frecuencia de práctica de AFDMN hace disminuir la puntuación que se otorga a la falta de tiempo (la más valorada y respuesta políticamente correcta), tanto en alumnos como en alumnas y que el practicar más veces al mes no hace que se perciba escasez de tiempo disponible. Esto deja clara la importancia decisiva de la intensidad de la motivación.

. ESTRATEGIAS DE SUPERACIÓN DE LAS DIFICULTADES

1.5. ESTRATEGIAS DE SUPERACIÓN DE LAS DIFICULTADES

Al igual que en la participación en AFD y AFDMN, se encontraron diferencias de género en algunas de las estrategias utilizadas; las mujeres optan por ponerle empeño o acortar la duración de la actividad, mientras que ellos prefirieron en mayor medida salir solos o pagar más.

El hecho de estar ante estudiantes universitarios que suelen compatibilizar sus estudios con pequeños empleos puede hacer que sientan que se han ganado “su derecho al ocio”, en línea con el razonamiento de Deem (1984), lo cual, junto con su especial conocimiento de los beneficios de la práctica de AFD, es un buen estímulo de cara a activar estrategias de cara a superar las dificultades que vayan surgiendo, activación de estrategias que en muchos casos va a ser inconsciente como queda de manifiesto en la fase de entrevistas en profundidad.

Con respecto a las alumnas, su valoración constante de las dificultades independientemente de la frecuencia de práctica puede tener dos interpretaciones: o una negociación poco exitosa que no logra disminuir la percepción de dificultades, o unas dificultades que en el caso de las mujeres irían creciendo con la frecuencia de práctica si la negociación no lograra mantener estas dificultades a raya. En este punto es necesario recordar que la población es estudiante de CAFD, por lo que el contexto social, así como la formación recibida pueden condicionar sus respuestas.

Cabía pensar que quienes practican AFDMN son conscientes de que tienen que superar una serie de dificultades utilizando algún tipo de estrategia, y más si se está hablando de estudiantes de CAFD que en un momento dado deben haber reflexionado sobre estas cuestiones en mayor medida que el resto de población. ¿Cómo se explica entonces que tan pocas personas salgan al medio natural sin ser conscientes de que realizan esa actividad “a *pesar de tener dificultades para realizarla*”? La

principal explicación puede ser que estas estrategias se activan inconscientemente o preconsciousmente, aunque el hecho de que esta fuese la última pregunta del cuestionario, pueden haber condicionado el hecho de que sean menos las personas que hayan querido continuar.

Como se observó al relacionar la incidencia de la percepción de las dificultades según la práctica, se ha comprobado que a mayor compromiso con la actividad, hay una menor percepción de las dificultades que existen para realizarlas, al menos en el caso de los hombres, lo cual explica que quienes practican regularmente sean menos conscientes de las estrategias que han activado para poder practicar.

Si la falta de tiempo fue la dificultad más percibida, las dos estrategias de superación de dificultades que obtuvieron mayores puntuaciones fueron el aprovechamiento de los periodos vacacionales y la optimización del tiempo disponible, aunque otras estrategias como acortar la actividad o bajar su frecuencia no obtuvieron puntuaciones importantes. No queda claro, por tanto si las estrategias de priorización del tiempo son o no predominantes como se constató en el estudio con análisis factorial que Alexandris et al (2007) desarrollaron con esquiadores alpinos en Grecia. Dejando a un lado las diferencias socioculturales entre las poblaciones de ambos estudios, cabría esperar que el carácter consumidor de tiempo de las AFDMN implicase la activación y desarrollo de estrategias asociadas al logro de tiempo y una mejor gestión de este. Es necesaria una mayor investigación en este sentido.

A priori parece lógico suponer que la percepción de dificultades se debería incrementar cuanto más se adentra la persona en las AFDMN, pero en cambio, cuanto más fuerte es la vinculación con las AFDMN, menores son las dificultades percibidas por el alumnado de CAFD, corroborándose en éstos los resultados de Alexandris y Carrol (1997) y la proposición de negociación de Jackson (1993).

1.6. A. Lab. Post, percepción formación recibida y capacidad auto percibida

1.6. AMBITO LABORAL POSTERIOR, FORMACIÓN RECIBIDA Y CAPACIDAD AUTO PERCIBIDA

Observando los resultados de los cuestionarios, se aprecia un mayor interés de las estudiantes por dedicarse al ámbito educativo, además de que éstas valoran más positivamente la formación recibida en este sentido, lo cual constata que fuera de la práctica de AFD, el alumnado de CAFD no es ajeno al proceso de socialización por el que las mujeres son más proclives a actividades pedagógicas mientras que los varones se acercan más a tareas directivas. Esto resulta similar a lo que ocurre en los cursos de monitor y coordinador de tiempo libre, en los cuales las mujeres son mayoría en el primer nivel (monitor – Directamente relacionado con la educación no formal) y minoría en los cursos de coordinadores, un título relacionado con la gestión y cursado por más chicos.

La mayor afinidad que los hombres sienten hacia la gestión deportiva relacionada con las AFDMN no parece limitarse al colectivo de estudiantes de CAFD, ya que en el estudio de Moscoso et al. (2008), queda de manifiesto que esto también ocurre con la población general practicante de AFDMN.

Se observa, tanto en hombres como mujeres, un menor interés por desarrollar actividades laborales relacionadas con la gestión de AFDMN, siendo la explicación el hecho de que la gestión deportiva es, en comparación con la educación y el deporte y la recreación, un campo menos conocido dentro de las salidas laborales del titulado en CAFD.

Con relación a la formación recibida relativa a las AFDMN, todas las puntuaciones están por encima del aprobado, aunque el ámbito de gestión sigue teniendo valores menores a los de educación y técnicas. No obstante, los resultados de los cuestionarios muestran como la formación recibida en la carrera mejoran la capacidad de gestión en mayor medida que la capacidad de técnicas.

ANÁLISIS DE LOS RESULTADOS: DISCUSIÓN Y TRIANGULACIÓN

Los resultados de los cuestionarios sobre la capacidad auto percibida, permitieron observar como el proceso de socialización es responsable del hecho de que los alumnos se sientan mucho más capaces que las alumnas para gestionar el ámbito de las AFDMN y ligeramente más capaces que éstas de realizar técnicas de aire libre.

2 DISCUS RESULT OBTENIDOS MED GRUPO

2. DISCUSIÓN DE LOS RESULTADOS OBTENIDOS A TRAVÉS DEL GRUPO DE DISCUSIÓN

El grupo de discusión fue el principio de la toma de datos y la información extraída de este se muestra a continuación. Esta información también sirvió para ultimar las entrevistas.

El alumnado que compuso el grupo de discusión señaló que su práctica de AFDMN se desarrolla con una marcada desigualdad en cuanto a sexos, la cual no es diferente a la que existe en las clases y a juzgar por los datos mostrados en el marco teórico, con el resto de practicantes de AFDMN.

Las alumnas manifestaron que en sus grupos de práctica da AFDMN, el trato que reciben por parte de sus compañeros, en algunos casos, es diferente al del resto de practicantes como consecuencia de los roles de género. Esto ya ha sido descrito en España por Moscoso et al. (2008) y en Noruega por Pedersen (1998) en su investigación participativa donde encontró un trato diferenciado en forma de superprotección, ante la cual tenía dos soluciones: o no aceptarla o adoptar el rol de eterna novata dispuesta a “dejarse enseñar”. A las soluciones que propone Pedersen (1988) se le podría añadir la de salir en grupos formados únicamente por mujeres, en línea con las corrientes feministas radicales.

Una visión global de los resultados del grupo de discusión, muestra la alta interrelación existente entre las dificultades, así como entre las estrategias. La categorización resultante como intrapersonal, interpersonal y estructural o antecedentes e intervinientes, es oportuna a efectos teóricos y debe tenerse en cuenta en la interpretación de los datos, pero el análisis de las aportaciones de los/as participantes se ha llevado a cabo aquí dificultad por dificultad y estrategia por estrategia, con el fin de que no haya pérdida de información útil.

Los participantes del grupo de discusión vieron su práctica de AFDMN más frenada por los peligros objetivos, el desconocimiento o la falta de

medios económicos e hicieron más alusiones a las dificultades de integrarse en grupos que las mujeres. En el caso de estas, ellas hablaron más de los estereotipos de género vigentes como condicionantes de su práctica.

La confrontación entre los/as participantes del grupo de discusión dejó de manifiesto como, al igual que apareció en el marco teórico, la vinculación con las AFDMN interactúa no sólo en función del género, sino con la frecuencia de práctica de AFDMN. Las personas del grupo de discusión con unos elevados hábitos de práctica de AFDMN, relativizan las dificultades más rápido que el resto de practicantes, y en función de esa actitud hacia las AFDMN, mostraron como han ido adaptando sus hábitos y estilos de vida para ir introduciendo en ellos estrategias de superación de dificultades.

Los/as componentes del grupo de discusión mostraron la existencia de diferencias existentes entre participantes esporádicos y regulares en aspectos claves como la percepción de dificultades y la afrontación de estas. El nivel de compromiso, experiencia y sobretodo, la vinculación con las AFDMN son factores esenciales para establecer estrategias que relativicen las dificultades que plantean estas actividades.

En el caso de quienes empiezan, tanto hombres como mujeres opinan que la falta de conocimientos, experiencia y materiales, les impiden desarrollar ciertas actividades a un nivel elevado, por lo que la imagen que tienen de las actividades de difícil accesibilidad actúa como un elemento disuasorio o dificultad antecedente.

El hecho de que el grupo de discusión estuviese compuesto por estudiantes universitarios, ha condicionado la aparición o ausencia de determinadas dificultades, como las derivadas del trabajo, problema que no apareció en el grupo, al tratarse de personas que, aunque alumnado de CAFD con algunos trabajos esporádicos, todavía no habían accedido a la vida laboral en el mismo sentido que las personas entrevistadas.

Los/as estudiantes manifiestan que estar en un centro rodeado de personas con una buena predisposición hacia las AFD en general, ha activado una serie de estrategias intrapersonales para salir al medio natural, de entre las que destaca el salir de la mano de personas más experimentadas, esto lleva a que en algunos casos, la práctica de determinadas actividades de difícil accesibilidad en el alumnado de CAFD no implique necesariamente un dominio de estas técnicas.

Los/as participantes compararon las AFDMN con los deportes de tradición femenina, observando como las actividades consideradas típicamente femeninas son por lo general sumamente regladas y/o grupales y con un escaso grado de incertidumbre derivada del medio; apareciendo en las AFDMN un factor limitante que afecta especialmente a las mujeres: el grado de incertidumbre. Este es precisamente una de las características más representativas de las AFDMN, lo cual implica, entre otras cosas, una mayor probabilidad durante la práctica de experimentar indefensión en un momento dado.

La mayor necesidad de experimentar la sensación de control y seguridad (protección) frente a la exposición (indefensión) al medio natural, y como vulgarmente ha sido verbalizado en el grupo de discusión ("*pasar penas*") está íntimamente relacionada con el grado de incertidumbre y de control que se puede ejercer sobre el medio. Esto hace que las dificultades asociadas a la práctica de AFDMN sean afrontadas por las mujeres de manera distinta que en el caso de los hombres. Por la

dinámica del grupo de discusión, se puede percibir cierta tendencia preventiva en las mujeres frente a soluciones reactivas en los hombres.

Las diferencias en función de la frecuencia de práctica han sido mucho más acusadas a la hora de percibir las dificultades que las diferencias de género. Esto también se observa en el caso de las estrategias de superación de las dificultades. Todo el grupo acabó relativizando todas las dificultades hacia la práctica del medio natural enumeradas, ya que las personas con una mayor experiencia mostraron como el grado de previsibilidad de todas las dificultades les daba cierto grado de control sobre estas, lo que ponía en juego la aplicación de estrategias de superación de las dificultades.

La facilidad de su adopción, hizo que la modificación de la actividad fuese la estrategia más frecuentemente aludida sobretodo por los hombres mientras que las mujeres hicieron más alusiones los a cursos o a actividades organizadas. Se observó como en niveles elevados de práctica, consecuencia de un mayor compromiso con estas actividades, las soluciones tendían a estar más dirigidas hacia la afrontación directa de la dificultad en si misma.

En definitiva, el grupo de discusión ha hecho patentes las diferencias existentes en función de la frecuencia de práctica de AFDMN a la hora de relativizar las dificultades y activar estrategias de superación de estas. Se han observado dificultades y estrategias propias del sexo y las características de las circunstancias de las personas que integraron el grupo de discusión (estudiantes de CAFD). En el apartado siguiente, centrado en las entrevistas en profundidad, se obtendrá una mayor variedad en la información encontrada, al estar constituidas estas entrevistas por un colectivo más heterogéneo y abundante de personas.

3. DISCUSIÓN DE LOS RESULTADOS OBTENIDOS MEDIANTE LAS ENTREVISTAS EN PROFUNDIDAD

Las entrevistas en profundidad se mostraron eficaces de cara a indagar sobre aspectos internos de las cuestiones tratadas, consiguiendo con esta técnica una visión de la temática a investigar que difícilmente se hubiera podido alcanzar con el grupo de discusión y con los cuestionarios. La técnica de entrevista en profundidad, por su carácter cualitativo ha mostrado por tanto una gran eficacia a la hora de indagar en las motivaciones y dificultades internas, intrapersonales o antecedentes, ya que en muchos casos, estos factores estaban interiorizados en planos relativamente inconscientes.

Una vez expuestos los resultados recogidos, es necesaria una interpretación de estos y su cotejo con las investigaciones similares llevadas a cabo por otros investigadores que se expusieron en el marco teórico. Para desarrollar este apartado, se comienza por presentar una serie de cuestiones generales y el importante papel subyacente de la variable motivación en estas cuestiones, para a continuación, centrarse en las dificultades y estrategias.

El carácter semiestructurado de la entrevista en profundidad, unido a la espontaneidad de las personas entrevistadas, permitió que al principio de ésta se llevase a cabo una conversación sobre la práctica de AFDMN y su estilo de vida que posibilitó valorar la implicación emocional de las personas entrevistadas con estas actividades, así como sus grados de motivación intrínseca y extrínseca. Esta información resultó importante de cara a comprender las dificultades percibidas, así como la activación de estrategias.

La motivación, tanto en su vertiente externa como interna, se confirmó como un aspecto clave a la hora de interpretar toda la temática subyacente. Durante las entrevistas en profundidad, quedó patente como a mayor motivación por las AFDMN, las dificultades percibidas disminuían en cantidad y calidad, llegando un momento en que muchas de las dificultades desaparecen, al haber sido ya superadas o minimizadas.

Los/as entrevistados/as con una mayor motivación intrínseca hacia estas actividades mostraron estrategias muy efectivas de superación de las dificultades, intrapersonales o antecedentes. Según el modelo de Crawford et al. (1991), las dificultades de tipo intrapersonales son las que actúan en primer lugar y las más intensas a la hora de restringir o bloquear la práctica. Las personas entrevistadas tuvieron en su mayoría una vinculación con las AFDMN bastante elevada, por lo que ya habían superado las dificultades de tipo antecedente, lo que explica el que las dificultades previas no jugasen un papel relevante como limitadoras de su práctica de AFDMN.

Aunque la mayor parte de las personas entrevistadas salían al medio natural por motivaciones de tipo intrínseco, el perfil de motivación de algunos/as de quienes fueron entrevistados/as en profundidad, correspondió a una motivación de tipo extrínseco; esta motivación, según se observó en el marco teórico es más perseguida por los hombres, ya que la acepción clásica de las AFDMN bajo un planteamiento de deporte de riesgo encaja especialmente con el tradicional estereotipo masculino (fuerte, arriesgado, aventurero...).

En el caso de algunas de las mujeres entrevistadas, se ha constatado como la motivación extrínseca juega un papel negativo debido al escaso refuerzo social que ellas reciben cuando practican algunas modalidades de AFDMN. Mientras que un hombre es bien considerado por practicar deportes de riesgo, esto no ocurre así en el caso de las mujeres. La neutralización del papel limitante o inhibitorio de este escaso refuerzo social pasa por un buen grado de motivación intrínseca que compense a la menor posibilidad de obtener motivación o satisfacciones extrínsecas en ellas.

Salvo en los casos de práctica en grupos reducidos, las mujeres entrevistadas relataron un escaso refuerzo social inicial en la práctica de AFDMN, el cual se da en el entorno social cercano (familia y amistades del círculo de fuera de las AFDMN). Este escaso refuerzo social inicial genera algunas dificultades de tipo estructural al tener que dejar espacio para las AFDMN, interpersonales al tener que compaginar los dos círculos de amistades e intrapersonal por esa permanente elección entre diversos intereses.

Si como se observó en el marco teórico y en los resultados de los cuestionarios, las mujeres dan más importancia que los hombres a las motivaciones de tipo relacionales y afiliativas, no es de extrañar, que las mujeres de más edad consideren como dificultad que haya incidido especialmente en ellas, el escaso refuerzo social que su práctica de AFDMN genera fuera del círculo de practicantes de AFDMN, el cual es más acusado si las mujeres realizan actividades con un mayor grado de exposición a los peligros objetivos, lo cual no concuerda con los estereotipos de género que sostienen que la mujer es más frágil y menos dada a exponerse a peligros.

Las entrevistas en profundidad han confirmado también que la vinculación afectiva con las AFDMN tiene una gran importancia en la percepción y relativización de dificultades, además de la activación de estrategias; a modo de ejemplo, se observa como la propia peligrosidad del medio natural puede constituir tanto por hombres como por mujeres, una limitación antecedente que impida la práctica de personas poco motivadas, o como un estímulo en el caso de que haya motivación suficiente.



Gráfico 44: Relación de la motivación con las dificultades percibidas y la activación de estrategias.

Las mujeres mostraron mayores dificultades derivadas de la actuación de los estereotipos de género y del hecho de ver su feminidad puesta en entredicho por salir al medio natural. Los hombres, por su parte manifestaron dificultades relacionadas con el trabajo, la reticencia de la pareja o la rivalidad con otros participantes.

Tanto en los problemas para salir al medio natural como en las estrategias para superar las dificultades, las personas entrevistadas confirman la alta interrelación que existe entre las dificultades intrapersonales, interpersonales y estructurales, siendo habitual el hecho de que una dificultad pueda actuar en más de uno de los tres niveles. A modo de ejemplo: la falta de compañeros/as de práctica resulta una dificultad interpersonal que irá implicada a problemas de transporte (dificultad estructural) si estos compañeros de práctica son quienes tienen medios para desplazarse al lugar de práctica.

La clasificación de Henderson et al. (1988) que clasifica las dificultades en antecedentes e interviniente resultó especialmente útil para

comprender el carácter disuasorio de algunas de las dificultades expresadas por quienes fueron entrevistados/as, sobretodo en aquellos/as con una baja vinculación con las AFDMN.

Los/as informantes no manifestaron percibir a priori grandes dificultades, aunque a lo largo de la entrevista en profundidad han expuesto muchas de estas; ello muestra como para quienes practican regularmente AFDMN, estas dificultades han pasado a un plano más preconsciente, al igual que ocurre con las estrategias de superación de estas.

De esta forma, conforme va incrementándose la práctica de AFDMN y aumenta la vinculación del participante con esas actividades, se observó como muchas de las dificultades van siendo progresivamente superadas y pasan a ser poco consideradas al haber dejado el plano consciente. La superación de esas dificultades es debida a la puesta en escena de diferentes tipos de estrategias.

La comparación de las entrevistas de personas veteranas con jóvenes, muestra como las dificultades en la práctica de AFDMN han ido disminuyendo en las últimas décadas. Las personas más veteranas hicieron alusión a problemas de índole estructural (medios, transporte, dificultad de acceso a la información...) e interpersonales en el caso de las mujeres (estereotipos de género) que no aparecieron en los/as encuestados de menor edad.

Los/as entrevistados/as con una trayectoria más larga también constataron el aumento de la oferta de AFDMN actual con nuevas actividades con menor grado de compromiso y esfuerzo, además de que las mejoras tecnológicas han hecho más accesibles para la población general actividades que antaño exigían un mayor grado de esfuerzo.

Pese a la mejora de la situación, la práctica de AFDMN de las mujeres entrevistadas, siguió estando condicionada por los estereotipos de género,

sobretudo a nivel antecedente e interpersonal. Los estereotipos también son la base de otras dificultades antecedentes que afectan a las mujeres, como pudiera ser el deseo de realizar AFDMN.

La dificultad interpersonal de integrarse en un colectivo de práctica resultó ser el problema más aludido por las personas entrevistadas sin que hubiesen diferencias de género en este sentido. La especial dificultad que tiene el integrarse con otras personas para salir al medio natural es lógica si se tiene en cuenta que estas prácticas constituyen un tipo de actividades donde es imprescindible en muchos casos, la existencia de un compañero/a y que son actividades de baja organización, donde no es tan fácil como apuntarse a un equipo, ni todo está institucionalizado y reglamentado ni hay un sistema de competiciones, ni generalmente un soporte asociativo suficiente, por lo que cada participante debe diseñar todos los aspectos de su práctica (salidas, compañía, planteamientos, nivel...).

Frente a las dificultades de integrarse en grupos, las mujeres mostraron una mayor tendencia que los hombres a la hora de integrarse en estos grupos para salir al medio natural, así como salir de la mano de la pareja, tal y como ya había mostrado el estudio de la Diputación Territorial de Aragón (1997).

Las dificultades de tipo psicológico, de carácter interno (Francken y Van Raij, 1981), antecedentes (Henderson et al. 1988) o intrapersonales (Crawford y Godbey, 1978), aunque no se mencionaron con frecuencia por las personas entrevistadas, están por detrás de otras de las dificultades como la doble jornada o las dificultades a la hora de planificar estas actividades. Comparando las transcripciones de las personas altamente vinculadas con las AFDMN y las de personas con una menor vinculación, se observó una mayor tendencia por parte de las personas poco vinculadas con las AFDMN a citar o manifestar dificultades de tipo

intrapersonal que no habían sido mencionadas por personas más vinculadas con estas actividades.

Llama la atención que mientras que las entrevistas en profundidad llevadas a cabo por Moscoso et al. (2008) constataron que la práctica de AFDMN de las mujeres se encuentra perjudicadas por, entre otros, un escaso reconocimiento de sus logros, en las entrevistas que se realizaron desde esta tesis a personas vinculadas al rendimiento, se encontró que a las mujeres, al tener menos competencia, les resultaba más sencillo conseguir patrocinios. Estos resultados son complementarios e indican que pese a más facilidades a la hora de conseguir patrocinios, sus actividades son menos visibles para el público en general.

La alta vinculación con las AFDMN provocaba el que estas personas ya hubiesen superado las dificultades intrapersonales o antecedentes, pasando a otra fase donde existía un predominio de las dificultades de tipo intrapersonal o estructural.

El modelo de Henderson mencionado, muestra como las dificultades de tipo antecedente condicionan el deseo de participar en AFDMN, lo cual se confirma en las entrevistas en profundidad, ya que las personas que citaron un mayor número de dificultades intrapersonales o antecedentes, coincidieron con un perfil de escasa motivación hacia las AFDMN, a diferencia de las personas más motivadas hacia las AFDMN y con más tiempo de práctica de AFDMN, en las cuales, estas dificultades se han superado en gran medida.

Las entrevistas en profundidad confirmaron también la hipótesis del modelo jerárquico de Crawford y Godbey (1978) que afirmó que las dificultades de tipo intrapersonal son las más restrictivas y deben ser superadas en primer lugar, ya que quienes habían superado estas dificultades y habían superado ya la fase inicial de práctica de AFDMN manifestaron encontrar cada vez menos problemas para salir al medio natural, como quedo de manifiesto en las entrevistas en profundidad a personas altamente vinculadas con estas actividades, en las cuales su

problemática estaba totalmente desaparecida, al haber organizado todos los aspectos de la vida hacia la práctica de estas actividades.

La técnica de entrevista en profundidad resultó especialmente eficaz para valorar el grado de modificación del estilo de vida de cara a dar cabida a las AFDMN. Esto permitió confirmar en este entorno y con estas personas los modelos de Little (2002) y la proposición de equilibrio o balance de Jackson et al. (1993). Las estrategias de tipo estructural encontradas en las entrevistas en profundidad forman un continuo que va desde la adaptación del estilo de vida, hasta la adaptación de la propia actividad. Los factores que condicionarán la adopción de una tendencia u otra son por un lado y fundamentalmente la intensidad de la motivación y por otro la fuerza de la dificultad a superar, como queda sintetizado en la figura 4.



Figura 4: Relación de la motivación con las estrategias estructurales.

En el caso de estas entrevistas en profundidad, la intensidad de la dificultad a superar no resultó tan importante como la motivación de cara a activar estrategias estructurales, ya que aunque ciertamente la dificultad condiciona la estrategia, con un buen grado de motivación es posible superar la práctica totalidad de dificultades, por lo que los modelos de Little (2002) y Jackson et al.(1993) fueron confirmados totalmente en cuanto a su función de dar importancia a la motivación en la activación de estrategias y parcialmente en cuanto a la intensidad de las dificultades.

En este trabajo se pudo observar como ante dificultades propias del género femenino difíciles de superar como el embarazo o la llegada de los hijos y/o las hijas, sigue habiendo posibilidades de mantener una cierta vinculación emocional con las AFDMN en forma de estrategia de aventura creativa, lo cual corrobora los trabajos de Little (2002) obtenidos mediante entrevistas en profundidad que fueron importantes de cara a posicionar la motivación dentro del modelo de activación de estrategias, tal y como se vio en el marco teórico.

En el apartado marco teórico, se hizo alusión a varios estudios españoles que señalaban la gran importancia que la pareja tiene en la práctica de AFDMN de las mujeres. Los resultados de las entrevistas en profundidad muestran como en general, la compatibilización pareja – alta frecuencia de práctica de AFDMN resulta dificultosa para el hombre, mientras que en la mujer, la figura de la pareja resulta un apoyo para la práctica de AFDMN. Las razones de este fenómeno precisan de más investigación específica, pero probablemente estarán basadas en el desequilibrio en cuanto a sexos existente en la práctica de AFDMN.

Como se vio en algunas entrevistas en profundidad, en un colectivo de practicantes asiduos de AFDMN donde la proporción de hombres sea mayor que las mujeres, y donde la alta vinculación con las AFDMN provoque que la mayor parte de la vida social de las personas se haga dentro del colectivo de práctica, las mujeres tienen mayores posibilidades de ser pareja de algún practicante de AFDMN que los hombres, mientras que en el caso de estos últimos hay más posibilidades de que la relación se inicie con una persona de fuera del ámbito de las AFDMN. En el transcurso de estas relaciones, es lógico el que la compatibilización pareja – medio natural sea más sencilla en el caso de las mujeres, llegando a ser la pareja una ayuda y estímulo, mientras que en el caso de los hombres, la compatibilización sea más compleja.

En las entrevistas se ha encontrado relación entre dificultades y estrategias, tal y como buscaron Jackson y Rucks (1995), ya que al predominio de dificultades de tipo interpersonal, ha correspondido una preponderancia de soluciones aportadas también de este tipo. La alta interrelación entre los diferentes tipos de dificultades (intrapersonales, interpersonales y estructurales) y estrategias, hace que las entrevistas en profundidad sean por tanto un buen modo de aproximarse a estas cuestiones, al permitir un análisis más profundo que los cuestionarios y el grupo de discusión sobre las cuestiones tratadas, por lo que a continuación se presenta el último apartado del análisis de datos que consiste en una triangulación de estos tres instrumentos.

4 TRIANGULACIÓN DE LOS RESULTADOS

4 . TRIANGULACIÓN DE LOS RESULTADOS

Durante los análisis de la información obtenida a través de los cuestionarios, el grupo de discusión y las entrevistas en profundidad, surgieron una serie de resultados, coincidentes en unos casos y divergentes en otros, cuya interpretación y contraste resulta necesaria como paso previo a la formulación de conclusiones. En este apartado se relaciona esta información para confrontar algunos de sus resultados.

Previamente a la triangulación propiamente dicha, es necesario tener en cuenta que los perfiles de las personas entrevistadas no eran, en todos los casos, los mismos que configuraron los cuestionarios y el grupo de discusión. Las entrevistas en profundidad incluyeron a dos licenciados en CAFD, pero las edades, y los niveles de práctica de AFDMN fueron mayores; las entrevistas en profundidad no se realizaron a estudiantes de CAFD, por lo que sus resultados son útiles a efectos de contraste.

STICAS DE LA PRÁCTICA DE AFDMN.

4.1. HÁBITOS Y CARACTERÍSTICAS DE LA PRÁCTICA DE ACTIVIDAD FÍSICO DEPORTIVA EN EL MEDIO NATURAL

Por lo observado en todos los resultados obtenidos a través de los cuestionarios, la frecuencia de práctica de AFDMN de estudiantes de CAFD ha sido alta, y como se comprobó en el grupo de discusión, la vinculación emocional de parte de este colectivo de estudiantes con estas actividades es también elevada. El alumnado de CAFD ha superado en cierta medida las dificultades de tipo antecedente que restringían su práctica deportiva, tanto en general como en el medio natural en particular. No obstante, dentro de este colectivo quedan algunas diferencias de género importantes en cuanto al modo, frecuencia y tipo de práctica deportiva dentro y fuera de la naturaleza.

En el cuestionario se cuantificó una práctica de AFDMN de difícil accesibilidad que en ocasiones no tenía concordancia con una baja frecuencia de práctica o prácticas vacacionales. Esto es debido a que la práctica del alumnado de CAFD, en muchos casos se lleva a cabo de la mano de personas más experimentadas, como se constató en el grupo de discusión; no obstante, las actividades de difícil accesibilidad coexisten, en el alumnado de CAFD, con las de fácil accesibilidad. Las dos entrevistas en profundidad a personas licenciadas en CAFD confirmaron este hecho.

En relación con el acompañamiento a la hora de salir al medio natural, en los tres instrumentos se obtuvo un predominio claro de las amistades, que en el caso de alumnado de CAFD son personas con quien comparten estudios; aunque como se observó en las entrevistas en profundidad, con la población no estudiante de CAFD, las amistades constituyen el acompañamiento predominante en todos los colectivos de práctica de AFDMN. Esto es debido sobretudo al papel predominante que en estas actividades tienen las motivaciones de tipo afiliativo o social, expresadas por el grupo entrevistado, hasta el punto de constituir una dificultad importante la práctica de AFDMN cuando hay problemas para conseguir entrar a formar parte de un colectivo que satisfaga los objetivos de tipo social.

Por los cuestionarios y el grupo de discusión, además de por el marco teórico, se constata que la pareja resulta un elemento importante en las mujeres practicantes de AFDMN, siendo esta importancia mucho mayor en las mujeres que en los hombres. Se observa como la cantidad de mujeres practicantes de AFDMN que salen con la pareja es proporcionalmente más alta que en el caso de los varones. De hecho el salir con la pareja es una estrategia más aludida por las mujeres entrevistadas que por los hombres.

La aproximación cualitativa mostró como la práctica de AFDMN en las alumnas de CAFD y las mujeres entrevistadas se da en muchas ocasiones

en colectivos donde no es raro que ellas sean las únicas chicas, en línea con lo que Santolaria et al. (1997), y Moscoso et al. (2008) encontraron en España. Esto, unido a los estereotipos de género que asocian lo femenino con pasividad, dependencia y debilidad, provoca dentro del colectivo de practicantes una situación de interacción social que como sostiene Acker (1995), va asociada a patrones de relaciones interpersonales que ponen a las mujeres que salen en grupos compuestos por hombres en situación de desventaja a la hora de tomar decisiones o poder mostrar iniciativa o autonomía.

La influencia de los roles y estereotipos de género dentro de los colectivos de práctica, examinada a través de una aproximación cualitativa, permitió contrastar observándose en algunos casos actitudes sobre protectoras *“nos llevan en palmitas”* (grupo) o la imposición de roles pasivos *“éramos las llevadas”* (entrevistas), cuando lo que valoran estas participantes es el ser tratadas como una más. Ésta es precisamente la situación denunciada por corrientes feministas radicales que abogan por el separatismo como solución a este hecho. Todo esto provoca dificultades intrapersonales que inciden en el auto concepto, como se mostró en los cuestionarios, y que se desarrolla en el apartado siguiente, referido a las dificultades.

4.2. DIF Y BARRERAS AUTOPERCIBIDAS EN RELACIÓN A LAS AFDMN.

4 . 2 .	DIFICULTADES	Y	BARRERAS
	AUTOPERCIBIDAS EN	RELACIÓN A LAS	
	ACTIVIDADES FÍSICO	DEPORTIVAS EN EL	
	MEDIO NATURAL		

En cuanto a las dificultades y barreras, las tres técnicas se mostraron eficaces para analizar las diferentes dimensiones de ese tipo de variables.

Jackson y Henderson (1995), refiriéndose a las dificultades en actividades de ocio, observaron que hay tantas diferencias al comparar hombres y mujeres, como dentro de los grupos de hombres o de mujeres. Esta tesis confirma de nuevo esta afirmación, ya que tanto entre estudiantes de CAFD (grupo y cuestionarios) como en la población general (entrevistas) se observan, además de diferencias de género, diferencias en función de la frecuencia de práctica de AFDMN. La percepción de dificultades depende por tanto del género, pero otras variables como la intensidad de la motivación también influyen en gran medida.

En la información recogida a partir de los tres instrumentos, la alta interrelación existente entre tipos de dificultades ha sido una constante, verificándose lo sostenido por Culp (1998), como también lo ha sido la actuación preconsciente de los estereotipos de género subyacentes tras muchas de las dificultades. Los instrumentos cualitativos mostraron que la menor frecuencia de práctica de AFDMN femenina es el resultado de la actuación de múltiples causas y no puede ser achacada a un único factor. Así, especialmente en las entrevistas en profundidad, se observó como tanto las dificultades como las estrategias actuaban, y eran percibidas en un plano preconsciente, lo que indica y refuerza el que las técnicas que indaguen en este nivel (entrevistas y grupos de discusión) sean especialmente adecuadas para abordar estas cuestiones.

Los grupos participantes en las entrevistas y el grupo de discusión coinciden en señalar como conforme avanza la sociedad, las dificultades que restringen la práctica de AFDMN por parte de las mujeres van disminuyendo. En comparación con las pasadas décadas, las dificultades de tipo estructural son las que se han visto más reducidas por los medios de transporte, el tiempo libre disponible, el acceso más fácil a información y material y el surgimiento de nuevas modalidades de AFDMN más accesibles, aunque las dificultades de planos antecedentes, sobretudo las ligadas a los estereotipos de género siguen presentes.

Los estereotipos de género como dificultad para su participación en las AFDMN fueron más citados por las personas entrevistadas que por el grupo de discusión, siendo la explicación el hecho de que la edad de las personas entrevistadas sea mayor que el alumnado universitario encuestado.

Los resultados obtenidos a través de todos los instrumentos van en línea con las ideas de que las dificultades antecedentes son más restrictivas que las intervinientes (Henderson et al. 1988 y Roberts, 2003) y también sostienen el modelo jerárquico de Crawford et al. (1991), que indicó que las dificultades intrapersonales (equivalentes a las antecedentes) tenían un nivel de importancia mayor que el resto.

En estos resultados obtenidos, especialmente en el cuestionario y al comparar las entrevistas de personas con vinculaciones muy altas y bajas con las AFDMN, quedó patente la relación inversamente proporcional entre práctica de AFDMN y dificultades percibidas. Conforme va aumentando la involucración en estas actividades, quienes salen al medio natural van modificando su estilo de vida para que buena parte de los problemas desaparezcan y dejen de restringir la práctica. Esto muestra como los estereotipos de género influyen más en personas no practicantes de deportes en el medio natural que en practicantes.

Los cuestionarios añadieron un matiz a la relación inversamente proporcional entre dificultades – práctica; aunque las dificultades percibidas para salir al medio natural disminuyen con la frecuencia de práctica de AFDMN en el caso de los alumnos de CAFD, en las alumnas, estas dificultades se mantienen estables, lo que muestra la situación de desventaja en el caso de éstas a la hora de salir al medio natural.

Dentro de esta situación de desventaja femenina, las mujeres entrevistadas en profundidad han relatado un escaso refuerzo social inicial, el cual no es tan rotundo en la población joven y/o estudiante de CAFD del grupo donde afirmaron que “*nos llevan en palmitas*”, en estudiantes de CAFD, ésta es una diferencia con respecto a la población general.

Las diferencias de edad entre las personas del grupo de discusión y las entrevistadas justifican que en las entrevistas se expresen dificultades como los hijos o hijas, la doble jornada, la imagen social de la edad, el embarazo y el servicio militar que no aparecieron en el alumnado de CAFD (grupo de discusión y cuestionarios).

Contrariamente a lo anterior, la falta de tiempo, respuesta políticamente correcta, se mostró en los cuestionarios como la dificultad más importante, tanto en hombres como en mujeres, lo cual va en línea de trabajos previos como los de Henderson et al. (1988), Alexandris et al. (2007), Carroll y Alexandris (1997) y Jackson (1993), entre otros. Aunque esta dificultad no apareció en las entrevistas en profundidad y apenas tuvo presencia en el grupo de discusión. En las técnicas cualitativas, la falta de tiempo no se expuso como un problema en sí, sino como la consecuencia de otras circunstancias como tener que estudiar, trabajo etc. Esto muestra una vez más la eficacia de las aproximaciones cualitativas y mixtas para abordar éstas cuestiones.

La integración en un colectivo de práctica de AFDMN resultó, para quienes participaron en los tres instrumentos, ser una de las dificultades

más frecuentemente aludidas, sobretodo por los hombres, debido al carácter imbricado de muchas AFDMN y su baja organización y apoyo estructural como quedó claro en las entrevistas en profundidad.

En el grupo de discusión, se observó que el alumnado de CAFD tenía menos dificultades a la hora de integrarse en un grupo que las personas entrevistadas; esto se explica por el hecho de que durante la carrera de CAFD, es relativamente fácil encontrar con quien salir entre el alumnado.

Los peligros del medio natural constituyen una dificultad específica de estas actividades; estos peligros fueron menos señalados en las entrevistas en profundidad que en los cuestionarios y el grupo de discusión, debido al mayor nivel de la práctica de las personas entrevistadas. Como quedó de manifiesto en el grupo de discusión, en las primeras etapas de vinculación con las AFDMN, el participante, sobretodo femenino, percibe condicionada su práctica de AFDMN por peligros objetivos inevitables, pero conforme aumentan sus conocimientos y experiencia y material, su capacidad de reducir el riesgo asociado a estos peligros objetivos hace que esto condicione menos o incluso estimulen la práctica.

Al igual que con los peligros del medio natural, las dificultades para conseguir material afectaron más al alumnado de CAFD (cuestionarios y grupo de discusión) que a las personas entrevistadas, esto se explica por el hecho de que el alumnado de CAFD poseía un nivel de práctica menor que la media de las personas entrevistadas (todavía no se había comprado ese material). Con el transporte ocurrió algo parecido que con las dificultades para conseguir material, ya que afectó más a personas jóvenes estudiantes de CAFD (cuestionarios y grupo de discusión) que adultas.

Llama la atención que las dificultades de índole económico fueran más nombradas en las entrevistas en profundidad que en el grupo de discusión, ya que en este último caso, el hecho de ser estudiantes hacía

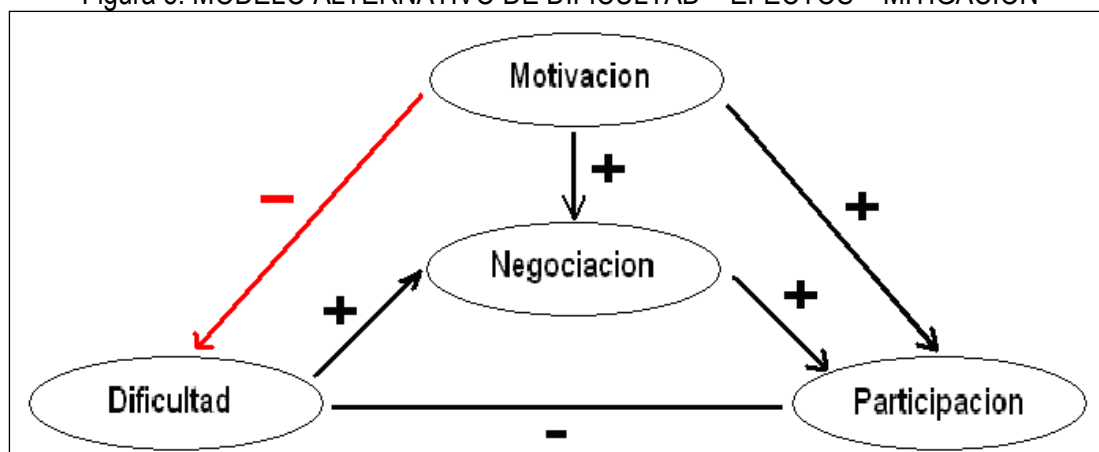
esperar que estuviesen más condicionados que las personas entrevistadas, de mayor edad y poder adquisitivo. Revisando los análisis de las entrevistas en profundidad, se observa que las personas entrevistadas hicieron alusión a esta cuestión al referirse a dificultades que habían tenido en sus momentos de iniciación, por lo que se deriva que los problemas de tipo económico suelen afectar más en las primeras etapas de práctica de AFDMN, aunque en una práctica de alto nivel condicionan seriamente los proyectos.

La práctica de AFDMN va asociada a un cierto grado de motivación o vinculación afectiva hacia estas actividades. Como se observó a través de los cuestionarios, los estudiantes de CAFD altamente vinculados por tanto hacia la práctica de AFDMN han llegado a minimizar estas dificultades, por lo que en el cuestionario no aparecerían con suficiente peso.

En aquellos estudiantes con una escasa vinculación hacia las AFDMN, se dio el hecho de que tampoco se percibían dificultades, ya que la persona, ni se había planteado siquiera la posibilidad de realizar estas actividades ni las dificultades que ello conllevaba.

El hecho de que la vinculación con las AFDMN tenga clara influencia en las dificultades percibidas, provoca el que el modelo de dificultad – efectos - mitigación de Hubbard y Mannell (2001) no se verifique completamente, ya que la motivación no sólo estimula la participación y activa estrategias de superación de las dificultades, sino que al mismo tiempo, disminuye la percepción de dificultades. Por todo ello, desde los resultados de esta tesis, se propone la siguiente variación:

Figura 5: MODELO ALTERNATIVO DE DIFICULTAD – EFECTOS – MITIGACIÓN



FUENTE: Elaboración propia.

Está claro que la motivación, concretamente la intensidad de la motivación juega un papel relevante al estimular la práctica de AFDMN y activar estrategias de negociación, pero esta motivación también va a condicionar la percepción de las dificultades, ya que la aproximación cualitativa a esta cuestión (grupo de discusión y entrevistas en profundidad) ha mostrado como las personas más vinculadas con las AFDMN perciben las dificultades en menor medida o incluso minimizan su importancia y en el caso de personas poco motivadas, y por ende, menos vinculadas con las AFDMN perciben una mayor cantidad de dificultades y magnifican estas.

La importancia del nivel de vinculación participativa con estas actividades quedó comprobado a través de la información obtenida en las técnicas cualitativas, siendo la actitud ante la peligrosidad del medio natural un claro ejemplo: En el grupo de discusión y las entrevistas en profundidad a personas menos motivadas, la peligrosidad del medio natural se vio como dificultad disuasoria, mientras que en el caso de las personas con una mayor determinación hacia la realización de estas actividades, esta peligrosidad se vio más como un desafío. Todo ello muestra la importancia subyacente de la motivación como variable a tener en cuenta, no sólo para percibir las dificultades, sino para activar las estrategias que permitirán superar estas.

4.3. ESTRATEGIAS DE SUPERACIÓN DE LAS DIFICULTADES.

4.3. ESTRATEGIAS DE SUPERACIÓN DE LAS DIFICULTADES

La información más abundante sobre estrategias de superación de las dificultades para la práctica de AFDMN fue la proveniente de la aproximación cualitativa, especialmente en las entrevistas en profundidad, ya que el proceso de activación y uso de las estrategias se efectúa en niveles preconscientes. Al igual que ocurrió con las dificultades percibidas, en el caso de las estrategias, en muchas ocasiones, éstas son activadas inconscientemente, por lo que la aproximación cualitativa a estas cuestiones es más productiva por el momento que las aproximaciones cuantitativas.

A grandes rasgos, existe la posibilidad de superar todas las dificultades que inciden en la práctica de AFDMN, confirmándose así la hipótesis de que en función de la magnitud de las dificultades se establece un proceso entre equilibrio de acomodación – reestructuración de la actividad. La modificación de la actividad resultó una estrategia frecuentemente empleada que apareció en las dos técnicas cualitativas, siendo de hecho la más mencionada en el grupo de discusión y una de las mas mencionadas en las entrevistas en profundidad, lo cual, como viene siendo habitual, se asocia con la motivación y el valor que esas actividades tengan para su practicante.

El aumento de frecuencia de práctica de AFDMN, conlleva la relativización de las dificultades y la activación de diversas estrategias de superación de estas, resultado esperado según el marco teórico y corroborado por la información recogida en las entrevistas en profundidad y el grupo de discusión. La misma práctica de AFDMN provoca en un primer momento una activación de estrategias intrapersonales, lo que

hace superar las dificultades antecedentes, y finalmente, en aquellos participantes que han llegado a una gran vinculación afectiva, las estrategias pasan a incidir en el estilo de vida, lo que acaba relativizando o haciendo desaparecer las dificultades intersociales y estructurales.

Tanto en las entrevistas en profundidad como en los cuestionarios, se observaron las relaciones entre dificultades y estrategias que buscaron sin éxito Jackson y Rucks (1995), ya que por ejemplo, la dificultad más aludida, hacer/integrarse en grupos, fue aparejada con esta misma estrategia interpersonal en los tres instrumentos.

La reestructuración del entorno social para dar cabida a las AFDMN que relataron los/as entrevistados/as fue también mencionada en el grupo de discusión cuando el alumnado de CAFD relató como había tenido que reestructurar sus relaciones sociales para diferenciar entre sus amistades de toda la vida y las del deporte, además de los esfuerzos por hacer coexistir estos círculos de amistades, lo cual no es sino una estrategia de tipo interpersonal. De la información recogida en el grupo de discusión y las entrevistas en profundidad, podría decirse que los dos círculos de amistades es un fenómeno generalizable a toda la población practicante de AFDMN.

Además de salir al medio natural en grupo, también se suele recurrir a la pareja. En consonancia con los hallazgos de la literatura, los resultados obtenidos por los cuestionarios y las entrevistas en profundidad señalaron la gran importancia que tiene el salir con la pareja en el caso de las mujeres practicantes regulares, encontrando la explicación a este fenómeno en las entrevistas en profundidad cuando se hizo alusión a la alta probabilidad de encontrar pareja en este ámbito y los problemas que se generan en las relaciones cuando la pareja es no practicante de estas actividades.

Otra estrategia para superar las dificultades intersociales, es la de recurrir a los grupos organizados y a clubes. Esta solución fue bastante mencionada por mujeres en la aproximación cualitativa, pero apenas fue citada en los cuestionarios. Salir en grupos organizados no es un recurso muy empleado por el alumnado de CAFD, como se observó por los cuestionarios y por el hecho de que en el grupo de discusión no fuese apenas mencionado. El alumnado de CAFD, antes que con empresas o grupos organizados prefiere salir con amistades que hacen la labor de guía como quedó expuesto en el grupo de discusión y los cuestionarios; no obstante, las entrevistas en profundidad mostraron una tendencia por parte de las mujeres para salir en grupos organizados como estrategia de superación de las dificultades de tipo intersocial.

Tanto en las entrevistas en profundidad como en el grupo de discusión, algunas estrategias para salir al medio natural fueron más citadas por mujeres que por hombres, éstas son: el aislamiento y el ocultamiento de intenciones para evitar problemas con la familia principalmente.

Otra estrategia es salir sin nadie. Dentro de la práctica regular, salir solos/as es la solución por la que los alumnos de CAFD parece estar más dispuesto que sus compañeras, según los cuestionarios y la información extraída del grupo.

A grandes rasgos, la aproximación cualitativa obtenida a través del grupo de discusión y las entrevistas en profundidad sirvió para poner de manifiesto, en mayor medida que los cuestionarios, la existencia de actuaciones eficientes como estrategias de superación de las dificultades, lo que minimizó en gran medida la importancia absoluta de las dificultades. Las estrategias de superación de dificultades constituyen un amplio repertorio de recursos que, si son eficientemente empleados, permiten superar los problemas a la hora de salir al medio natural.

CAPÍTULO 6

CONCLUSIONES

CONCLUSIONES.

CAPÍTULO 6 CONCLUSIONES

De los resultados obtenidos por cada instrumento, así como de la triangulación de estos resultados, se llega a las siguientes conclusiones, que se expondrán en el mismo orden que los objetivos:

OBJETIVO 1. Describir y analizar, en el colectivo de estudiantes de ciencias de la actividad física y del deporte de las diferentes universidades madrileñas, las diferencias de género existentes en los hábitos y las características de su relación con las actividades físico deportivas en general y en el medio natural en particular.

Con relación al objetivo 1: Los resultados obtenidos en este estudio muestran como aun existiendo una alta vinculación con la práctica deportiva en ambos sexos, aparecen diferencias de género en cuanto a que hay menos mujeres estudiantes de CAFD que afirman practicar AFD. No hay diferencias de género en la frecuencia de práctica de quienes practican alguna AFD, lo cual indica que aunque hay menos mujeres estudiantes de CAFD que realicen AFD, cuando ésta se produce, esta práctica se produce con la misma regularidad de los hombres.

En el caso de las AFDMN, no aparecen las diferencias de género mencionadas en el párrafo anterior, por lo que puede afirmarse que las mujeres se incorporan más a las AFDMN que al deporte general y que, cuando lo hacen, ocurre lo mismo que en la AFD general, ya que éstas siguen similares pautas de regularidad que los hombres.

Las alumnas de CAFD reparten su práctica deportiva regular entre una mayor variedad de actividades que los hombres, Sin embargo, con respecto a as AFD en la naturaleza, sus salidas regulares al medio natural se concentran en menos actividades que sus compañeros.

CONCLUSIONES

Entre al alumnado de CAFD cabe hablar de deportes afines al estereotipo masculino y femenino. Se encuentran diferencias de género en los deportes más practicados regularmente, ya que los hombres prefieren el fútbol y la musculación mientras que las mujeres realizan aeróbic y natación con mayor frecuencia que sus compañeros de estudios.

Si las mujeres practicantes regulares de AFDMN concentran su actividad deportiva en pocas actividades, en el caso de las practicantes de carácter vacacional, hay una mayor dispersión en las actividades realizadas. Tanto hombres como mujeres aprovechan las vacaciones para salir al medio natural, predominando en la práctica vacacional los deportes de temporada y de fácil accesibilidad en general.

Las diferencias de género en los tipos de AFDMN más practicadas se encontraron en el caso de las actividades vacacionales, donde el senderismo y el esquí son actividades más practicadas por las alumnas. Se observa cómo actividades más afines al estereotipo masculino como la caza o el alpinismo son mencionadas por hombres pero no por mujeres, lo que permite afirmar que entre la población estudiante de CAFD, hay ciertas AFDMN asociadas a cada sexo.

Las alumnas de la carrera de CAFD que salen al medio natural practican estas actividades en similares condiciones que sus compañeros, ya que no se encontraron diferencias de género en el modelo de práctica (recreativo o de rendimiento) ni en la posesión o no de licencia federativa. La frecuencia de realización de AFDMN es un aspecto que condiciona estas cuestiones en mayor medida que el género.

CONCLUSIONES

La práctica de AFDMN se realiza fundamentalmente en grupos de amistades, que según el colectivo de estudiantes de CAFD, provienen de sus propios/as compañeros/as de estudios. Estos grupos presentan un fuerte desequilibrio en cuanto a sexos, siendo habitual encontrar grupos donde las mujeres o no están presentes, o su presencia es muy escasa.

Los cuestionarios evidenciaron que el salir con la pareja es un modo de práctica especialmente utilizado por las alumnas practicantes regulares de AFDMN. Este fenómeno, ya observado en estudios españoles previos, es consecuencia, según ciertos/as participantes de este estudio, de la desproporción entre hombres y mujeres existente dentro de los grupos practicantes regulares de estas actividades. Es más probable que una mujer practicante asidua de AFDMN encuentre pareja en su grupo de práctica de AFDMN, formado mayoritariamente por hombres, mientras que en el caso de los varones, este hecho es menos probable.

A través de la aproximación cualitativa se manifiesta la influencia de los roles de género que las diferentes personas desempeñan dentro de los grupos de práctica de AFD en el medio natural. Dentro de estos grupos, las mujeres han percibido en ocasiones actitudes sobre protectoras por parte de sus compañeros o han visto su capacidad de decisión mermada, lo cual es mejor o peor aceptado según sean las motivaciones que lleven a éstas a salir al medio natural, motivaciones que serán objeto de estudio a continuación.

CONCLUSIONES

OBJETIVO 2. Conocer la relación de la motivación con la frecuencia de práctica de AFDMN, estableciendo las diferencias de género existentes y diferenciando entre diferentes frecuencias de práctica de este tipo de actividades.

Con relación a los motivos que llevan a practicar AFDMN, las diferencias de género van disminuyendo conforme aumenta la frecuencia de realización de estas actividades, lo que indica que en niveles elevados de práctica de AFDMN, los motivos que llevan a salir al medio natural son similares entre hombres y mujeres.

A nivel general, se observa cómo las mujeres valoran más positivamente las AFDMN como ocio físicamente activo. La búsqueda de salud a través de la AFD es una razón para acercarse al deporte en general que tradicionalmente ha atraído a las mujeres en mayor proporción que los hombres, lo cual aparece en la población que cumplimentó los cuestionarios.

Dentro del grupo de practicantes vacacionales y no practicantes se observa como las alumnas de CAFD opinan estar más atraídas por dimensiones introspectivas como “*estar en contacto con la naturaleza*” o “sentir el medio natural”, lo que va en línea con las corrientes eco feministas descritas en el marco teórico.

Siguiendo con los grupos de practicantes vacacionales y no practicantes, las alumnas se ven más atraídas por un ocio en el medio natural de tipo afiliativo o social, ya que valoran el “estar con personas similares” o “conocer a nuevas personas” en mayor medida que los hombres.

Los hombres estudiantes de CAFD, independientemente de su frecuencia de práctica deportiva en el medio natural, muestran una afinidad por las dimensiones de “asumir riesgos” y de conseguir mayor reconocimiento social que tienen estas actividades más elevada que las mujeres, observándose con esto que el alumnado de CAFD no está libre de la influencia de los estereotipos de género.

CONCLUSIONES

OBJETIVO 3. Identificar las dificultades que restringen la práctica de actividades físico deportivas en el medio natural, constatando particularmente los impedimentos asociados al género y observando, en cada sexo, las relaciones que se establecen entre influencia de la frecuencia de práctica de estas actividades y dificultades percibidas.

Se observó como la percepción de dificultades varió en gran medida en función del género y de la frecuencia de práctica de AFDMN, como se expone a continuación.

Mientras que en el caso de los alumnos estudiantes de CAFD, las dificultades percibidas disminuyen con la práctica, en el caso de las alumnas, esta percepción se mantiene estable independientemente de la frecuencia de práctica.

El análisis de los resultados, especialmente en los instrumentos cualitativos mostró la importancia de las dificultades intrapersonales o antecedentes tanto en el caso de los hombres como en el de las mujeres. La propia práctica de AFDMN es una consecuencia directa de la superación previa de estas dificultades, por lo que los problemas de tipo intrapersonal o antecedentes ocupan el primer puesto en cuanto a su poder restrictivo, confirmándose así los resultados esperados.

Siguiendo con las dificultades de tipo intrapersonal, dentro del alumnado de CAFD, no se encuentran diferencias de género en cuanto a la percepción de limitaciones intrapersonales salvo en el interés y el auto concepto. Conforme aumenta la vinculación de las alumnas con estas actividades, se van sintiendo más limitadas que los alumnos por tener un inferior auto concepto sobre su capacidad para realizar estas actividades.

Las dificultades interpersonales no han llegado a alcanzar valores elevados entre el alumnado de CAFD, dado que estos estudios sitúan a estas personas en un contexto donde es relativamente sencillo encontrar compañeros/as de práctica. En las entrevistas a población no estudiante de CAFD y el grupo de discusión se han observado dificultades a la hora de compatibilizar los grupos de amistades del campo de las AFDMN con las de fuera del mundo del deporte.

CONCLUSIONES

Los estereotipos de género han condicionado la práctica de AFDMN de las mujeres entrevistadas y aquellas que conformaron el grupo de discusión. El realizar AFDMN no acaba de encajar con los roles de género femeninos, por lo que algunas de estas mujeres han sentido en algún momento cierta pérdida de su feminidad por el hecho de salir al medio natural.

Si la pareja era una estrategia de superación de las dificultades más empleado por las mujeres, en el caso de los hombres entrevistados, la compatibilización del medio natural con la pareja es mencionada con cierta frecuencia como factor que dificulta la práctica de estas actividades.

Respecto a las dificultades de tipo estructural, el estudio confirma que éstas siguen operando, a pesar de las mejoras que algunos problemas como los relacionados con el transporte han experimentado en las últimas décadas.

La falta de tiempo, dificultad más citada en los cuestionarios tanto por hombres como por mujeres, no es mencionada en la aproximación cualitativa como un problema, sino que se muestra como una respuesta políticamente correcta consecuencia de una baja motivación y participación en estas actividades.

Las dificultades van variando según la etapa del ciclo vital, como se observó fundamentalmente a través de la aproximación cualitativa proveniente de personas en diferentes etapas del ciclo vital. Las personas jóvenes y estudiantes se definen como más limitadas por dificultades como la falta de medios o el desconocimiento, mientras que las personas adultas enumeran otros problemas como por ejemplo las responsabilidades familiares.

CONCLUSIONES

OBJETIVO 4. Identificar y describir las estrategias empleadas por hombres y mujeres para franquear las dificultades que restringen su práctica de actividades físico deportivas en el medio natural, atendiendo especialmente a la influencia del género en este proceso de negociación de dificultades.

Buena parte de las dificultades que inciden en la práctica de AFD en la naturaleza se manifiestan superables por los participantes de este estudio, incluyendo aquellas que provocan mayores restricciones a largo plazo como son la maternidad. Esta superación, en los casos más complejos, se estima cuestión de años, donde pueden actuar soluciones de sustitución temporal de una actividad por otra, o estrategias de aventura creativa en forma de proyectar actividades futuras que mantengan el vínculo con estas actividades.

Los esfuerzos para lograr practicar AFDMN, se han dirigido en gran medida a activar estrategias de tipo interpersonal; éstas tienen la capacidad de solucionar múltiples problemas (falta de conocimientos, material, experiencia, transporte...) y está al alcance del alumnado de CAFD, ya que sus estudios le sitúan en un entorno social propicio para salir al medio natural.

En línea con el párrafo anterior, existe una tendencia de las mujeres a integrarse en grupos de práctica como solución a varias de las dificultades existentes para salir al medio natural. Las mujeres entrevistadas hicieron gran cantidad de alusiones a la solución de buscar personas con las que salir, siendo esta una estrategia asociada al género femenino, mientras que la solución de salir solos ha sido más observada en el caso de los hombres encuestados.

Otra opción, también utilizada predominantemente por ellas ha sido la de tratar de introducir en el grupo de practicantes de estas actividades a amistades provenientes del círculo social anterior a la

CONCLUSIONES

práctica de AFDMN. Estrategias más aludidas por las mujeres han sido además salir de la mano de la pareja o de un club, y también el ocultar los planes a las personas allegadas como estrategia preventiva para evitar con ello otras dificultades.

Las dificultades hacia la práctica de AFDMN se superan secuencialmente. Así, la evolución informada por los participantes comenzó con una superación de las dificultades intrapersonales o antecedentes (fase más difícil) y continúa con la lenta reestructuración de su entorno social hasta que las dificultades interpersonales quedan neutralizadas. El siguiente paso son los cambios en el estilo de vida que irán acabando con los problemas de tipo estructural.

El proceso descrito tiene lugar a nivel preconscious, ya que implica la movilización de una serie de contenidos de la actividad mental que sin operar a un nivel consciente, pueden aflorar a este plano y ser verbalizados mediante técnicas como las entrevistas en profundidad, como ha sido el caso de esta tesis.

La culminación o no del proceso de superación de las dificultades dependerá de la motivación, que juega un importante papel para activar y llevar a cabo esa negociación de los problemas. Este proceso también es susceptible de variaciones en función de las diferentes etapas del ciclo vital, que irán enfrentando al sujeto a diferentes dificultades.

CONCLUSIONES

OBJETIVO 5. Analizar la identificación de género del colectivo de estudiantes de CAFD, en cuanto a su desarrollo profesional en los diferentes ámbitos de las AFDMN, así como su competencia auto percibida en dichas prácticas y su valoración sobre la formación recibida en los estudios de CAFD.

Cuando el alumnado de CAFD hace referencia a sus intenciones de desarrollo profesional, se obtienen diferencias de género, ya que los hombres se muestran más interesados por el ámbito de la gestión de AFDMN, mientras que las mujeres sienten más afinidad por la docencia, hasta el punto de que ellas valoran más positivamente los conocimientos recibidos en este último ámbito. Ello puede relacionarse, entre otras variables, con el papel que juegan los estereotipos de género en cuanto a ocupaciones laborales, que asocian los valores y roles masculinos a tareas de dirección y los femeninos a trabajos de servicio a otras personas.

Respecto a competencia auto percibida relativa a las AFDMN, se alcanzan mayores valores en el ámbito de las técnicas que en el de gestión, sin que las diferencias de género en este sentido lleguen a ser estadísticamente significativas.

El trabajo también permitió contrastar los resultados del alumnado de primer y último curso, encontrándose que los estudios de CAFD incrementan la competencia auto percibida en las cuestiones relacionadas con el medio natural. Se observó como el alumnado de último curso alcanzó niveles de competencia autopercebida más altos en técnicas que en gestión, siendo en este último ámbito donde se alcanzaron mayores diferencias entre cursos.

CONCLUSIONES

La comparación de la competencia autopercebida del alumnado de primer y último curso en el ámbito de gestión mostró un incremento significativo en dicha competencia al avanzar la carrera, por lo que se constata que los estudios de CAFD mejoran significativamente los conocimientos de gestión del alumnado.

Como se esperaba en las hipótesis, quienes no practican ningún tipo de AFDMN mostraron unos valores de competencia auto percibida en gestión y técnicas menores que aquellos/as que salían al medio natural, Constituyendo los no practicantes de AFDMN un grupo independiente de los practicantes.

En definitiva, este trabajo ha llevado a cabo una comprobación en el contexto español de las teorías e hipótesis presentadas en otros países occidentales acerca de las dificultades que la práctica de AFDMN conlleva, y los modos en que esos problemas son superados. Las conclusiones aquí presentadas dan paso al siguiente apartado, donde se presentarán las líneas de investigación que esta tesis deja abiertas.

CAPÍTULO 7
CONSIDERACIONES FINALES,
LIMITACIONES Y PERSPECTIVAS DE
FUTURO

CAPÍTULO 7

CONSIDERACIONES FINALES, LIMITACIONES Y PERSPECTIVAS DE FUTURO

A grandes rasgos, la intención de este estudio ha sido contribuir al estudio de las dificultades que por cuestiones de género condicionan la práctica de AFDMN, así como describir el modo en que estos problemas son superados por cada sexo; todo ello en el ámbito del colectivo de estudiantes de CAFD y bajo una constante perspectiva de género. Se ha logrado el propósito general, aunque se ha dado la circunstancia de que conforme avanzaba la investigación, han surgido nuevas cuestiones que se apuntan como futuras líneas de investigación.

La primera consideración a tener en cuenta es que este trabajo se ha centrado en estudiantes de CAFD, realizándose también, como elemento de contraste, entrevistas en profundidad a personas no vinculadas con estos estudios universitarios. Dadas las especiales características del colectivo de estudiantes de CAFD, estas personas, así como los resultados derivados de su participación, no constituyen un reflejo del conjunto de la población universitaria en cuanto a hábitos de práctica deportiva, por lo que los resultados obtenidos, no pueden ser extrapolados al resto de esta población más que con reservas.

El enfoque feminista empleado ha sido predominantemente cultural. Es necesario el compaginar el estudio de las diferencias entre hombres y mujeres con un enfoque basado en el feminismo cultural para estudiar las mujeres y los hombres como colectivo en sí, yendo más allá de la simple comparación con el otro sexo.

A lo largo de esta tesis, sobretodo en su aproximación cualitativa, ha quedado manifiesto el hecho de que tanto las cuestiones y procesos referidos a percepción de dificultades como la activación de estrategias, operan a niveles preconscientes e inconscientes, por lo que la combinación de técnicas cualitativas con cuantitativas ha resultado un planteamiento muy recomendable para el estudio de estas cuestiones.

A nivel metodológico, resultaría interesante el ampliar esta investigación mediante una aproximación que utilizase la investigación participativa como eje de investigación, lo que permitiría conocer cómo influyen los roles y estereotipos de género en las relaciones interpersonales que se producen dentro de un grupo de hombres y mujeres practicantes de AFDMN, cuestión sumamente interesante que todavía no ha sido objeto de investigación directa.

La aproximación cualitativa se ha centrado principalmente en practicantes de AFDMN, por lo que no ha incluido a personas no practicantes cuya práctica está bloqueada por diferentes barreras. Queda por tanto perfilado el interés de la realización de un estudio cualitativo similar centrado en las barreras y la variable motivación (o desmotivación), cuyos resultados podrían ser comparados con los de esta tesis.

La aproximación cuantitativa no pudo realizarse a través de una muestra equilibrada en cuanto a sexos debido al desequilibrio entre hombres y mujeres en los estudios de CAFD. Sería interesante incrementar la muestra de modo que al dividir a esta en función de diversos aspectos, quedase un número suficiente de mujeres para emplear estadísticos diversos. Este incremento de la muestra se lograría recogiendo información en varias comunidades autónomas, o extendiendo

CONSIDERACIONES FINALES

el estudio al ámbito nacional, de modo que fuese posible el realizar una comparativa entre diferentes regiones.

En la revisión bibliográfica se constató que además de la edad, el nivel educativo también influye en la percepción de dificultades, ya que cuanto más alto es el nivel educativo, menos problemas se perciben. En general, la toma de datos de esta tesis se ha realizado con personas de nivel educativo alto, por lo que la generalización de los resultados a la población general debe hacerse con reservas. El poder adquisitivo de las personas también va a condicionar algunas de las dificultades a encarar, lo cual también es algo a tener en cuenta en futuros estudios.

Las dificultades encontradas para configurar los participantes del grupo de discusión provocaron que no fuese posible aprovechar todo el potencial que tiene esta técnica. El encontrar y reunir a personas con el perfil deseado resultó complejo, aunque esta técnica, junto con la investigación participativa, ha de ocupar un lugar preferente como base de nuevas investigaciones.

No obstante, el grupo de discusión se ha mostrado como un instrumento eficaz para abordar estas cuestiones. Su potencial debe ser aprovechado al máximo planteándose nuevas investigaciones que, utilizando varios grupos, indaguen sobre las dificultades y estrategias para de este modo ahondar en la temática y poder contrastar resultados provenientes de personas con diferentes perfiles.

En cuanto a instrumentación, el propósito más ambicioso de esta tesis, fue el de medir cuantitativamente mediante escalas tipo Likert las estrategias de superación de las dificultades en la práctica de AFDMN, cuestión que desde el intento de Jackson y Rucks (1995) es perseguida por muchos investigadores/as que aparecen reseñados/as en la

CONSIDERACIONES FINALES

bibliografía. El diseño de un cuestionario útil para medir estas estrategias y sólido desde un punto de vista estadístico es una cuestión pendiente que constituiría una buena continuación de este trabajo.

La medición cuantitativa de las estrategias de superación de dificultades, al igual que los problemas, resulta compleja. Quizás por su alta interrelación y también porque en algunos casos, estas estrategias se emplean de modo inconsciente; esto provoca el que los cuestionarios por si solos no sean lo suficientemente eficaces a la hora de examinar la cuestión de las estrategias de superación de las dificultades. Es necesaria una mayor investigación en este sentido que continúe combinando ambas aproximaciones con el objetivo de ir mejorando la instrumentación cuantitativa al respecto, al mismo tiempo que aproveche el potencial de los instrumentos cualitativos.

Ya desde el marco teórico se constató la falta de instrumentos consolidados y verificados para medir dificultades y estrategias de negociación, especialmente estas últimas. La alta sensibilidad de estas cuestiones a variables demográficas y socioculturales invita a la elaboración de bancos de dificultades y estrategias de negociación que al igual que se ha utilizado con las razones para salir al medio natural, pueden ser la base para llegar a realizar instrumentos útiles para futuras investigaciones.

El presente trabajo ha abierto nuevas líneas de investigación, al mismo tiempo que ha permitido obtener información que tendrá aplicaciones prácticas de cara a mejorar la práctica de AFDMN en hombres y mujeres, como se presenta a continuación.

La vinculación afectiva con las AFDMN ha resultado ser una variable de gran importancia al condicionar tanto la percepción de dificultades como la

CONSIDERACIONES FINALES

activación de estrategias. Es necesaria una aproximación cuantitativa a estas cuestiones incluyendo la intensidad de la motivación como variable, de modo que puedan explorarse posibles relaciones significativas entre motivación y dificultades y/o estrategias. Además de la intensidad de la motivación, sería de gran importancia el cuantificar ésta según sus diferentes dimensiones (internas y externas).

Esta tesis ha mostrado como en general, dentro de los colectivos de hombres y mujeres estudiantes de CAFD entre si hay más diferencias en algunos aspectos que al comparar entre estos dos colectivos, por lo que es importante el diseño de instrumentos “a medida”, como han hecho la mayor parte de autores presentados en el estado de la cuestión.

La especial importancia que tiene la pareja en las mujeres a la hora de salir al medio natural observada tanto en las alumnas de CAFD como en el marco teórico no ha sido mencionada en investigaciones extranjeras. Sería interesante observar si este fenómeno se da sólo en nuestro país o está más extendido.

Este estudio ha englobado a todas las personas practicantes de AFDMN según su frecuencia de práctica de estas actividades, sin hacer una diferenciación de actividades más allá del medio empleado o la accesibilidad de la práctica. En un campo tan vasto como el de las AFDMN, cabe la posibilidad de que dentro de cada actividad, cada una de las cuestiones estudiadas en sus participantes presente rasgos diferenciados, por lo que merecería la pena repetir esta investigación centrándose en una actividad o grupo de actividades en la naturaleza concreto; esto requeriría una mayor muestra de cara a hacer análisis cuantitativos.

CONSIDERACIONES FINALES

La cuestión de la edad también se muestra relevante en las dificultades que condicionan la práctica de este tipo de actividades, por lo que un estudio centrado en la descripción y análisis de las dificultades a lo largo de la edad proporcionaría información sumamente interesante, ya que tanto las dificultades de género como los medios disponibles para superar estas difieren en función de la edad.

Para finalizar este apartado, las implicaciones prácticas de esta investigación son claras y se exponen a continuación:

La población estudiante de CAFD está encaminada a desarrollar una actividad profesional ligada cada vez más al sector del ocio, turismo y tiempo libre, donde se sitúan las AFDMN. Desde este papel profesional, van a transmitir una serie de valores relacionados con el género, por lo que el conocimiento de cómo la variable género influye en este colectivo es necesario.

Un estudio de las dificultades es un primer paso hacia la eliminación o minimización de estas. El conocimiento de los factores que hacen desistir a usuarios potenciales de AFDMN puede servir a empresas de servicios de ocio en el medio natural para enriquecer su oferta de servicios y desarrollar estrategias de marketing para alcanzar nuevos sectores de población y desarrollar preferencias por este tipo de ocio poco planteadas anteriormente.

A modo de ejemplo, una comprensión de las dificultades de colectivos concretos como las mujeres con hijos, puede ayudar a discernir sus demandas de ocio, por ejemplo, diseñando AFDMN para la familia que incluyan actividades para los pequeños, sean compatibles con los niños o tengan guardería. En este sentido van apareciendo clubes y guías que incluyen actividades compatibles, o proporcionan información sobre la

CONSIDERACIONES FINALES

posibilidad que ofrece el sendero de llevar un carrito de niños respectivamente.

CONSIDERACIONES FINALES

CAPÍTULO 8

BIBLIOGRAFÍA CONSULTADA

BIBLIOGRAFÍA CONSULTADA.

CAPÍTULO 8 BIBLIOGRAFÍA^a

Abellán-García González, J. L. *Ideas para el siglo XXI*. 1ª Edición. Madrid: Libertarias - Prodhufi, 1994. ISBN: 9788479541842

Acuña Franco, S.; Hernández Morales, G. y Parrón Mate, N. *Coeducación en el tiempo libre*. 1ª Edición. Madrid: Consejería de Educación y Cultura - Dirección General de Juventud, 1993. ISBN: 8478841563

Acker, S. *Género y educación. Reflexiones sociológicas sobre mujeres, enseñanza y el feminismo*. 1ª Edición. Madrid: Nancea, 1995. ISBN: 9788427711433

Aguado, A. M. *Actividades físicas en el medio natural en la educación física escolar*. 1ª Edición. Patronato Municipal de Deportes del Ayuntamiento de Palencia. 2001 (Sin ISBN).

Aguilar, J. M. *Grupo de discusión*. 1ª Edición. Buenos Aires: Lumen/Humanitas, 1998. ISBN: 9507247823.

Alario, C.; Bengoechea, M.; Lledó, E. y Vargas, A. *Nombra en femenino y masculino. La representación del femenino y el masculino en el lenguaje*. 1ª Edición. Madrid: Comisión Asesora sobre Lenguaje del Instituto de la Mujer 2002. (Sin ISBN).

Alexandris, K. y Carrol, B. "An analysis of leisure constraints based on different recreational sport participation levels: Results from a study in Greece". *Leisure Sciences*. 1997, vol. 19, pp. 1-15.

Alexandris, K., Tsorbatzoudis, C. y Girgolas, G. "Perceived constraints on recreational sport participation: investigating their relationship with intrinsic motivation, extrinsic motivation and amotivation". *Journal of Leisure Research*. 2002, Nº 34 (3), pp. 233-252.

Alexandris, K., Kouthouris, C. y Girgolas, G. "Investigating the relationship among motivation, negotiation and alpine skiing participation". *Journal of Leisure Research*. 2007, Nº 39 (4), pp. 648-667.

^a Siguiendo las recomendaciones del Servicio de Coordinación de Bibliotecas de la U.P.M., el sistema de citación empleado se ha basado en la norma ISO 690-1987 y su equivalente UNE 50-104-94. Dado que en este sistema la puntuación y el estilo tipográfico no son prescriptivos, en estos aspectos se han seguido las recomendaciones del Servicio de Coordinación de Bibliotecas de la UPM.

- Algar Barrón, J. *Medio ambiente y deporte*, Dossier del área de tipos de organizaciones deportivas. Estudio y gestión de casos, Master en dirección de organizaciones e instalaciones deportivas, INEF, Madrid. 2000
- Aneca. (2007) *Libro Blanco del Título de grado en Ciencias de la Actividad Física y del Deporte*. (Documento en PDF). Publicado en http://www.aneca.es/activin/docs/libroblanco_deporte_def.pdf. (Fecha de consulta 04/09/08).
- Arab-Moghaddsm, N. y Henderson, K.A. "Women leisure and constraints to participation: Iranian perspective". *Journal of Leisure Research*. 2007, N° 39 (1), pp. 109-126.
- Arribas Cubero, H. "Formación Inicial y Permanente en torno a las Actividades Físicas en el Medio Natural. Una Propuesta Para Diferentes Ámbitos Educativos". En: Alfredo Miguel Aguado (Coord). I Congreso Nacional Actividades Físicas en el Medio Natural en la Educación Física Escolar *Actividades Físicas en el Medio Natural en la Educación Física Escolar*, (Palencia, 8 al 10 de mayo de 2003). Palencia: Patronato Municipal de Deportes. 2003. ISBN: 8468820083.
- Ayora, A. *Gestión del riesgo en montaña y en actividades al aire libre*. 1ª Edición. Madrid: Desnivel, 2008. ISBN: 9788498291421.
- Barbera, E "Estereotipos de género, construcción de la imagen de las mujeres y de los varones". En: FERNÁNDEZ, J. *Género y sociedad*. 1ª Edición. Madrid: Pirámide, 1998. pp.177-206.
- Beigbeder, F. *Nuevo diccionario politécnico de la lengua española e inglesa, Inglés – español*. 1ª Edición. Madrid: Díaz de Santos S.A, 1988. (Volumen 1). ISBN: 848625171
- Bem, S. L. "Gender Schema Theory: A Cognitive Account of Sex Typing". *Psychological Review*. 1981a, N° 88 (4), pp: 354-364.
- Bem, S. L. "The BSRI and Gender Schema Theory: A Reply to Spence and Helmreich". *Psychological Review*. 1981b, N° 88 (4), pp: 369-371.
- Bialeschki, M. D. ""We said "Why not?" A Historical perspective on women's outdoor pursuits". *Journal of Physical Education, Recreation and Dance*. 1992, N° 63 (2), pp: 52-55.
- Bialeschki, M. D. y Michener, S. "Re-entering leisure: transition within the role of motherhood". *Journal of Leisure Research*. 1994, N° 26 (1), pp. 57-74.
- Bialeschki, M.D.: (2002) "Are we having fun yet?: resistance and social control of women's outdoor experiences as a contested area of constraints.", en X Canadian Congress of Leisure Research, Alberta, 22-25 de mayo de 2002,

(Abstract publicado en la página web de la Universidad de Alberta
http://www.eas.ualberta.ca/elj/cals/cclrabs_ad.doc Fecha de consulta, 21/11/04)

- Blasco, T.; Capdevilla, L.; Pintanel, M.; Valiente, L. y Cruz, J. "Evolución de los patrones de actividad física en estudiantes universitarios". *Revista de Psicología del Deporte*. 1996, Nº 9-10, pp. 51-63.
- Bond, M. *Libres como el viento*, relato de mujeres viajeras. 1ª Edición. Barcelona: Ediciones Oniro, 2003. ISBN: 8497540492
- Bonilla, A. "Los roles de género". En: Juan Fernández. *Género y sociedad*. 1ª Edición. Madrid: Pirámide, 1998. pp.141-176. ISBN: 8436811615.
- Buchanan, R. "Dying to Climb". *Women's Sport and Fitness*. 1998, Nº6, pp:118-123.
- Bunting, C. J. *Interdisciplinary Teaching Through Outdoor Education*. 1ª Edición. Champaign, IL: Human Kinetics. 2006. ISBN: 0736055029
- Buñuel Heras, A. "The recreational physical activities of Spanish women: a sociological study of exercising for fitness". *International Review for the Sociology of Sport*. 1991, Nº 26, pp. 203-213.
- Buñuel Heras, A. "La mujer, el tiempo libre y las prácticas deportivo – recreativas". En Instituto de la Mujer. *El ejercicio físico y la práctica deportiva de las mujeres*. 1ª Edición. Madrid: Instituto de la Mujer (Serie debate, 12). 1999. ISBN: 8477990557.
- Cabrera Bosch, I. "Las mujeres que lucharon solas: Concepción Arenal y Emilia Pardo Bazán". En Pilar Folguera. *Feminismo en España, dos siglos de historia*. 1ª Edición. Madrid: Pablo Iglesias, 1988. pp: 29-50. ISBN: 9788485691470.
- Canales Lacruz I.; Lagardera, F. y Perich, M. J. "Lo femenino en las actividades físicas en la naturaleza". *Apunts. Educación Física y Deportes*. 1995, Nº 41, pp. 141-150.
- Canales Lacruz I. y Perich, M. J. "Mujer y deporte de aventura: Análisis de un estudio en Aragón". En Actas del XVI Seminario Aragonés Municipio y Deporte. 1ª Edición. Calatayud: Diputación General de Aragón, 1997. ISBN: 8477537178.
- Canales Lacruz I. y Perich, M. J.: (2000) "Las emociones en la práctica de las actividades físicas en la naturaleza", *Lecturas. Educación Física y Deportes (Revista Digital)*, Año 5, Nº 23, <http://www.efdeportes.com/efd23/emocnat.htm>. [Consulta 03/02/2003].
- Cantón Chirivella, E.: (1997) "Motivación en la Actividad Física y Deportiva ", *Revista Electrónica de Motivación y Emoción. (Revista Digital)*, Volumen 3,

Nº 5-6, <http://reme.uji.es/articulos/acante1372212100/texto.html> [Consulta 05/07/2004].

Cañadell, R. M. "Mujer y discriminación". *Cuadernos de Pedagogía*. 1990, Nº 186, pp: 51-53.

Carrol, B. y Alexandris, K. "Perception of constraints and strength of motivation: their relationship to recreational sport participation in Greece". *Journal of Leisure Research*. 1997, Nº 29(3), pp: 279-299.

Casterad Seral, J.; Guillén Correas, R. Y Lapetra Costa, S. *Actividades en la naturaleza*. 1ª Edición. Barcelona: Inde, 2000. ISBN: 8495114364.

Castillo Fernández, I. y Balaguer Sola, I. "Dimensiones de los motivos de práctica deportiva de los adolescentes valencianos escolarizados". *Apunts. Educación Física y Deportes*. 2001, Nº 63, pp: 22-29.

Castillo Fernández, I., Balaguer Sola, I. y Duda, J. L. "Las orientaciones de meta y los motivos de práctica deportiva en los jóvenes deportistas valencianos escolarizados". *Revista de Psicología del Deporte*. 2000, Nº 9(1), pp: 37-50.

Cervelló Gimeno, E.; Fuentes García, J.P. y Sanz Rivas, D. "Un estudio piloto de las características motivacionales de los tenistas y de los tenistas en silla de ruedas de competición". *Apunts. Educación Física y Deportes*. 1999, Nº58, pp: 73-78.

Clough, P.; Shepherd, J. y Maughan, R. "Motives for participation in recreational running". *Journal of Leisure Research*. 1989, Nº 21(4), pp: 297-309.

Coakley, J. y White, A. "Making decisions: gender and sport participation among British adolescents". *Sociology of Sports Journal*. 1992, Nº9, pp: 20-35.

Comunidad de Madrid. Decreto 23/2007, de 10 de mayo, del Consejo de Gobierno, por el que se establece para la Comunidad de Madrid el currículo de la Educación Secundaria Obligatoria. Boletín Oficial de la Comunidad de Madrid, 29 de mayo de 2007, num. 126. pp:48-139

Comunidad de Madrid. Decreto 67/2008, de 19 de junio, del Consejo de Gobierno, por el que se establece para la Comunidad de Madrid el currículo del Bachillerato. Boletín Oficial de la Comunidad de Madrid, 27 de junio de 2008, num. 152.

Consejo de Coordinación Universitaria, Secretaría. (2009) Estadística Universitaria > Estadística Alumnado > Resultados detallados 2005-2006 > Distribución por Titulación > Matriculados 1º y 2º Ciclo. http://univ.micinn.fecyt.es/univ/ccuniv/html/estadistica/curso2005-2006/Resultados_detalle/IV.1.MATRICULA1Y2CICLO.zip (Archivo Zip) [Consulta 22/03/2009].

- Consejo de Europa Carta Europea del Deporte realizada por el en septiembre de 1992 y revisada en mayo de 2001
- Crandall, R. "Motivations for leisure". *Journal of Leisure Research*. 1980, N°12, pp: 45-54.
- Crawford, D. y Godbey, G. "Reconceptualising Barriers to Family Leisure". *Leisure Sciences*. 1987, N°9, pp: 119-127. En Carrol y Alexandris, 1997.
- Crawford, D.; Jackson, E. y Godbey, G. "A hieratical model of leisure constraints". *Leisure Sciences*. 1991, N°13, pp: 309-320.
- Culp, R. H. "Adolescent girls and outdoor recreation; a case study examining constraints and effective programming". *Journal of Leisure Research*. 1998, N° 30(3), pp: 356-379.
- Crompton, J. L. y Seong-Seop, K. "Temporal changes in perceived constraints to visiting state parks". *Journal of Leisure Research*. 2004, N° 36(2), pp: 160-182.
- Dattilo, J.; Dattilo, A. M.; Samdahl, D. y Kleiber, D. "Leisure orientations and self-esteem in women with low incomes who are overweight". *Journal of Leisure Research*. 1994, N° 26(1), pp: 23-28.
- Deaux, K y Lewis, L.L. Structure and Gender stereotypes: interrelationship among components and gender label". *Journal of Personality and social psychology*. 1984, N° 46, pp:991-1004. En Shibley, J. (1995)
- Deem, R. "Women, leisure and inequality". *Leisure Studies*. 1982, N°1, pp: 29-46.
- Deem, R.: "Paid work, leisure and non-employment: shifting boundaries end gender differences", en *Annual Conference of the British Sociological Association*, Brawford University. 1984. En Woodward, et al. 1989.
- Diamond, J y Orenstein, G. *Reweaving the world. The emergence of ecofeminism*. 1ª Edición. San Francisco: Sierra Club Books. 1998. ISBN: 0871566230. En Humberstone, 1998.
- Diputación Territorial de Aragón. *Género femenino y actividades físico - deportivas en la naturaleza. El caso de la mujer aragonesa*. 1ª Edición. Zaragoza: Diputación Territorial de Aragón, 1997. ISBN: 847753652X.
- Driver, B. *Item Pool For Scales Designed To Quantify The Psychological Outcomes Desired And Expected From Recreation Participation*. Fort Collins, CO.: USDA Forest Service Rocky Mountain Forest and Range Experiment Station. 1977. En Ewert, 1993.
- Durán, M. A. "La práctica del ejercicio físico del ama de casa española. Un estudio sociológico". En Instituto de la Mujer. *Mujer y deporte. Serie debate 3*. 1ª Edición. Madrid: Instituto de la Mujer, 1987, pp. 91-102.

- Escartí, A, Musitu, G. y Gracia, E. “Estereotipos sexuales y roles sociales”, en Juan Fernández. *Nuevas perspectivas en el desarrollo del sexo y el género*. 1ª Edición. Madrid: Pirámide, 1988. pp.205-223. ISBN: 8434432404.
- España. Real Decreto 790/1981, de 24 de abril, sobre Institutos Nacionales de Educación Física y las enseñanzas que imparten. Boletín Oficial del Estado, 6 de mayo de 1981, num. 790, pp. 9577 – 9578.
- España. Real Decreto 1670/1993, de 24 de septiembre, por el que se establece el título universitario oficial de licenciado en ciencias de la actividad física y del deporte y las directrices generales propias de los planes de estudios conducentes a la obtención del mismo. Boletín Oficial del Estado, 20 de octubre de 1993, num. 251, pp.29558 y 29559.
- Ewert, A. “The identification and modification of situational fears associated with outdoor recreation”. *Journal of Leisure Research*. 1988, N° 20(2), pp: 106-117.
- Ewert, A. "Differences in the level of motive importance based on trip outcome, experience level and group type". *Journal of Leisure Research*. 1993, N° 25(4), pp: 335-349.
- Fasting, K.; Scraton, S.; Pfister, G.; Vázquez, B y Buñuel, A. *Experiencia y significado del ejercicio físico en la vida de las mujeres de algunos países europeos*. 1ª Edición. Madrid: Ministerio de Asuntos Sociales - Instituto de la Mujer, 2000. ISBN: 847799651.
- Fernández García, E. "Cultura social y estereotipos de género en la actividad física y el deporte". En: *Actas del III Congreso Internacional Educación Física e Interculturalidad*, (Cartagena, 14-17 noviembre 2002). Murcia: Consejería de Educación y Cultura. 2002. (CD ROM). ISBN: 8475642462.
- Fernández Nogales, A. *Investigación y técnicas de mercado*. 1ª Edición. Madrid: ESIC, 2002. ISBN: 8473563239.
- Fernández Sánchez, J. “Desarrollo sexual y de género: procesos de sexuación y asignación de género”. En FERNÁNDEZ, J. (Ed). *Nuevas perspectivas en el desarrollo del sexo y el género*. 1ª Edición. Madrid: Pirámide, 1988. pp.19-42. ISBN: 8436811615.
- Fernández Sánchez, J. “El posible ámbito de la genealogía”. En FERNÁNDEZ, J. (Ed). *Nuevas perspectivas en el desarrollo del sexo y el género*. 1ª Edición. Madrid: Pirámide, 1988. pp.43-61. ISBN: 8436811615.
- Fernández Trespacios, J. L. *Iniciación a la Psicología*. 2ª Edición. Madrid: Sanz y Torres, 1998. ISBN: 9788488667403.
- Fontecha Miranda, M. "El deporte como instrumento de emancipación e integración de las mujeres. Aspectos socioculturales". En: *Actas del III*

Congreso Internacional Educación Física e Interculturalidad, (Cartagena, 14-17 noviembre 2002). Murcia: Consejería de Educación y Cultura. 2002. (CD ROM). ISBN: 8475642462.

Francken, D.A. y Van Raaij, W.F. "Satisfaction with Leisure time activities". *Journal of Leisure Research*. 1981, Nº13, pp.1-14. En Henderson, et al.(1988) y Alexandris y Carroll, (1997).

Funollet, F. "Propuesta de clasificación de las actividades deportivas en el medio natural". *Apunts, Educación Física y Deportes*. 1995, Nº 41, pp: 124-129.

Funollet, F. "Actividades Físico Deportivas en el Medio Natural. Clasificaciones y Recursos. Organización de Actividades Físico Deportivas en la Naturaleza". En Blázquez, D. (Director de la Obra). *Preparación de oposiciones de educación física: Secundaria: Temario Desarrollado*. 2ª Edición. Barcelona: INDE, 1994. pp: 47/1-47/12. ISBN: 8487330274.

Gabrielsen, M. A. *Educación al aire libre*. 1ª Edición. Buenos Aires. Troquel, 1971. (Sin ISBN).

García Ferrando, M. *Los españoles y el deporte (1980-1990). Un análisis sociológico*. 1ª Edición. Madrid: Instituto de CC de la Educación física y el deporte, 1991. ISBN: 8436919793.

García Ferrando, M. *Tiempo libre y actividades deportivas de la juventud en España*. 1ª Edición. Madrid: Ministerio de asuntos sociales – Instituto de la Juventud, 1993. ISBN: 8485961781.

García Ferrando, M. *Socioestadística. Introducción a la estadística en Sociología*. 2ª Edición. Madrid: Alianza Editorial, 1994. ISBN: 8420680966.

García Ferrando, M. *Los españoles y el deporte: 1980-1995 (Un estudio sociológico sobre comportamiento actitudes y valores)*. 1ª Edición. Valencia: Tirant lo Blanch, 1997. ISBN: 8479490594.

García Ferrando, M.; Lagardera Otero, F. y Puig Barata, N. "Cultura deportiva y socialización". En M. García Ferrando, M.; Puig Barata, N.; Lagardera Otero, F. y Durán, J. *Sociología del deporte*. 2ª Edición. Madrid: C. C. Sociales - Alianza editorial. 1998. pp: 69-96. ISBN: 842066719.

García Ferrando, M. *Los españoles y el deporte: prácticas y comportamientos en la última década del siglo XX. Encuesta sobre los hábitos deportivos de los españoles, 2000*. 1ª Edición. Madrid: Ministerio de Educación, Cultura y Deporte - Consejo Superior de Deportes, 2001. ISBN: 8479491183.

García Ferrando, M. *Posmodernidad y el deporte: entre la individualización y la masificación. Encuesta sobre los hábitos deportivos de los españoles, 2006*. 1ª Edición. Madrid: Consejo Superior de Deportes – Centro de Investigaciones Sociológicas, 2006. ISBN: 8474764068.

- García Montes, M.E.; Hernández, A.I.; Oña, A.; Godoy, J.F. y Rebollo, S. “La práctica física de tiempo libre en la mujer”. *Motricidad*. 2001, N° 7 Julio, pp:145,186.
- Gilbertson, K., Bates, T., McLaughlin & Ewert, A. *Outdoor education: methods and strategies*. 1ª Edición. Champaign, IL: Human Kinetics, 2006. ISBN: 0736047093
- Gilligan, C. *In A Different Voice. Psychological Theory and Women's Development*. 1ª Edición. Cambridge: Harvard University Press, 1982. ISBN: 0674445449.
- Giner, S.; Lamo de Espinosa, E. y Torres, C. (Eds) *Diccionario de sociología*. 1ª edición. Madrid: Alianza Editorial, 1998. ISBN:9788420648620.
- Gómez, V. “Juegos y Actividades de Reto y Aventura en el Contexto Escolar”, En Sáez, J., Sáenz López y Díaz-Trillo (Eds) *Actividades en el medio natural*. Huelva: Universidad de Huelva. (2006). Pp:2-22. ISBN: 8496373827.
- Granero Gallegos, A.: (2007) "Una aproximación conceptual y taxonómica a las actividades físicas en el medio natural", *Lecturas. Educación Física y Deportes (Revista Digital)*, Año 12, N° 107, <http://www.efdeportes.com/efd107/aproximacion-conceptual-y-taxonomica-a-las-actividades-fisicas-en-el-medio-natural.htm> [Consulta 24/11/2009].
- Graupera Sanz, J. L.; Martínez del Castillo, J. y Martínez Novo, B. “Factores motivacionales, actitudes y hábitos de práctica de actividad física en las mujeres mayores”, En Vázquez Gómez, B. (Ed) *Mujeres y actividades físico deportivas*. Madrid: Consejo Superior de Deportes, 2002. pp: 181-222. (Investigación y Ciencias del Deporte N° 35). ISBN:847949148
- Gutiérrez, M. *Valores sociales y deporte. La actividad física y el deporte como transmisores de valores sociales y personales*. 1ª Edición. Madrid: Gymnos, 1995. ISBN: 8480130423.
- Gutiérrez, M. y González, E. “Motivos por los que los jóvenes practican actividad física y deportiva: análisis de una muestra de estudiantes universitarios”. En *Actas del II Congreso de las Ciencias del Deporte - Aplicacions i fonaments de les activitats físico-esportives*. Lleida: INEFC. 1995, pp: 363-374. En Moreno y Marín, 2002.
- Hall, M. A. "The Discourse of gender and sport: from femininity to feminism". *Sociology of Sports Journal*. 1998, N° 5, pp: 330-340.
- Hall, M. A. *Feminism and sporting bodies: essays on theory and practice*. 1ª Edición. Champaign, Illinois: Human Kinetics, 1996. ISBN: 9780873229692.

- Hargreaves, J. "Gender on the sports agenda". *International Review for the Sociology of Sport*. 1990, N° 25(4), pp: 287-306.
- Hargreaves, J. *Sporting females: critical issues in the history and sociology of women's sports*. 1ª Edición. Londres: Routledge, 1994. ISBN: 0203222067. En Humberstone, 1998.
- Henderson, K. A. "The contribution of feminism to an understand of leisure constraints". *Journal of Leisure Research*. 1991, N° 23 (4), pp: 363-377.
- Henderson, K. A. "Breaking with tradition. Women & outdoor pursuits". *Journal of Physical Education, Recreation and Dance*. 1992, N° 63(2), pp: 49-51.
- Henderson, K. A. "Perspectives on analyzing gender, women and leisure". *Journal of Leisure Research*. 1994, N° 26(2), pp: 119-137.
- Henderson, K. A. "One size doesn't fit all: the meaning of women's leisure". *Journal of Leisure Research*. 1996, N° 28(3), pp: 139-154.
- Henderson, K. A. "A Critique of Constraints Theory: A Response". *Journal of Leisure Research*. 1997, N° 29(4), pp: 453-457.
- Henderson, K. A. y Ainsworth, B. E. "Enablers and constraints to walking for older African American and American Indian women: the cultural activity participation study". *Research Quarterly for Exercise and Sport*. 2000, N° 71(4), pp: 313-321.
- Henderson, K. A.; Bedini, L. A.; Hecht, L y Schuler, R. "The negotiation of leisure constraints by women with disabilities". En Fox, K. (ed.) *Actas del 7º Canadian congress on leisure research* (Winnipeg, 13-15 de mayo de 1993). Winnipeg, Manitoba: Canadian Association for Leisure Studies, 1993, pp: 235-241.
- Henderson, K. A. y Bialeschki, M. D. "A sense of entitlement to leisure as a constraint and empowerment for women". *Leisure Sciences*. 1991a N°13, pp: 51-65.
- Henderson, K. A. y Bialeschki, M. D. "Girl's and women's recreation programming - constraints and opportunities". *Journal of Physical Education, Recreation and Dance*. 1991b, N° 62(1), pp: 55-58.
- Henderson, K. A. y Bialeschky, M. D. "Leisure research and the social structure of feminism". *Loisir and société / Society and leisure*. 1992, N° 15(1), pp: 63-75.
- Henderson, K. A. y Bialeschki, M. D. "Negotiating constraints to women's physical recreation". *Loisir and Société / Society and Leisure*. 1993a N°16, pp: 389-412.

- Henderson, K. A. y Bialeschki, M. D. "Fear as a constraint to active lifestyles for females". *Journal of Physical Education, Recreation and Dance*. 1993b, N° 64(1), pp: 44-47.
- Henderson, K.A. y Bialeschki, M.D. Exploring an Expanded Model of Women's Leisure Constraints. *Journal of Applied Recreation Research*. 1993c, N° 18(4), pp:229-252.
- Henderson, K. A.; Bialeschki, M. D.; Shaw, S. y Freysinger, V. J. *Both Gaps and gains: Feminist perspectives on women's leisure*. 1ª Edición. State College, PA: Venture, 1996. ISBN: 9780910251792. En Henderson y Ainsworth, 2000.
- Henderson, K. A.; Bialeschki, M. D.; Freysinger, V. y Shaw, S. *A leisure of one's own*. 1ª Edición., State College, PA: Venture, 1989. ISBN:0910251290.
- Henderson, K. A.; Stalnaker, D. y Taylor, G. "The relationship between barriers to recreation and gender - role personality traits for women". *Journal of Leisure Research*. 1988, N° 20, pp: 69-80.
- Henderson, K.A. "Presentation". En Roberts, N. *A guide to Women's studies in the outdoors*. 4ª Edición. EEUU: Simon and Schuster Custom Publishing, 1997, Páginas sin numerar. ISBN: 9780536007827
- Hubbard, J., y Mannell, R. "Testing competing models of the leisure constraint negotiation process in a corporate employee recreation setting". *Leisure Sciences*. 2001, N°23, pp: 145-163.
- Hultsman, W. "Recognizing Patterns of Leisure Constraints: An Extension of the Exploration of Dimensionality". *Journal of Leisure Research*. 1995, N° 27(3), pp: 228-244.
- Humberstone, B. "Recreation and connections in and with nature: synthesizing ecological and feminist discourses and praxis". *International Review for the Sociology of Sport*. 1998, N° 33 4, pp: 381-392.
- Iso-Ahola, S. E. y Mannell, R. C. "Social and psychological constraints on leisure". En Wade, M. G. *Constraints on leisure*. 1ª Edición. Springfield: Charles C. Thomas, 1985, pp:111-151. ISBN: 0398050481 En Carrol y Alexandris, 1997; Dattilo y Dattilo, 1994; y Shaw, 1994, Crawford et al, 1991 y Crawford y Godbey, 1987.
- Iso-Ahola. S.E. "A Theory of substitutability of leisure behavior". *Leisure Sciences*. 1986, N° 8, pp: 367-389.
- Iso-Ahola, S. E. "Motivation for leisure". En E. L. Jackson y T. L. Burton, (Eds) *Understanding leisure and recreation: mapping the past charting the future*. 1ª Edición. State college, R.A: Venture, 1989, pp: 247-279. ISBN: 0910251347. En Carrol y Alexandris, 1997.

- Iturralde, M. *Mujeres y montañas*. 1ª Edición. Madrid: Desnivel, 2002. ISBN: 9788495760548.
- Jackson, E.L. "Activity specific barriers to recreation participation". *Leisure Sciences*. 1983, N° 6, pp: 47-50.
- Jackson, E. L. "Leisure constraints. A survey of past research". *Leisure Sciences*. 1988, N°10, pp: 203-215.
- Jackson, E. L. "Variations in the desire to begin a leisure activity: evidence of antecedent constraints". *Journal of Leisure Research*. 1990, N° 22(1), pp: 55-70.
- Jackson, E. L. "Recognizing patterns of leisure constraints: Results from alternative analyses". *Journal of Leisure Research*. 1993, N° 25(2), pp:129-149.
- Jackson, E. L. "Constraints on participation in resource- based outdoor recreation". *Journal of Applied Recreation Research*. 1994, N° 22(1). pp: 55-70.
- Jackson, E. L. "In the eye of the Beholder: A Comment on Samdahl & Jekubovich (1997), "A critique of leisure constraints: Comparative Analyses and understandings"". *Journal of Leisure Research*. 1997, N° 29(4), pp: 458-468.
- Jackson, E. L.; Crawford, D.; y Godbey, G. "Negotiation of leisure constraints". *Leisure Sciences*. 1993, N° 10, pp: 203-215.
- Jackson, E.L. y Henderson, K.A. "Gender- Based Analysis of Leisure constraints". *Leisure Sciences*. 1995, N°17, pp:31-51.
- Jackson, E. y Rucks, V. "Negotiation of leisure constraints by junior-high and high school students; an exploratory study". *Journal of Leisure Research*. 1995, N° 27(1), pp: 85-105.
- Jackson, E. y Searle, M. "Recreation, non participation and barriers to participation; Concepts and models". *Loisir et Société*. 1985. N°8, pp: 693-707.
- Jackson, E.L. "Will research on leisure constraints still be relevant in the twenty – first century?". *Journal of Leisure Research*. 2000, N° 32(1), pp: 62-68.
- Jordan, D. J. "Effective leadership for girls and women in outdoors recreation". *Journal of Physical Education, Recreation and Dance*. 1992, N° 63(2), pp: 61-64.
- Kane, M. J. "Female involvement in physical recreation - Gender role as a constraint". *Journal of Physical Education, Recreation and Dance*. 1990, Enero, pp: 52-56.

- Kay, T. y Jackson, G. "Leisure despite constraint: the impact of leisure constraints in leisure participation". *Journal of Leisure Research*. 199, Nº 123, pp: 301-313.
- Klein, M. "Pumping irony: crisis and contradiction in bodybuilding". *Sociology of Sport*. 1988, Nº 3, pp:112-113. En Fasting et al. 2000.
- Laraña, E. "Los nuevos deportes en las sociedades avanzadas". *Revista de Occidente*. 1986, Nº 62-3. pp:5-21.
- Lagardera, F y otros.: (1995) La actividad físico deportiva en el marco de la Sierra de Guara. Aproximación psicológica. Memoria de la beca de investigación otorgada por la Dirección de Deportes de la Diputación General de Aragón. Lleida. INEF-C- (Inédita). En Lagardera Otero, F.; García Ferrando, M. y Latiesa Rodríguez, M.: (1998) "Deporte y ecología: la emergencia de un conflicto" En M. García Ferrando, M.; Puig Barata, N.; Lagardera Otero, F. y Durán, J. *Sociología del deporte*. 2ª Edición. Madrid: C. C. Sociales - Alianza editorial. 1998. pp: 187-205. ISBN: 842066719.
- Lenskyj, H. "Power and play: gender and sexuality issues in sport and physical activity". *International Review for the Sociology of Sport*. 1990, Nº 25(3), pp: 235 - 245.
- Little, D. E. "Negotiating adventure recreation: how women can access satisfying adventure experiences throughout their lives". *Loisir el Société / Society and Leisure*. 2000, Nº 23(1), pp: 171-195.
- Little, D. E. "Women and adventure recreation: reconstructing leisure constraints and adventure experiences to negotiate continuing participation". *Journal of Leisure Research*. 2002, Nº 34(2), pp: 157-177.
- López Marugán, A.:*Cuerdas rebeldes. 1ª Edición.*, Madrid: Desnivel, 2001. ISBN: 9788489969995.
- López, F . "Adquisición y desarrollo de la identidad sexual y de género". En FERNÁNDEZ, J. (Ed). *Nuevas perspectivas en el desarrollo del sexo y el género*. 1ª Edición. Madrid: Pirámide, 1988. pp.71-84. ISBN: 8436811615.
- Macías Moreno, M. V. y Moya morales, M. C. "Estereotipos y deporte femenino. La influencia del estereotipo en la práctica deportiva de niñas y adolescentes". En Vázquez Gómez, B. (Ed) *Mujeres y actividades físico deportivas*. Madrid: Consejo Superior de Deportes, 2002. pp: 61-96. (Investigación y Ciencias del Deporte Nº 35). ISBN:847949148
- Manfredo, M. J.; Driver, B. L. y Tarrant, M. A. "Measuring leisure motivation: a meta - analysis of the recreation experience preference scales". *Journal of Leisure Research*. 1996, Nº 28(3), pp: 188-213.

- McGuire, F.A. "A Factor Analytic Study of Leisure Constraints in advanced Adulthood". *Leisure Sciences*. 1984, N° 6(3), pp: 313-326.
- Mc Quarrie, F. y Jackson, E. "Connections between negotiation of leisure constraints and serious leisure: an exploratory study of adult amateur ice skaters". *Loisir et société / Society and Leisure*. 1996, N° 19(2), pp:399-483.
- Mee, P. "Equal opportunities". *Sport and Leisure*. 1990, N° 31(4), pp:16-17.
- Mills, A.S. "Participation Motivation for outdoor recreation: A test of Maslow 's Theory". *Journal of Leisure Research*. 1985, N° 17(3), pp: 184-199.
- Mitten, D. "Empowering girls and women in the outdoors". *Journal of Physical Education, Recreation and Dance*. 1992, N° 63(2), pp:56-60.
- Moreno Murcia, J. A. y Marín de Oliveira, L. M. "Motivos de práctica deportiva de la mujer frente al varón". En: *Actas del III Congreso Internacional Educación Física e Interculturalidad*, (Cartagena, 14-17 noviembre 2002). Murcia: Consejería de Educación y Cultura. 2002. (CD ROM). ISBN: 8475642462.
- Moscoso, D J.; Maza, P. y Estrada, A. "La construcción de la identidad de género en la práctica de los deportes de montaña". En Gambau,V.; Vilanova, A; Oleguer, D y Moscoso, D. (Comps.) *Investigación Social y Deporte nº 8*. Actas del IX Congreso A.E.I.S.A.D. 1ª Edición. Madrid: Esteban Sanz, 2008. pp: 83-88. ISBN: 9788493539054.(Congreso celebrado en Las Palmas de Gran Canaria, del 16 al 18 de Noviembre de 2006.)
- Mosquera - González, M. J. y Puig Barata, N. "Género y edad en el deporte". En M. García Ferrando, M.; Puig Barata, N.; Lagardera Otero, F. y Durán, J. *Sociología del deporte*. 2ª Edición. Madrid: C. C. Sociales - Alianza editorial. 1998. pp: 99-125. ISBN: 842066719.
- Mucchielli, A. *Las motivaciones*. 1ª Edición. Barcelona: Paidotribo, 1988, ISBN: 8486475082.
- Nadirova, A. y Jackson, E.L. "Alternative criterion variables against with to asses the impacts of constraints to leisure". *Journal of Leisure Research*. 2000, N° 32(4), pp: 396-405.
- Nicholls, J.G. "Achievement motivation conceptions of ability, subjective experience, task choice and performance". *Psychological Review*. 1994, N° 21, pp: 328-346. En Cervelló et al. 1999.
- Nisbert, J. "Men, media or mind". En actas de Women and recreation conference. Wellington, New Zealand: New Zealand Council for recreation and Sport. 1981. En Henderson et al. 89.

- Nisbert, J. "Is it the men, the mud or the media?". *New Zealand Journal of Physical Education and recreation*. 1988, Nº 21(2), pp: 13-14.
- Olivera Beltrán, J. "Las actividades físicas en la naturaleza. Análisis sociocultural". *Apunts. Educación Física y Deportes*. 1995, Nº 41, pp: 5-9.
- Olivera Beltrán, A y Olivera Beltrán, J. "Propuesta de clasificación taxonómica de las actividades físicas de aventura en la naturaleza. Marco conceptual y análisis de los criterios elegidos". *Apunts. Educación Física y Deportes*. 1995, Nº 41, pp: 108 - 123.
- Paris, F. y Lizalde, E. "El deporte en las universidades españolas. Análisis sobre la encuesta sobre su organización, práctica y equipamiento". 1ª Edición. Madrid: CSD. (Investigación en CC. del deporte, Nº 11), 1996. ISBN: 847949042X.
- Parlamento Europeo. Informe Sobre la Función del Deporte en la Educación. Documento de Sesión del día 30-10-2007. (A6-0415/2007).
- Pedersen, K. "Doing feminist ethnography in the "wilderness" around my hometown". *International Review for the Sociology of Sport*. 1998, Nº 33(4), pp: 393-402.
- Pohl, S. L. y Borrie, W. T. y Patterson, M. E. "Women, wilderness and everyday life: a documentation of the connection between wilderness recreation and women's everyday lives". *Journal of Leisure Research*. 2000, Nº 32(4), pp: 415-434.
- Prats, M. García, M.D. y Cánoves, G. *Las mujeres y el uso del tiempo*. 1ª Edición. Madrid: Ministerio de Asuntos Sociales. Instituto de la Mujer. (Serie estudios 41). 1995. ISBN: 8477991111.
- Puig, N. *Joves i esport. Influència dels processos de socialització en els itineraris esportius juvenils*. 1ª Edición. Barcelona: Generalitat de Catalunya. 1996. ISBN: 8439337833.
- Puig, N. *Itinerarios deportivos de las deportistas españolas*. En actas de las jornadas "La mujer en la alta competición deportiva" (Madrid, 23-26 abril 2001). 1ª Edición. Madrid: C.S.D. (ICD Nº 30). 2001, pp. 27-38. ISBN: 8479491150.
- RAE. "Diccionario de la Lengua Española". Madrid: Espasa-Calpe, 2001. ISBN: 9788467013054.
- Raymore, L. A. "Facilitators to Leisure". *Journal of Leisure Research*. 2002, Nº 34(1), pp: 37-51.
- Raymore, L.; Godbey, G.; Crawford, D. "Self-esteem, gender and Socio economical Status: their relation to perception of constraint on leisure among adolescents". *Journal of Leisure Research*. 1994, Nº 26(2), pp: 99-118.

- Rivas, J. "Intervención Educativa Desde la Naturaleza: Recursos Técnicos Para el Animador". Madrid: CCS, 1999. ISBN: 8483162083.
- Roberts, Nina S, *Ethnic Minority visitors and non-visitors: an examination of constraints regarding outdoor recreation participation in rocky mountain national park*, Tesis doctoral, Dept. of Natural Resource Recreation and Tourism, Colorado State University, Fort Collins, Colorado, leída el 20 octubre 2003. (Biblioteca Universidad del Estado de Colorado).
- Saint-Lèbe, N. *Viajeras por los Pirineos. Siglos XVIII-XIX*. 1ª Edición. Bilbao: Sua Edizioak, 2002. ISBN: 9788482161280.
- Samdahl, D.M. y Jekubovich N.J. "A rejoinder to Henderson's and Jackson's Commentaries on "A critique of leisure constraints"". *Journal of Leisure Research*. 1997, N° 29(4), pp: 430-452.
- Samdahl, D.M. y Jekubovich N.J. "A critique of leisure constraints: Comparative Analyses and Understandings". *Journal of Leisure Research*. 1997, N° 29(4), pp: 430-452.
- Sánchez, A. "El sexo como variable estímulo: análisis de las interacciones entre los sexos". En FERNÁNDEZ, J. (Ed). *Nuevas perspectivas en el desarrollo del sexo y el género*. 1ª Edición. Madrid: Pirámide, 1988. pp.77-104. ISBN: 8436811615.
- Sánchez, J. E. y Fernández, E. "Educación no formal en el medio natural y transmisión de estereotipos de género". 1ª Edición. Madrid: Escuela Pública de Animación y Educación en el Tiempo Libre Infantil y Juvenil. (Cuaderno de Formación N° 10). 2004. (Sin ISBN).
- Santolaria, I.; Agustín García, C. y García Arnau, S. "La mujer y los deportes de montaña". En Actas del XVI Seminario Aragonés Municipio y Deporte. 1ª Edición. Calatayud: Diputación General de Aragón, 1997. ISBN: 8477537178.
- Santos, J.; Muñoz, A. Juez, P. y Guzmán L. *Diseño y Tratamiento Estadístico de Encuestas para Estudios de Mercado*. 1ª Edición. Madrid: Centro de Estudios Ramón Areces, 1999. ISBN:9788480043816
- Santos, M. L. *Las actividades en el medio natural en la educación física escolar*. 1ª Edición. Sevilla: Wanceulen, 2002. ISBN: 8495883147.
- Santos, M. L. y Martínez Muñoz, L. F. "Propuesta Integral para el Desarrollo de las Actividades Físicas en el Medio Natural en el Entorno Cercano del Centro Escolar de Primaria", En Sáez, J., Sáenz López y Díaz-Trillo (Eds) *Actividades en el medio natural*. Huelva: Universidad de Huelva. (2006). Pp:65-96. ISBN: 8496373827.

- Sanz Gilmartin, J. P.: (2009) "Actividad física educativa en el medio natural", *Lecturas. Educación Física y Deportes (Revista Digital)*, Año 13, N° 128, <http://www.efdeportes.com/efd128/actividad-fisica-educativa-en-el-medio-natural.htm> [Consulta 24/11/2009].
- Scanton, G. M. "Orígenes y evolución del movimiento feminista contemporáneo". En Pilar Folguera. *Feminismo en España, dos siglos de historia. 1ª Edición*. Madrid: Pablo Iglesias, 1988. pp: 147-172. ISBN: 9788485691470.
- Scranton, S. *La educación física en las niñas. Un enfoque feminista. 1ª Edición*. Madrid: Morata, 1995a. ISBN: 8471123991.
- Scranton, S.: (1995b) "Continuities and change-challenges for a feminist leisure studies". En Universidad de Georgia (Comp). *Women and Leisure: towards a New Understanding*. Georgia: Universidad de Georgia, 1995. En Little, 2002.
- Scranton, S. y Flintoff, A. "Sport Feminism: the contribution of feminist thought to our understandings of gender and sport". En Scranton, S. y Flintoff, A. (Eds) *Gender and sport: a reader*. 1ª Edición. Londres: Routledge, 2002, pp: 30-46. ISBN: 0415259592
- Scott, D., y C. S. Shafer. "Recreational specialization: a critical look at the construct". *Journal of Leisure Research*. 2001, N° 33(3), pp: 319-343.
- Searle, M. S. y Jackson, E. L. "Socioeconomic variations in perceived barriers to recreation participation among would-be participants". *Leisure Sciences*. 1985, N°7, pp: 227-249.
- Secretaría General del Consejo de Coordinación Universitaria. *Estadística Universitaria*. (Página web). (<http://www.micinn.es/univ/ccuniv/index.html>). Fecha de consulta 12/12/08.
- Shank, J. "An exploration of leisure in the level of dual career women". *Journal of Leisure Research*. 1986, N° 18(4), pp: 300-319.
- Shaw, S. M. "Gender, leisure and constraint: towards a framework for the analysis of women's leisure". *Journal of Leisure Research*. 1994, N° 26(1), pp: 8-22.
- Shaw, S. M.; Bonen, A. y McCabe, J.. "Do more constraints mean less leisure? Examining the relationship between constraints and participation". *Journal of Leisure Research*. 1991, N°23(4), pp: 286-300.
- Shibley, J. *Psicología de la mujer: la otra mitad de la experiencia humana. 1ª Edición*. Madrid: Morata, 1995. ISBN:8471124009.
- Soler Prat, S. "Sobre la participación femenina en actividades deportivas". *Apunts, Educación Física y Deportes*. 2000, N°60, pp: 102-105.

- Subirats, M. *Con diferencia. Las Mujeres frente al reto de la autonomía*. 1ª Edición. Barcelona: Icaria – Antrazyt, 1998. ISBN: 847463530.
- Subirats, M. y Brullet, C. *Rosa y Azul. La Transmisión de los Géneros en la Escuela Mixta*. 1ª Edición. Madrid: Ministerio de Cultura – Instituto de la Mujer (Serie estudios 19), 1988. ISBN: 8477990085.
- Subirats, M. y Tomé, A. *Balones fuera. Reconstruir los espacios desde la coeducación*. 1ª Edición. Barcelona: Octaedro, 2007. ISBN: 9788480638951.
- Thomsson, H. "Yes, I used to exercise, but... A feminist study of exercise in the life of Swedish Women". *Journal of Leisure Research*. 1999, N° 31(1), pp: 35-56.
- Vázquez Gómez, B. *Actitudes y prácticas deportivas de las mujeres españolas*. 1ª Edición. Madrid: Ministerio de Asuntos Sociales, 1993. ISBN: 8477990727.
- Vázquez Gómez, B. "Presentación". En B. Vázquez Gómez (Ed), *Mujeres y actividades físico deportivas*. 1ª Edición. Madrid: Consejo Superior de Deportes (Investigación y Ciencias del Deporte N° 35), 2002, pp: 11-20. ISBN: 8479491248.
- VV.AA. *Diccionario Oxford avanzado para estudiantes de inglés*. 1ª Edición. Oxford: Oxford University Press, 1996. ISBN: 0194312445.
- VV.AA. *Diccionario Collins Español - Inglés. English - Spanish*. Sexta edición. Barcelona: Grijalbo – Mondadori, 2000. ISBN: 0004701526.
- VV.AA. *Diccionario Oxford Español – Inglés / Inglés – Español*. 2ª Edición. Nueva York: Oxford University Press, 2001. ISBN: 780198608615
- VV. AA. *Diccionario Cambridge* [en línea], Fecha de consulta 22/09/03, <http://dictionary.cambridge.org/>
- Wellman, J. D.; Dawson, M. S. y Roggenbuck, J. W. "Park managers predictors of the motivations of visitors to two national park service areas". *Journal of Leisure Research*. 1982, N° 14(1), pp:1-15.
- White, S. A. "Motivation reconsidered: the concept of competence". *Psychological Review*. 1959, N° 66, pp: 297-333. En Graupera et al.2002.
- White, S. A. "The perceived purposes of sport among male and female intercollegiate and recreational sport participants". *International Journal of Sport Psychology*. 1995, N° 26, pp: 490-502.
- Wilkinson, S. *Feminist social psychology: developing theory and practice*. Philadelphia: Open University Press, 1986. ISBN: 0335153291. En Jordan, 1992.

- Williams, D. R.; Schreyer, R. y Knopf, R. C. "The effect of the experience use history on the multidimensional structure of motivations to participate in leisure activities". *Journal of Leisure Research*. 1990, N° 22(1), pp: 36-54.
- Witt, P. A. y Goodale, T. L. "The relationships between barriers to leisure enjoyment and family stages". *Leisure Sciences*. 1981, N° 4(1), pp: 29-49.
- Woodward, D.; Green, E.; Hebron, S. "The sociology of women's leisure and physical recreation: constraints and opportunities". *International Review for the Sociology of Sport*. 1989, N° 24(2), pp: 121-136.
- Wright, B., y Goodale, T. "Beyond Non-Participation: Validation of Interest and Frequency of Participation Categories in Constraints Research". *Journal of Leisure Research*. 1991, N° 23(4), pp: 314-331.
- DeVries, S y DeBruin, A,H.) "Between real constraints and leisure participation: perceived constraint patterns as a link between social-structural conditions and outdoor recreational behavior." *Loisir et société/Society and leisure*. 1996, N° 19(1), pp: 119-150.
- Zhu, W.; Timm, G. y Ainsworth, B. "Rash calibration and optimal categorization of an instrument measuring women's exercise perseverance and barriers". *Research Quarterly for Exercise and Sport*. 2001, junio, pp: 104-116.
- Zorrilla, J. J. *Enciclopedia de la montaña*. Madrid: Desnivel. 1ª Edición. 2000. ISBN: 8484975096.

ANEXOS

ANEXO I ANÁLISIS FACTORIALES (CUESTIONARIO)

LISTADO DE TABLAS:

Tabla 1. Matriz de componentes rotados del análisis factorial exploratorio sobre motivación.

Tabla 2. Varianza total explicada, valores propios y alfa del análisis factorial exploratorio sobre la motivación.

Tabla 3. Matriz de componentes rotados del segundo análisis factorial sobre motivación.

Tabla 4. Varianza total explicada, valores propios y alfa del segundo análisis factorial sobre motivación.

Tabla 5. Matriz de componentes rotados del análisis factorial exploratorio sobre dificultades.

Tabla 6. Varianza total explicada, valores propios y alfa del análisis factorial exploratorio sobre dificultades.

Tabla 7. Matriz de componentes rotados del segundo análisis factorial sobre dificultades.

Tabla 8. Varianza total explicada, valores propios y alfa del 2º análisis factorial sobre dificultades

Tabla 9. Categorías de estrategias de superación de dificultades obtenido del cuestionario piloto.

Tabla 10. Matriz de componentes rotados del análisis factorial exploratorio sobre capacidad auto percibida.

Tabla 11. Varianza total explicada, valores propios y alfa del análisis factorial exploratorio sobre la capacidad auto percibida.

Tabla 12. Matriz de componentes rotados del 2º análisis factorial sobre capacidad auto percibida.

Tabla 13. Varianza total explicada, valores propios y alfa del 2º análisis factorial exploratorio sobre la capacidad auto percibida.

Tabla 14. Matriz de componentes rotados del cuestionario definitivo sobre capacidad auto percibida.

Tabla 15. Varianza total explicada, valores propios y alfa del análisis factorial definitivo sobre capacidad auto percibida.

ANEXO I

Tabla 1.: Matriz de componentes rotados del análisis factorial exploratorio sobre motivación.

	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19
estar cerca de la naturaleza.	,829																		
disfrutar de los olores y sonidos de la naturaleza.	,771																		
apreciar la belleza del paisaje.	,766																		
aprender más sobre la naturaleza.	,732																		
estar donde las cosas son naturales.	,729																		
ver los paisajes.	,690																		
apreciar mejor la naturaleza.	,675																		
aprender sobre la topografía de la zona.	,668																		
estudiar la naturaleza.	,641																		
explorar la zona.	,634																		
llegar a conocer la superficie de la tierra.	,568																		
experimentar el ritmo de la naturaleza.	,480												,446						
experimentar espacios abiertos.	,459																		
descubrir cosas nuevas.																			
sentirme aislado/a.		,761																	
experimentar soledad.		,707																	
pensar sobre quien soy.		,691																	
pensar sobre mis valores personales.		,684																	
estar conmigo mismo/a.		,668																	
tener más privacidad de la que tengo en casa.		,665																	
huir de otras personas.		,664																	
reflexionar sobre mis valores religiosos o espirituales.		,652																	
estar solo/a.		,552		,467															
aprender más de mi mismo/a.		,544																	
estar lejos de las multitudes de gente.		,512																	
crecer y desarrollarme espiritualmente.		,501																,480	
desarrollar mis valores espirituales personales.		,480																,474	
deshacerme de las sensaciones que me abruman.		,404																	
que mi mente vaya a un ritmo más lento.																			
estar cerca de personas respetuosas.																			
dejar de lado las responsabilidades diarias por un rato.			,793																
reducir la sensación de tener demasiado que hacer.			,778																
huir de las presiones de la vida diaria.			,751																
experimentar tranquilidad.			,656																
descansar mi mente.			,594																
relajarme físicamente.			,579								,536								
experimentar calma y paz.		,520	,579																
liberar o reducir tensiones acumuladas.			,536																
descansar físicamente.			,516								,414								
estar donde haya quietud.		,500	,504																
experimentar más libertad de acción.			,484																
huir del ruido cotidiano.			,483																,438
huir de las multitudes por un tiempo.		,452	,479																
hacer las cosas a mi manera.				,712															
controlar la situación.				,702															
controlar las cosas.				,699															
ser mi propio jefe/a.				,668															
poder elegir por mi mismo/a.				,664															
pensar por mi mismo/a.				,661															
no estar obligado con nadie.				,617															
sentirme independiente.				,473															
causar una buena impresión en los demás.					,716														
demostrar a otros/as lo que puedo hacer.					,714														
que los demás piensen bien de mi por hacerlo.					,700														
que los demás sepan que he estado allí.					,646														
poder contar a otros/as mis experiencias.					,551														
poder hablar de mi equipo.					,407														
estar con amistades.						,760													
hacer cosas con mis compañeros.						,755													
estar con otros a los que le gusta lo mismo que a mí.						,706													
estar con miembros de mi grupo.						,638													
estar con personas con valores similares.						,602													
ayudar a dirigir las actividades de otros/as.							,721												
dirigir a otras personas.							,667												
compartir mis habilidades y conocimiento con otros/as.							,663												
compartir lo que he aprendido con otros/as.							,654												

Tabla 1 (continuación)

ANEXO I

enseñar mis destrezas en la naturaleza a otros/as.					,476	,539													
estar con otros si los necesito.																			
estar cerca de personas consideradas con los demás.																			
usar mi equipo.																			
demostrarme a mi mismo/a que puedo hacerlo.						,686													
aprender de lo que soy capaz.						,630													
probar mis habilidades.						,605													
sentirme orgulloso/a de mi mismo/a.						,563													
desarrollar destrezas y habilidades.						,554													
ganar confianza en mi mismo/a.						,513											,404		
mejorar en esa actividad.						,441													
sentir que he conseguido hacer algo.						,436													
probar mi resistencia.						,413													
conocer otras personas en la zona.							,802												
hablar con gente nueva y variada.							,702												
conocer a gente nueva							,660												
estar con y observar otros que estén utilizando el MN							,633												
observar a otras personas en la zona.							,551												
vivir situaciones peligrosas.								,867											
experimentar los riesgos que conllevan.								,854											
correr riesgos.								,783											
mantenerme físicamente en forma.									,820										
sentirme bien después de la actividad física.									,803										
hacer ejercicio.									,664										
rememorar recuerdos pasados.										,849									
reflexionar sobre mis recuerdos.										,811									
recordar los viejos tiempos.										,800									
tener una nueva perspectiva en mi vida.																			
vivir emociones fuertes.											,648								
sentir emociones.											,600								
estimularme.											,474								
unir a mi familia.												,653							
hacer algo con mi familia.												,642							
aprender sobre las cosas que hay allí.	,476													,594					
profundizar mi conocimiento sobre las cosas que hay allí.	,487													,530					
experimentar cosas nuevas y diferentes.														,524					
estar seguro de lo que me ocurrirá.															,550				
evitar lo inesperado.															,451				
saber que otros/as están cerca.																			
ser creativo/a.																	,481		
hacer algo creativo como pintar, hacer fotos, dibujos.																	,408		
huir del estrés y barullo en casa.			,402																,465

Tabla 2.: Varianza total explicada, valores propios y alfa del análisis factorial exploratorio sobre la motivación.

Factor	Valores propios (Eigenvalues)	% de varianza	% acumulado varianza	Alfa
1. Contacto MN	8,396	7,774	7,774	,9235
2. Experimentar soledad	8,334	7,717	15,491	,9283
3. Evasión	7,240	6,704	22,195	,9349
4. Autonomía y liderazgo	5,507	5,099	27,294	,9157
5. Reconocimiento social	4,429	4,101	31,395	,8554
6. Personas similares	4,303	3,985	35,379	,9081
7. Dirigir a otros	4,137	3,831	39,210	,8879
8. Ponerme a prueba	4,116	3,811	43,021	,8471
9. Nueva gente	3,880	3,592	46,614	,8913
10. Asumir riesgos	3,263	3,021	49,635	,9330
11. Ejercicio físico	3,257	3,016	52,650	,9064
12. Nostalgia	3,209	2,972	55,622	,9004
13. Emociones fuertes	2,361	2,186	57,808	,7220
14. Familia	2,081	1,927	59,735	,8744
15. Aprender	1,898	1,757	61,492	,8447
16. Seguridad	1,695	1,569	63,061	,8068
17. Creatividad	1,525	1,412	64,473	,7236
18. Escape hogar	1,437	1,330	65,803	

Tabla 3. Matriz de componentes rotados del segundo análisis factorial sobre motivación.

1 2 3 4 5 6 7 8 9 10 11 12

ANEXO I

[illegible]

Tabla 4.: Varianza total explicada, valores propios y alfa del segundo análisis factorial sobre motivación.

Factor	Valores propios (Eigenvalues)	% de varianza	% acumulado varianza	Alfa
1. Contacto con la naturaleza.	3,349	9,051	9,051	0,8644
2. Experimentar soledad..	3,062	8,276	17,327	0,8393
3. Autonomía y liderazgo.	2,992	8,087	25,414	0,8523
4. Nostalgia.	2,727	7,369	32,783	0,8940
5. Asumir riesgos.	2,576	6,962	39,746	0,8988
6. Reconocimiento social.	2,510	6,783	46,529	0,8646
7. Personas similares.	2,438	6,588	53,117	0,9282
8. Evasión.	2,402	6,492	59,609	0,8506
9. Ejercicio físico.	1,735	4,689	64,298	0,7487
10. Nueva gente.	1,684	4,550	68,849	0,9188
11. Dirigir a otros.	1,636	4,422	73,271	0,8227
12. Ponerme a prueba.	1,634	4,415	77,686	0,8625

Tabla 5.: Matriz de componentes rotados del análisis factorial exploratorio sobre dificultades

	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
Me da corte participar en AFD en el medio natural en público.	0,71									
No me siento bien en este tipo de situaciones sociales.	0,70									
No estoy interesado en estas actividades.	0,69									
Siento reticencia a participar en estas actividades.	0,67									
Tengo miedo de cometer un error.	0,65									
No necesito hacer AFDMN	0,64									
Me falta energía practicar estas actividades.	0,60									
Las AFDMN me aburren.	0,60									
No se me dan bien estas actividades.	0,58		0,43							
Simplemente paso el tiempo.	0,56									
No lo he pasado bien (...) en ocasiones anteriores.	0,53		0,43							
Me da miedo lastimarme mientras practico (...)	0,52									
Me falta creatividad practicar estas actividades.	0,52		0,43							
Las AFDMN son poco apropiadas mi sexo.	0,48									
Estoy demasiado estresado/a.	0,46									
No hay instalaciones y servicios practicar AFDMN		0,80								
Las instalaciones son inadecuadas.		0,74								
No tengo oportunidades.		0,71								
No sé que opciones hay, ni dónde practicarlas.		0,66								
No hay medios, cursos o instalaciones disponibles.		0,60								
No hay posibilidad de participar cerca de mi casa.		0,48								
No sé cómo llevar a cabo estas actividades.		0,48	0,44							
Me falta equipo y material.		0,47								
No me considero bueno/a practicando estas actividades.			0,70							

Tabla 5 (continuación)

No estoy lo suficientemente en forma practicar (...)		0,60							
No tengo las habilidades físicas necesarias (...)	0,43	0,58							
La competición no es mi.		0,49							
Los temas de salud no me preocupan.									
Tengo demasiadas obligaciones familiares.		0,85							
Tengo demasiados compromisos familiares.		0,82							
Las exigencias y deseos familiares limitan mi práctica (...)		0,75							
Creo que ni mi familia ni mis amistades aprobarían (...)		0,44							
Tengo otras prioridades.			0,72						
Mi trabajo y mis estudios son mi primera prioridad (...)			0,68						
Tengo cosas más importantes que hacer.	0,46		0,63						
No tengo suficiente tiempo libre.			0,53			0,48			
Es difícil planificar y hacer estas actividades.				0,68					
Es difícil mantener el compromiso.				0,64					
Se requiere demasiada planificación hacer (...)				0,59					
El horario no se ajusta al mío.				0,52					
No sé bien en qué actividades participar.					0,72				
No hay con quien hacer estas cosas.					0,69				
No sé dónde puedo aprender esta actividad.	0,53				0,61				
No dispongo de dinero actividades en el medio natural.						0,65			
Hay que pagar cuotas por utilizar las instalaciones (...).						0,53			
Estoy demasiado ocupado/a con otras actividades.							0,70		
Es difícil llevar los planes a buen término.							0,43		
No siempre me apetece hacer actividades en la naturaleza.								0,56	
Tengo compromisos de trabajo.			0,42						-0,53

Tabla 6: Varianza total explicada, valores propios y alfa del análisis factorial exploratorio sobre dificultades.

Factor	Valores propios (Eigenvalues)	% de varianza	% acumulado varianza	Alfa
1. Interés	6,908	14,097	14,097	,9041
2. Medios	4,380	8,940	23,037	,8398
3. Auto concepto	3,073	6,272	29,309	,6941
4. Familia	3,058	6,241	35,550	,8268
5. Tiempo	2,844	5,803	41,353	,7193
6. Planificación	2,608	5,323	46,677	,7270
7. Desconocimiento	2,482	5,066	51,742	,7877
8. Dinero	1,699	3,468	55,210	,6698
9. Otras ocupaciones	1,507	3,075	58,285	,3149
10. Apetencia	1,414	2,885	61,170	,0680

Tabla 7. Matriz de componentes rotados del segundo análisis factorial sobre dificultades.

	1	2	3	4	5	6	7	8
Siento reticencia a participar ...	,833							
No me siento bien en este tipo de situaciones sociales	,829							
No estoy interesado ...	,775							
Las AFDMN me aburren	,746							
Me da corte participar en AFDMN en público	,513							
Tengo demasiados compromisos familiares		,901						
Tengo demasiadas obligaciones familiares		,880						
Las exigencias y deseos familiares limitan mi práctica ...		,805						
Las instalaciones son inadecuadas			,850					
No hay instalaciones y servicios ...			,830					
No hay medios, cursos o instalaciones disponibles			,664					
No tengo oportunidades			,510					
Se requiere demasiada planificación ...				,780				
Es difícil planificar y hacer estas actividades				,773				
Es difícil mantener el compromiso				,749				
No me considero bueno/a practicando estas actividades					,762			
La competición no es para mí					,747			
No estoy lo suficientemente en forma ...					,721			
No se bien en que actividades practicar						,716		
No se que opciones hay ni donde practicarlas						,687		
No hay con quien hacer estas cosas						,629		
No dispongo de dinero para AFDMN							,835	
Hay que pagar cuotas por utilizar las instalaciones recreativas							,812	
Mi trabajo y estudios son mi 1ª prioridad en estos momentos								,818
Tengo otras prioridades								,794

Tabla 8.: Varianza total explicada, valores propios y alfa del 2º análisis factorial sobre dificultades.

Factor	Valores propios (Eigenvalues)	% de varianza	% acumulado varianza	Alfa
1. Interés	3,138	12,551	12,551	0,8394
2. Medios	2,515	10,060	22,611	0,8102
3. Familia	2,426	9,704	32,315	0,8955
4. Planificación	2,116	8,462	40,777	0,7911
5. Auto concepto	2,070	8,279	49,056	0,7203
6. Desconocimiento	2,044	8,176	57,232	0,6429
7. Tiempo	1,562	6,250	63,482	0,6649
8. Dinero	1,551	6,204	69,686	0,7153

ANEXO I

Tabla 9: Categorías de estrategias de superación de dificultades obtenido en el cuestionario piloto

COGNITIVAS:	
1.	Adaptarme a que tengo que realizarlas solo, sin mis amistades.
2.	Divertirme conmigo mismo alrededor de amistades familia, novia.
3.	Ponerle empeño sabiendo que podía hacerlo.
4.	Tener claro que esa mañana está dedicada a la montaña.
5.	No las he superado, pero intento practicarlo cuando puedo.
COMPORTAMENTALES:	
MODIFICACIÓN DEL TIEMPO.	
6.	Organizarlo con tiempo suficiente. / Programarme bien.
7.	Organizarme bien. / Organizar mejor mi tiempo libre
8.	Buscar tiempo libre. / Administrar el tiempo.
9.	Ahora tengo más tiempo libre.
10.	Aprovechar mis periodos de vacaciones poder realizarlos.
11.	Esperar las vacaciones.
ADQUIRIR DESTREZAS.	
12.	Entrenar. / Entrenar en el Medio Natural. / Conseguir C.F. mantener el ritmo (senderismo).
13.	A medida que vas realizado lo vas solventando, aprender orientación.
14.	Llevar un entrenamiento mas centrado en piernas debido a que el medio es diferente (jugador de balonmano playa) / Presión con la natación.
15.	Informarme y aprender lo máximo posible.
16.	Perder el miedo a la altura (escalador).
17.	Descansar físicamente.
18.	He ido a campamentos practicar. / Clases y mucha práctica.
CAMBIAR RELACIONES INTERPERSONALES.	
19.	Buscar amistades. / Conocer gente. / Buscar amistades que la practiquen. / Ir con amistades los fines de semana a la montaña. / Encontrar personas practicantes. / Juntarme con gente con quien practicar. / Juntar un grupo de amistades. / Conocer gente no ir sola. / Unirme a un grupo que realiza salidas al campo (asociación). / Practicarla con más compañeros. / Ir en grupos grandes. / Salir con otra gente que le gusten las actividades. / Ir cada vez que podía con hermano y amistades.
20.	Tener menos vida social estudiar.
21.	Salir aunque sea yo sola
MEJORAR FINANZAS.	
22.	Buscar recursos económicos realizarla.
23.	Buscar los sitios más baratos.
24.	Disfrutar de viajes financiados por organismos públicos.
25.	Ahorrar comprar material.
26.	Pagar mucho, es muy caro (esquí).
TERAPIA FÍSICA.	
27.	Considerarlo una prioridad, ya que va bien a mi persona. (podría ser también cognitiva).
CAMBIAR LAS ASPIRACIONES DE OCIO.	
28.	Entrenar menos y buscar objetivos más asequibles.
29.	Salir menos veces.
30.	Ir con viajes organizados.
OTRAS.	
31.	Ir en coche, porque está a 20 km de donde yo vivo. / Desplazarme bastantes km poder realizarlo. / Desplazarme a lugares más lejanos.
32.	Cambiar de comunidad, de Huelva a Toledo donde hay más posibilidades.
33.	Buscar pistas secundarias con menos fama pero que permitan practicar (esquí).
34.	Buscar parajes donde practicar. / Buscarme nuevas rutas.
35.	Está relacionado con mi trabajo de monitor de atletismo (orientación deportiva).
36.	Encontrar clubes.
37.	Buscarme medios adecuados.
38.	Conseguir un coche.
39.	Nada, estoy de voluntaria en la ONCE.
40.	Usar el material de otros compañeros.

Tabla 10: Matriz de componentes rotados del análisis factorial exploratorio sobre capacidad auto percibida.

	1	2	3
Comercializar un servicio deportivo relacionado con AFDMN	,854		
Llevar a cabo la gestión administrativa de una empresa de AFDMN	,847		
Coordinar al personal necesario en la realización de una actividad en la naturaleza.	,821		
Gestionar recursos materiales y económicos necesarios para realizar (...).	,819		
Prever la logística que necesita toda actividad físico deportiva en el medio natural (...)	,815		
Dirigir al personal de una empresa de servicios deportivos relacionados con las AFDMN.	,811		
Poner en marcha una empresa de servicios deportivos relacionada con las AFDMN.	,800		
Presupuestar una actividad físico deportiva en el medio natural.	,799		
Determinar el perfil del personal requerido para llevar a cabo una AFDMN (...).	,776		
Encontrar y reservar una instalación donde realizar una permanencia (...)	,770		
Tramitar los permisos y seguros requeridos en desplazamientos y pernoctas en el MN.	,766		
Diseñar una actividad en la naturaleza (...)	,740		
Construir un refugio improvisado en el medio natural.	,649		,431
Garantizar la seguridad de los participantes en la realización de AFDMN	,563	,517	
Dinamizar, organizar y controlar a un grupo en la realización de una salida al MN	,526	,474	
Enseñar a manejar una brújula.		,859	
Manejar una brújula.		,844	
Enseñar a leer e interpretar correctamente los diferentes elementos de un mapa.		,829	
Leer e interpretar correctamente los diferentes elementos de un mapa (...)		,814	
Realizar los nudos fundamentales de unión de cuerdas, fijación, seguridad etc.		,793	
Orientarte mediante indicios naturales (Musgo de los árboles, estrellas...)		,787	
Enseñar los nudos fundamentales de unión de cuerdas, fijación, seguridad etc.		,786	
Enseñar a orientarse en la naturaleza mediante indicios naturales.		,761	
Enseñar a localizar controles de orientación siguiendo la terminología internacional.		,722	
Reducir al máximo el impacto medioambiental en la realización de AFDMN		,641	
Enseñar a reducir al máximo el impacto medioambiental en la realización de AFDMN		,635	
Preparar un recorrido de rastreo.		,607	
Enseñar a seguir un recorrido de rastreo.		,604	,410
Seguir un recorrido de rastreo.		,596	,421
Programar y evaluar actividades en el medio natural con finalidad educativa.	,562	,564	
Montar diferentes tipos de tiendas de campaña (Canadiense, igloo, túnel...)			,844
Enseñar a montar diferentes tipos de tiendas de campaña (Canadiense, igloo, túnel...)			,793
Enseñar a ubicar y orientar correctamente una tienda de campaña.			,750
Ubicar y orientar correctamente una tienda de campaña.			,749
Utilizar el equipo personal (Mochilas, vestimenta, calzado...).		,476	,514
Enseñar a usar el equipo personal de marcha y acampada. (...).	,441	,434	,464

Tabla 11: Varianza total explicada, valores propios y alfa del análisis factorial exploratorio sobre la capacidad auto percibida.

Factor	Valores propios (Eigenvalues)	% de varianza	% acumulado varianza	Alfa
1	10,655	29,597	29,597	,9700
2	10,035	27,874	57,471	,9636
3	4,727	13,131	70,602	,9242

Tabla 12. Matriz de componentes rotados del 2º análisis factorial sobre capacidad auto percibida

	1	2
Comercializar un servicio deportivo relacionado con AFDMN.	,879	
Llevar a cabo la gestión administrativa de una empresa de AFDMN.	,856	
Dirigir al personal de una empresa de servicios deportivos relacionados con las AFDMN.	,840	
Poner en marcha una empresa de servicios deportivos relacionada con las AFDMN.	,837	
Gestionar recursos materiales y económicos necesarios (...).	,835	
Prever la logística que necesita toda AFDMN (...)	,830	
Presupuestar una actividad físico deportiva en el medio natural.	,819	
Coordinar al personal necesario en la realización de una actividad en la naturaleza.	,807	
Tramitar los permisos y seguros requeridos en desplazamientos y pernoctas en el MN.	,798	
Encontrar y reservar una instalación donde realizar una permanencia de varios días en el MN.	,777	
Determinar el perfil del personal requerido para llevar a cabo una AFDMN (...).	,772	
Diseñar una actividad en la naturaleza (...)	,728	
Construir un refugio improvisado en el medio natural.	,699	
Dinamizar, organizar y controlar a un grupo en la realización de una salida al MN.	,499	,487
Leer e interpretar correctamente los diferentes elementos de un mapa (...)		,832
Manejar una brújula.		,825
Orientarte mediante indicios naturales (Musgo de los árboles, estrellas...)		,821
Realizar los nudos fundamentales de unión de cuerdas, fijación, seguridad etc.		,804
Ubicar y orientar correctamente una tienda de campaña.		,722
Montar diferentes tipos de tiendas de campaña (Canadiense, igloo, túnel...)		,703
Reducir al máximo el impacto medioambiental en la realización de AFDMN.		,669
Utilizar el equipo personal (Mochilas, vestimenta, calzado...).	,412	,648
Seguir un recorrido de rastreo.	,409	,592
Garantizar la seguridad de los participantes en la realización de AFDMN.	,541	,545
Preparar un recorrido de rastreo.	,428	,500

Tabla 13:. Varianza total explicada, valores propios y alfa del 2º análisis factorial exploratorio sobre la capacidad auto percibida.

Factor	Valores propios (Eigenvalues)	% de varianza	% acumulado varianza	Alfa
1. GESTION	10,035	40,139	40,139	,9700
2. TÉCNICAS	6,860	27,440	67,579	,9212

Tabla 14. *Matriz de componentes rotados del cuestionario definitivo sobre capacidad auto percibida*

	1	2
Llevar a cabo la gestión administrativa de una empresa de AFD en el medio natural	,873	
Dirigir al personal de una empresa relacionada con las actividades en la naturaleza	,864	
Comercializar un servicio deportivo relacionado con las AFD en el medio natural	,841	
Poner en marcha una empresa relacionada con las actividades en la naturaleza	,840	
Gestionar recursos materiales y económicos necesarios para realizar desp. y pernoctas por MN	,791	
Leer e interpretar correctamente los diferentes elementos de un mapa (escala, simbología, curvas de nivel...)		,816
Ubicar y orientar correctamente una tienda de campaña		,812
Orientarte mediante indicios naturales (Musgo de los árboles, estrellas...)		,794
Manejar una brújula		,792
Montar diferentes tipos de tiendas de campaña (Canadiense, igloo, túnel...)		,716
Realizar los nudos fundamentales de unión de cuerdas, fijación, seguridad etc		,695

Tabla 15.: *Varianza total explicada, valores propios y alfa del análisis factorial definitivo sobre capacidad auto percibida.*

Factor	Valores propios (Eigenvalues)	% de varianza	% acumulado varianza	Alfa
GESTION	3,718	33,796	33,796	,9111
TÉCNICAS	3,702	33,654	67,449	,8780

ANEXO I

ANEXO II CUESTIONARIO EMPLEADO



Facultad de Ciencias de la Actividad Física y del Deporte (INEF)

Universidad Politécnica de Madrid.

Estimado/a compañero/a:

Con motivo de mi tesis doctoral realizada en la Facultad de Ciencias de la Actividad Física y del Deporte (INEF) de Madrid, estoy llevando a cabo una investigación sobre Género y Actividades Físico Deportivas en el Medio Natural, por lo que solicito y agradezco anticipadamente tu colaboración.

Este cuestionario ha sido diseñado para conocer los motivos que llevan, a quienes estudian Ciencias de la Actividad Física y el Deporte a practicar Actividades Físico Deportivas en el Medio Natural, identificar los factores que dificultan esa práctica e indagar sobre las estrategias utilizadas para superar esas dificultades.

En la mayor parte de los casos, las preguntas consisten en escalas en las cuales debe señalarse un valor entre 1 (Valor mínimo) y 5 (Valor máximo).

Este cuestionario es anónimo. En cualquier caso, te ruego escribas tus respuestas despacio y en función de lo que tú creas o pienses, no lo que opinen los demás.

MUCHAS GRACIAS POR TU COLABORACIÓN.

Juan E. Sánchez Igual.
Licenciado en Educación Física

P. 1 Sexo: (Señala con una X)

- Varón. ☐ →
- Mujer. ☐ →

P. 2 Edad: _____

P. 3 ¿Practicas algún tipo de actividad físico deportiva al margen de las realizadas en las prácticas de la carrera?

- NO. ☐

↓

↓

↓

(Pasa a la pregunta 6)

↓

↓

↓

↓

P. 6 Sin tener en cuenta las prácticas que puedas haber hecho en la carrera. ¿Has realizado algún tipo de actividad físico deportiva en el medio natural en el último año?

- NO. ☐

↓

↓

↓

(Pasa a la pregunta 13,
a la vuelta de este folio.)

↓

↓

↓

↓

↓

↓

↓

↓

↓

↓

↓

↓

↓

↓

- SI. ☐ (Pasa a la pregunta 4)

↓

P. 4 ¿Cuál o cuáles son esas actividades?

ACTIVIDAD 1: _____

ACTIVIDAD 2: _____

P. 5 ¿Con qué frecuencia practicas la actividad o actividades escritas arriba?

	Todos los días	Tres o más días a la semana	Un día a la semana	Varias veces al mes	En vacaciones
ACTIVIDAD 1	1	2	3	4	5
ACTIVIDAD 2	1	2	3	4	5

(Pasa a la pregunta 6)

↓

- SI. ☐ (Pasa a la pregunta 7)

↓

P. 7 ¿Cuál o cuáles son esas actividades?

ACTIVIDAD 1 _____

ACTIVIDAD 2 _____

P. 8 ¿Con qué frecuencia practicas la actividad o actividades escritas arriba?

	Todas las semanas	Varias veces al mes	Una vez al mes	En vacaciones
ACTIVIDAD 1	1	2	3	4
ACTIVIDAD 2	1	2	3	4

P. 9 ¿Cómo te planteas tu práctica de actividades en el medio natural? Selecciona sólo una opción.

Busco pasármelo bien. (Recreación). ☐

Entreno para conseguir resultados (Rendimiento). ☐

P. 10 ¿Practicas actividades en el medio natural con una licencia federativa?

NO. ☐

SI. ☐ → ¿Qué federación? _____

P. 11 ¿Con quién realizas estas actividades? Selecciona un máximo de dos opciones.

Club o asociación ☐

Con amigos / as ☐

Empresa deportiva ☐

Con familia ☐

Con pareja ☐

Solo / a ☐

Otra. ¿Cual? _____ ☐

(Sigue en la pregunta 12, a la vuelta de este folio)

P. 12 Valora la importancia que tienen para ti estos motivos en el momento de practicar actividades físico deportivas en el medio natural, siendo 1 “Ninguna importancia” y 5 “Mucha importancia”.

1. Para estar cerca de la naturaleza.	1	2	3	4	5
2. Para disfrutar de los olores y sonidos de la naturaleza.	1	2	3	4	5
3. Para apreciar la belleza del paisaje.	1	2	3	4	5
4. Para estar donde las cosas son naturales.	1	2	3	4	5
5. Para aprender más sobre la naturaleza.	1	2	3	4	5
6. Para sentirme aislado/a.	1	2	3	4	5
7. Para experimentar soledad.	1	2	3	4	5
8. Para estar conmigo mismo/a.	1	2	3	4	5
9. Para huir de otras personas.	1	2	3	4	5
10. Para tener más privacidad de la que tengo en casa.	1	2	3	4	5
11. Para controlar la situación.	1	2	3	4	5
12. Para controlar las cosas.	1	2	3	4	5
13. Para ser mi propio jefe/a.	1	2	3	4	5
14. Para hacer las cosas a mi manera.	1	2	3	4	5
15. Para recordar recuerdos pasados.	1	2	3	4	5
16. Para recordar los viejos tiempos.	1	2	3	4	5
17. Para reflexionar sobre mis recuerdos.	1	2	3	4	5
18. Para experimentar los riesgos que conllevan.	1	2	3	4	5
19. Para vivir situaciones peligrosas.	1	2	3	4	5
20. Para correr riesgos.	1	2	3	4	5
21. Para que los demás piensen bien de mí por hacerlo.	1	2	3	4	5
22. Para demostrar a otros/as lo que puedo hacer.	1	2	3	4	5
23. Para causar una buena impresión en los demás.	1	2	3	4	5
24. Para estar con amigos.	1	2	3	4	5
25. Para hacer cosas con mis compañeros.	1	2	3	4	5
26. Para estar con miembros de mi grupo.	1	2	3	4	5
27. Para dejar de lado las responsabilidades diarias por un rato.	1	2	3	4	5
28. Para huir de las presiones de la vida diaria.	1	2	3	4	5
29. Para reducir la sensación de tener demasiado que hacer.	1	2	3	4	5
30. Para sentirme bien después de la actividad física.	1	2	3	4	5
31. Para mantenerme físicamente en forma.	1	2	3	4	5
32. Para conocer otras personas en la zona.	1	2	3	4	5
33. Para hablar con gente nueva y variada.	1	2	3	4	5
34. Para dirigir a otras personas.	1	2	3	4	5
35. Para ayudar a dirigir las actividades de otros/as.	1	2	3	4	5
36. Para aprender de lo que soy capaz.	1	2	3	4	5
37. Para demostrarme a mí mismo/a que puedo hacerlo	1	2	3	4	5

P. 13 En esta carrera, ¿Has cursado o estás cursando alguna asignatura relacionada con las actividades físico deportivas en el medio natural?

NO. ☐

SI. ☐ → ¿Cuál o cuales? _____

(Continúa en la página siguiente)

P. 14 Evalúa la importancia que tienen para ti cada una de las siguientes manifestaciones a la hora de impedir o restringir tu práctica de actividades en la naturaleza, siendo 1 “Ninguna importancia” y 5 “Mucha importancia”

1. No estoy interesado en estas actividades.	1	2	3	4	5
2. No me siento bien en este tipo de situaciones sociales.	1	2	3	4	5
3. Siento reticencia a participar en estas actividades.	1	2	3	4	5
4. Las actividades físico deportivas en el medio natural me aburren.	1	2	3	4	5
5. Me da corte participar en AFD en el medio natural en público.	1	2	3	4	5
6. No hay instalaciones y servicios para practicar actividades en la naturaleza.	1	2	3	4	5
7. Las instalaciones son inadecuadas.	1	2	3	4	5
8. No tengo oportunidades.	1	2	3	4	5
9. No sé que opciones hay, ni dónde practicarlas.	1	2	3	4	5
10. No hay medios, cursos o instalaciones disponibles.	1	2	3	4	5
11. Tengo demasiadas obligaciones familiares.	1	2	3	4	5
12. Tengo demasiados compromisos familiares.	1	2	3	4	5
13. Las exigencias y deseos familiares limitan mi práctica de este tipo de actividades.	1	2	3	4	5
14. Es difícil planificar y hacer estas actividades.	1	2	3	4	5
15. Es difícil mantener el compromiso.	1	2	3	4	5
16. Se requiere demasiada planificación para hacer este tipo de actividades.	1	2	3	4	5
17. La competición no es para mí.	1	2	3	4	5
18. No me considero bueno/a practicando estas actividades.	1	2	3	4	5
19. No estoy lo suficientemente en forma para practicar estas actividades.	1	2	3	4	5
20. No hay con quien hacer estas cosas.	1	2	3	4	5
21. No sé bien en qué actividades participar.	1	2	3	4	5
22. Tengo otras prioridades.	1	2	3	4	5
23. Mi trabajo y mis estudios son mi primera prioridad en estos momentos.	1	2	3	4	5
24. Hay que pagar cuotas por utilizar las instalaciones recreativas.	1	2	3	4	5
25. No dispongo de dinero para actividades en el medio natural.	1	2	3	4	5

P. 15 Cuando finalices tus estudios, ¿Tienes pensado desarrollar tu actividad laboral en alguno de estos ámbitos? Selecciona las opciones que desees.

	NO	SI
ENSEÑANZA de actividades físico deportivas en la naturaleza en el contexto educativo.	☐	☐
DEPORTE Y / O RECREACIÓN físico deportiva en la naturaleza (Monitor o guía de actividades físico deportivas en el medio natural.)	☐	☐
ORGANIZACIÓN Y GESTIÓN de empresas de servicios deportivos especializada en el deporte y la recreación en el medio natural.	☐	☐
Otro ámbito relacionado con las actividades físicas en el medio natural. ¿Cuál? _____	☐	☐

P. 16 Valora en qué grado ha contribuido la formación que tú has recibido en esta carrera al desarrollo de habilidades o capacidades relacionadas con los siguientes ámbitos, siendo 1 “Ninguna influencia” y 5 “Mucha influencia.”

ENSEÑANZA de actividades físico deportivas en la naturaleza en el contexto educativo.	1	2	3	4	5
DEPORTE Y / O RECREACIÓN físico deportiva en la naturaleza (Monitor o guía de actividades físico deportivas en el medio natural.)	1	2	3	4	5
ORGANIZACIÓN Y GESTIÓN de empresas de servicios deportivos especializada en el deporte y la recreación en el medio natural.	1	2	3	4	5

(Para acabar, dale la vuelta a esta hoja)

P. 17 Valora la capacidad que crees que tienes en este momento para hacer sin ayuda las siguientes actividades, siendo 1 “Nada capaz” y 5 “Muy capaz.”

1. Llevar a cabo la gestión administrativa de una empresa de AFD en el medio natural.	1	2	3	4	5
2. Dirigir al personal de una empresa relacionada con las actividades en la naturaleza.	1	2	3	4	5
3. Comercializar un servicio deportivo relacionado con las AFD en el medio natural.	1	2	3	4	5
4. Poner en marcha una empresa relacionada con las actividades en la naturaleza.	1	2	3	4	5
5. Gestionar recursos materiales y económicos necesarios para realizar desplazamientos y pernoctas por el medio natural.	1	2	3	4	5
6. Manejar una brújula.	1	2	3	4	5
7. Leer e interpretar correctamente los diferentes elementos de un mapa (escala, simbología, curvas de nivel...)	1	2	3	4	5
8. Orientarte mediante indicios naturales (Musgo de los árboles, estrellas...)	1	2	3	4	5
9. Ubicar y orientar correctamente una tienda de campaña.	1	2	3	4	5
10. Montar diferentes tipos de tiendas de campaña (Canadiense, igloo, túnel...)	1	2	3	4	5
11. Realizar los nudos fundamentales de unión de cuerdas, fijación, seguridad etc.	1	2	3	4	5

P. 18 ¿Hay alguna actividad en el medio natural que practicas a pesar de tener dificultades para realizarla?

- NO. ☐



HAS ACABADO EL
CUESTIONARIO,
MUCHAS GRACIAS
POR TU TIEMPO

- SI. ☐

(Pasa a la pregunta 20)



P. 19 ¿Cuál o es esa actividad?

(Actividad) _____

P. 20 Indica la frecuencia con la que tú sueles utilizar las siguientes estrategias para conseguir realizar esa actividad a pesar de las dificultades. **Siendo 1 “Nunca” y 5 “Muy a menudo.”**

1. Acortar la duración de la actividad.	1	2	3	4	5
2. Ahorrar.	1	2	3	4	5
3. Aprovechar los periodos vacacionales.	1	2	3	4	5
4. Buscar actividades subvencionadas.	1	2	3	4	5
5. Buscar los lugares más baratos.	1	2	3	4	5
6. Buscar recursos económicos para realizarla.	1	2	3	4	5
7. Cambiar las relaciones interpersonales.	1	2	3	4	5
8. Comprometerme con la actividad.	1	2	3	4	5
9. Conocer gente para no ir solo/a.	1	2	3	4	5
10. Considerarlo una prioridad, ya que me viene bien.	1	2	3	4	5
11. Demostrar a quienes piensan que no soy capaz que puedo hacerlo.	1	2	3	4	5
12. Desplazarme bastantes kilómetros.	1	2	3	4	5
13. He acabado aprendiendo a practicarlo con mis medios.	1	2	3	4	5
14. Improvisar con el escaso equipamiento disponible.	1	2	3	4	5
15. Intentar presupuestar mi dinero.	1	2	3	4	5
16. Ir con viajes organizados.	1	2	3	4	5
17. Mejorar mi forma física.	1	2	3	4	5
18. Mejorar mis destrezas.	1	2	3	4	5
19. Optimizar el tiempo disponible.	1	2	3	4	5
20. Organizarlo con tiempo suficiente.	1	2	3	4	5
21. Pagar mucho.	1	2	3	4	5
22. Participar en actividades con personas de mi mismo sexo.	1	2	3	4	5
23. Plantearme actividades sustitutivas.	1	2	3	4	5
24. Ponerle empeño.	1	2	3	4	5
25. Practicar con menor frecuencia.	1	2	3	4	5
26. Renunciar a cosas que otras personas consideran importantes.	1	2	3	4	5
27. Salir aunque sea sin compañeros / as.	1	2	3	4	5
28. Tomar clases.	1	2	3	4	5
29. Usar el material de otros / as compañeros / as.	1	2	3	4	5
30. Otra estrategia ¿Cuál? _____	1	2	3	4	5

HAS ACABADO EL CUESTIONARIO, MUCHAS GRACIAS POR TU TIEMPO

ANEXO III TABLAS DE RESULTADOS DE LOS CUESTIONARIOS

LISTADO DE TABLAS:

Tabla 1. Práctica de A.F. Total de la muestra. Por sexo. Porcentajes y prueba de c2.

Tabla 2. Frecuencia de práctica de AFD. Total de la muestra. Por sexo. Porcentajes y prueba de c2.

Tabla 3. AFD más practicadas regularmente según sexo. Porcentajes y pruebas de c2.

Tabla 4. Práctica de AFDMN. Total de la muestra. Por sexo. Porcentajes y prueba de c2.

Tabla 5. Frecuencia de práctica de AFDMN. Total de la muestra. Por sexo. Porcentajes y prueba de c2.

Tabla 6. Frecuencia de práctica de actividad física en el medio natural. Total de la muestra. Por sexo. Porcentajes y prueba de c2.

Tabla 7. AFDMN más practicadas regularmente según sexo. Porcentajes y pruebas de c2.

Tabla 8. AFDMN más practicadas vacacionalmente según sexo. Porcentajes y pruebas de c2.

Tabla 9. Práctica de AFDMN según accesibilidad. Practicantes de AFDMN. Por sexo. Porcentajes y prueba de c2.

Tabla 10. Práctica de AFDMN según accesibilidad. Practicantes regulares, esporádicos y vacacionales de AFDMN. Por sexo. Porcentajes y pruebas de c2.

Tabla 11. Práctica de AFDMN según accesibilidad. Practicantes regulares, esporádicos y vacacionales. Porcentajes y prueba de c2.

Tabla 12. Práctica de AFDMN según medio físico. Practicantes de AFDMN. Por sexo. Porcentajes y prueba de c2.

Tabla 13. Práctica de AFDMN según medio físico. Practicantes regulares, esporádicos y vacacionales de AFDMN. Por sexo. Porcentajes y pruebas de c2.

Tabla 14. Práctica de AFDMN según medio físico. Practicantes regulares, esporádicos y vacacionales. Porcentajes y prueba de c2.

Tabla 15. Modelo de la práctica de AFDMN. Practicantes de AFDMN. Por sexo. Porcentajes y prueba de c2.

Tabla 16. Modelo de la práctica de AFDMN. Practicantes regulares, esporádicos y vacacionales. Por sexo. Porcentajes y pruebas de c2.

Tabla 17. Modelo de la práctica de AFDMN. Practicantes de AFDMN. Por frecuencia de práctica de AFDMN. Porcentajes y prueba de c2.

Tabla 18. Posesión de licencia federativa. Practicantes de AFDMN. Por sexo. Porcentajes y prueba de c2.

Tabla 19. Posesión de licencia federativa. Practicantes regulares, esporádicos y vacacionales. Por sexo. Porcentajes y pruebas de c2.

Tabla 20. Posesión de licencia federativa según frecuencia de práctica de AFDMN. Porcentajes y prueba de c2.

Tabla 21. Acompañamiento en la práctica de AFDMN según sexo. Porcentajes y pruebas de c2.

Tabla 22. Acompañamiento en la práctica de AFDMN según frecuencia de práctica y sexo. Porcentajes y pruebas de c2.

Tabla 23. Acompañamiento en la práctica de AFDMN según frecuencia de práctica. Porcentajes y pruebas de c2.

Tabla 24. Motivos para practicar AFDMN según factores. Medias y desviación típica

Tabla 25. Motivos para la práctica de AFDMN según factores. Hombres y mujeres. Media y prueba T.

Tabla 26. Motivos para la práctica de AFDMN según factores y frecuencia de práctica de AFDMN. Hombres y mujeres. Medias.

Tabla 27. Motivos para la práctica de AFDMN según factores y frecuencia de práctica de AFDMN. Diferencias por sexo. Prueba T.

Tabla 28. Motivos para practicar AFDMN según factores y frecuencia de práctica de AFDMN. Prueba de Levene y ANOVA.

Tabla 29. Motivos para practicar AFDMN según los factores que han mostrado diferencias según la frecuencia de práctica de AFDMN. Toda la muestra. Por frecuencia de práctica de AFDMN. Pruebas Post Hoc de Sheffe y Games - Howell..

Tabla 30. Motivos para practicar AFDMN según factores, frecuencia de práctica de AFDMN y sexo. Prueba de Levene y ANOVAS.

Tabla 31. Motivos para practicar AFDMN según los factores. que han mostrado diferencias según la frecuencia de práctica de AFDMN. Hombres. Por frecuencia de práctica de AFDMN. Pruebas Post Hoc de Sheffe y Games-Howell.

Tabla 32. Motivos para practicar AFDMN según los factores. que han mostrado diferencias según la frecuencia de práctica de AFDMN. Mujeres. Por frecuencia de práctica de AFDMN. Pruebas Post Hoc de Sheffe y Games-Howell.

Tabla 33. Dificultades hacia la práctica de AFDMN según factores. Toda la muestra. Medias y desviación típica.

Tabla 34. Dificultades hacia la práctica de AFDMN según factores. Toda la muestra. Hombres y mujeres. Media y prueba T.

Tabla 35. Dificultades hacia la práctica de AFDMN según factores y frecuencia de práctica de AFDMN. Hombres y mujeres. Medias.

Tabla 36. Dificultades hacia la práctica de AFDMN según factores y frecuencia de practica de AFDMN. Diferencias por sexo. Prueba T.

Tabla 37. Dificultades hacia la práctica de AFDMN según factores y frecuencia de práctica de AFDMN. Prueba de Levene y ANOVA.

Tabla 38. Dificultades hacia la práctica de AFDMN según factores. Toda la muestra. Por frecuencia de práctica de AFDMN. Prueba Post Hoc de Sheffe.

Tabla 39. Dificultades hacia la práctica de AFDMN según factores, frecuencia de práctica de AFDMN y sexo. Prueba de Levene y ANOVAS.

Tabla 40. Dificultades hacia la práctica de AFDMN según los factores. que han mostrado diferencias según la frecuencia de práctica de AFDMN. Mujeres. Por frecuencia de práctica de AFDMN. Prueba Post Hoc de Sheffe

Tabla 41. Dificultades hacia la práctica de AFDMN según factores. Hombres. Por frecuencia de práctica de AFDMN. Prueba Post Hoc de Sheffe.

Tabla 42. Practicantes de AFDMN conscientes de superar las dificultades. Según frecuencia de práctica de AFDMN. Porcentajes y prueba de c2.

Tabla 43. Practicantes de AFDMN conscientes de superar las dificultades. Según sexo. Porcentajes y prueba de c2.

Tabla 44. Estrategias de superación de las dificultades. Practicantes de AFDMN. Medias y desviaciones típicas.

Tabla 45. Estrategias de superación de las dificultades. Practicantes de AFDMN. Por sexo. Medias, desviaciones típicas y prueba T.

Tabla 46. Estrategias de superación de las dificultades. Practicantes de AFDMN. Por frecuencia de práctica. Medias, desviaciones típicas, prueba de Levene y ANOVA.

Tabla 47. Estrategias de superación de las dificultades que han mostrado diferencias según la frecuencia de práctica de AFDMN. Por frecuencia de práctica de AFDMN. Pruebas Post Hoc de Sheffe y Games-Howell.

Tabla 48. Disposición a desarrollar la actividad profesional futura en alguno de los tres ámbitos relacionados con las AFDMN. Toda la muestra. Por sexo. Porcentajes y pruebas de c2.

Tabla 49. Expectativas sobre la formación a recibir en los diferentes ámbitos relacionados con las AFDMN. Alumnado de primer curso. Hombres y mujeres. Medias, desviaciones típicas y prueba T.

Tabla 50. Percepción de la formación recibida en relación con los diferentes ámbitos relacionados con las AFDMN. Alumnado de último curso. Por sexo. Medias, desviaciones típicas y prueba T.

Tabla 51. Competencia auto percibida en diferentes ámbitos de AFDMN, según factores y según sexo. Medias, desviaciones típicas y prueba T.

Tabla 52. Competencia auto percibida en diferentes ámbitos de AFDMN, según factores y frecuencia de práctica de AFDMN. Toda la muestra. Medias, desviaciones típicas, Levene y ANOVA.

Tabla 53. Competencia auto percibida en diferentes ámbitos de las AFDMN según factores. Por frecuencia de práctica de AFDMN. Prueba Post Hoc de Sheffe.

Tabla 54. Competencia auto percibida en diferentes ámbitos de AFDMN, según factores. Alumnado de primer y último curso. Medias, desviaciones típicas y prueba T.

ANEXO III

Tabla 1: Práctica de A.F. Total de la muestra. Por sexo. Porcentajes y prueba de c2.

		¿PRACTICA AFD?			c2	p
		SI	NO	TOTAL		
HOMBRE	N	798	59	857	22,594	,000
	%	93,1%	6,9%	100,0%		
MUJER	N	282	53	335		
	%	84,2%	15,8%	100,0%		
TOTAL	N	1080	112	1192		
	%	90,6%	9,4%	100,0%		

Tabla 2: Frecuencia de práctica de AFD. Total de la muestra. Por sexo. Porcentajes y prueba de c2.

		Todos los días	3 o + días a la semana	1 día a la semana	Varias veces al mes	En vacaciones	Total	c2	p
HOMBRE	N	157	493	106	30	10	796		
	%	19,7%	61,9%	13,3%	3,8%	1,3%	100,0%	5,623	,229
MUJER	N	51	177	31	19	5	283		
	%	18,0%	62,5%	11,0%	6,7%	1,8%	100,0%		
TOTAL	N	208	670	137	49	15	1079		
	%	19,3%	62,1%	12,7%	4,5%	1,4%	100,0%		

Tabla 3: AFD más practicadas regularmente según sexo. Porcentajes y pruebas de c2.

FUTBOL						
		SI	NO	TOTAL	c2	p
V	N	287	571	858	62,899	,000
	%	33,4%	66,6%	100,0%		
M	N	36	299	335		
	%	10,7%	89,3%	100,0%		
T	N	323	870	1193		
	%	27,1%	72,9%	100,0%		

NATACION						
		SI	NO	TOTAL	c2	p
V	N	45	813	858	4,066	,044
	%	5,2%	94,8%	100,0%		
M	N	28	307	335		
	%	8,4%	91,6%	100,0%		
T	N	73	1120	1193		
	%	6,1%	93,9%	100,0%		

MUSCULACIÓN								
		SI	NO	TOTAL	c2	p		
V	N	58	800	858	19,158	,000		
	%	6,8%	93,2%	100,0%				
M	N	2	333	335			26,734**	,000**
	%	,6%	99,4%	100,0%				
T	N	60	1133	1193				
	%	5,0%	95,0%	100,0%				

AEROBIC								
		SI	NO	TOTAL	c2	p		
V	N	1	857	858	53,023	,000		
	%	,1%	99,9%	100,0%				
M	N	22	313	335			49,349**	,000**
	%	6,6%	93,4%	100,0%				
T	N	23	1170	1193				
	%	1,9%	98,1%	100,0%				

GIMNASIO						
		SI	NO	TOTAL	c2	p
V	N	56	802	858	4,781	,029
	%	6,5%	93,5%	100,0%		
M	N	11	324	335		
	%	3,3%	96,7%	100,0%		
T	N	67	1126	1193		
	%	5,6%	94,4%	100,0%		

** Razón de verosimilitud

Tabla 4: Práctica de AFDMN. Total de la muestra. Por sexo. Porcentajes y prueba de c2.

ANEXO III

		¿PRACTICA AFDMN?			c2	p
		SI	NO	TOTAL		
HOMBRE	N	474	381	855	1,154	,215
	%	55,4%	44,6%	100,0%		
MUJER	N	199	136	335		
	%	59,4%	40,6%	100,0%		
TOTAL	N	673	517	1190		
	%	56,6%	43,4%	100,0%		

Tabla 5: Frecuencia de práctica de AFDMN. Total de la muestra. Por sexo. Porcentajes y prueba de c2.

		Todas las semanas	Varias veces al mes	1 Vez al mes	En vacaciones	Total	c2	p
HOMBRE	N	41	82	75	276	474	1,374	,712
	%	8,6%	17,3%	15,8%	58,2%	100,0%		
MUJER	N	13	35	28	123	199		
	%	6,5%	17,6%	14,1%	61,8%	100,0%		
TOTAL	N	54	117	103	399	673		
	%	8,0%	17,4%	15,3%	59,3%	100,0%		

Tabla 6: Frecuencia de práctica de actividad física en el medio natural. Total de la muestra. Por sexo. Porcentajes y prueba de c2.

		Regular	Esporádica	Vacacional	Total	c2	p
HOMBRE	N	123	75	276	474	,769	,681
	%	25,9%	15,8%	58,2%	100,0%		
MUJER	N	48	28	123	199		
	%	24,1%	14,1%	61,8%	100,0%		
TOTAL	N	171	103	399	673		
	%	25,4%	15,3%	59,3%	100,0%		

Tabla 7: AFDMN más practicadas regularmente según sexo. Porcentajes y pruebas de c2.

		BICICLETA			c2	p
		SI	NO	TOTAL		
V	N	44	814	858	1,864	,172
	%	5,1%	94,9%	100,0%		
M	N	11	324	335		
	%	3,3%	96,7%	100,0%		
T	N	55	1138	1193		
	%	4,6%	95,4%	100,0%		
		SENDERISMO			c2	p
		SI	NO	TOTAL		
V	N	28	830	858	1,022	,312
	%	3,3%	96,7%	100,0%		
M	N	15	320	335		
	%	4,5%	95,5%	100,0%		
T	N	43	1150	1193		
	%	3,6%	96,4%	100,0%		
		ESCALADA Y BULDER			c2	p
		SI	NO	TOTAL		
V	N	25	833	858	1,220	,269
	%	2,9%	97,1%	100,0%		
M	N	14	321	335		
	%	4,2%	95,8%	100,0%		
T	N	39	1154	1193		
	%	3,3%	96,7%	100,0%		

Tabla 8: AFDMN más practicadas vacacionalmente según sexo. Porcentajes y pruebas de c2.

SENDERISMO						c2	p
		SI	NO	TOTAL			
V	N	111	747	858	4,309	,038	
	%	12,9%	87,1%	100,0%			
M	N	59	276	335			
	%	17,6%	82,4%	100,0%			
T	N	170	1023	1193			
	%	14,2%	85,8%	100,0%			

ESCALADA						c2	p
		SI	NO	TOTAL			
V	N	34	824	858	1,759	,185	
	%	4,0%	96,0%	100,0%			
M	N	8	327	335			
	%	2,4%	97,6%	100,0%			
T	N	42	1151	1193			
	%	3,5%	96,5%	100,0%			

ESQUI						c2	p
		SI	NO	TOTAL			
V	N	35	823	858	5,774	,016	
	%	4,1%	95,9%	100,0%			
M	N	25	310	335			
	%	7,5%	92,5%	100,0%			
T	N	60	1133	1193			
	%	5,0%	95,0%	100,0%			

PIRAGUISMO						c2	p
		SI	NO	TOTAL			
V	N	28	830	858	,000	,986	
	%	3,3%	96,7%	100,0%			
M	N	11	324	335			
	%	3,3%	96,7%	100,0%			
T	N	39	1154	1193			
	%	3,3%	96,7%	100,0%			

Tabla 9: Práctica de AFDMN según accesibilidad. Practicantes de AFDMN. Por sexo. Porcentajes y prueba de c2.

		FÁCIL	DIFÍCIL	TOTAL	c2	p
HOMBRE	N	188	286	474	,353	,553
	%	39,7%	60,3%	100,0%		
MUJER	N	83	114	197		
	%	42,1%	57,9%	100,0%		
TOTAL	N	271	400	671		
	%	40,4%	59,6%	100,0%		

Tabla 10: Práctica de AFDMN según accesibilidad. Practicantes regulares, esporádicos y vacacionales de AFDMN. Por sexo. Porcentajes y pruebas de c2.

			FÁCIL	DIFÍCIL	TOTAL	c2	p
REGULAR	HOMBRE	N	51	71	122	,053	,817
		%	41,8%	58,2%	100,0%		
	MUJER	N	21	27	48		
		%	43,8%	56,3%	100,0%		
	TOTAL	N	72	98	170		
		%	42,4%	57,6%	100,0%		

			FÁCIL	DIFÍCIL	TOTAL	c2	p
ESPORÁDICA	HOMBRE	N	41	34	75	,771	,380
		%	54,7%	45,3%	100,0%		
	MUJER	N	18	10	28		
		%	64,3%	35,7%	100,0%		
	TOTAL	N	59	44	103		
		%	57,3%	42,7%	100,0%		

Tabla 10 (Continuación)

			FÁCIL	DIFÍCIL	TOTAL	c2	p
VACACIONAL	HOMBRE	N	96	180	276	,092	,762
		%	34,8%	65,2%	100,0%		
	MUJER	N	44	77	121		
		%	36,4%	63,6%	100,0%		
	TOTAL	N	140	257	397		
		%	35,3%	64,7%	100,0%		

Tabla 11: Práctica de AFDMN según accesibilidad. Practicantes regulares, esporádicos y vacacionales. Porcentajes y prueba de c2.

		FÁCIL	DIFÍCIL	TOTAL	c2	p
REGULAR	N	72	98	170	16,694	,000
	%	42,4%	57,6%	100,0%		
ESPORÁDICA	N	59	44	103		
	%	57,3%	42,7%	100,0%		
VACACIONAL	N	141	258	399		
	%	35,3%	64,7%	100,0%		
TOTAL	N	272	400	672		
	%	40,5%	59,5%	100,0%		

Tabla 12: Práctica de AFDMN según medio físico. Practicantes de AFDMN. Por sexo. Porcentajes y prueba de c2.

		TIERRA	NIEVE O HIELO	AGUA	TOTAL	c2	p
HOMBRE	N	318	60	54	432	1,185	,553
	%	73,6%	13,9%	12,5%	100,0%		
MUJER	N	126	31	22	179		
	%	70,4%	17,3%	12,3%	100,0%		
TOTAL	N	444	91	76	611		
	%	72,7%	14,9%	12,4%	100,0%		

Tabla 13: Práctica de AFDMN según medio físico. Practicantes regulares, esporádicos y vacacionales de AFDMN. Por sexo. Porcentajes y pruebas de c2.

			TIERRA	NIEVE O HIELO	AGUA	TOTAL	c2	p
REGULAR	HOMBRE	N	98	14	7	119	,434	,805
		%	82,4%	11,8%	5,9%	100,0%		
	MUJER	N	37	6	4	47		
		%	78,7%	12,8%	8,5%	100,0%		
	TOTAL	N	135	20	11	166		
		%	81,3%	12,0%	6,6%	100,0%		
ESPORÁDICA	HOMBRE	N	63	7	3	73	2,309	,315
		%	86,3%	9,6%	4,1%	100,0%		
	MUJER	N	27	1	0	28		
		%	96,4%	3,6%	,0%	100,0%		
	TOTAL	N	90	8	3	101		
		%	89,1%	7,9%	3,0%	100,0%		

Tabla 13 (Continuación)

ANEXO III

		TIERRA	NIEVE O HIELO	AGUA	TOTAL	c2	p	
VACACIONAL	HOMBRE	N	157	38	44	239	2,533	,282
		%	65,7%	15,9%	18,4%	100,0%		
	MUJER	N	62	24	18	104		
		%	59,6%	23,1%	17,3%	100,0%		
	TOTAL	N	219	62	62	343		
		%	63,8%	18,1%	18,1%	100,0%		

** Razón de verosimilitud

Tabla 14: Práctica de AFDMN según medio físico. Practicantes regulares, esporádicos y vacacionales. Porcentajes y prueba de c2.

		TIERRA	NIEVE O HIELO	ACUÁTICAS	TOTAL	c2	p
REGULAR	N	135	20	11	166	36,623	,000
	%	81,3%	12,0%	6,6%	100,0%		
ESPORÁDICA	N	90	8	3	101		
	%	89,1%	7,9%	3,0%	100,0%		
VACACIONAL	N	220	62	63	345		
	%	63,8%	18,0%	18,3%	100,0%		
TOTAL	N	445	90	77	612	40,234**	,000**
	%	72,7%	14,7%	12,6%	100,0%		

** Razón de verosimilitud

Tabla 15: Modelo de la práctica de AFDMN. Practicantes de AFDMN. Por sexo. Porcentajes y prueba de c2.

		RECREACION	RENDIMIENTO	TOTAL	c2*	p
HOMBRE	N	427	31	458	1,695	,192
	%	93,2%	6,8%	100,0%		
MUJER	N	186	8	194		
	%	95,9%	4,1%	100,0%		
TOTAL	N	613	39	652		
	%	94,0%	6,0%	100,0%		

ANEXO III

Tabla 16: Modelo de la práctica de AFDMN. Practicantes regulares, esporádicos y vacacionales. Por sexo. Porcentajes y pruebas de c2.

			RECREACION	RENDIMIENTO	TOTAL	c2	p	
REGULAR	HOMBRE.	N	98	14	112	,109	,741	
		%	87,5%	12,5%	100,0%			
	MUJER.	N	42	5	47			
		%	89,4%	10,6%	100,0%			
	TOTAL.	N	140	19	159			
		%	88,1%	11,9%	100,0%			
			RECREACION	RENDIMIENTO	TOTAL	c2	p	
ESPORÁDICA	HOMBRE.	N	68	5	73	,389 ,429**	,533 ,513**	
		%	93,2%	6,8%	100,0%			
	MUJER.	N	27	1	28			
		%	96,4%	3,6%	100,0%			
	TOTAL	N	95	6	101			
		%	94,1%	5,9%	100,0%			
			RECREACION	RENDIMIENTO	TOTAL	c2	p	
VACACIONAL	HOMBRE.	N	260	12	272	1,789 2,049**	,181 ,152**	
		%	95,6%	4,4%	100,0%			
	MUJER.	N	117	2	119			
		%	98,3%	1,7%	100,0%			
	TOTAL	N	377	14	391			
		%	96,4%	3,6%	100,0%			

** Razón de verosimilitud

Tabla 17: Modelo de la práctica de AFDMN. Practicantes de AFDMN. Por frecuencia de práctica de AFDMN. Porcentajes y prueba de c2.

		RECREACIÓN	RENDIMIENTO	TOTAL	c2	p
REGULAR	N	140	19	159	14,181	,001
	%	88,1%	11,9%	100,0%		
ESPORÁDICA	N	95	6	101		
	%	94,1%	5,9%	100,0%		
VACACIONAL	N	379	14	393		
	%	96,4%	3,6%	100,0%		
TOTAL	N	614	39	653		
	%	94,0%	6,0%	100,0%		

Tabla 18: Posesión de licencia federativa. Practicantes de AFDMN. Por sexo. Porcentajes y prueba de c2.

		SI	NO	TOTAL	c2	p
HOMBRE	N	31	443	474	,246	,620
	%	6,5%	93,5%	100,0%		
MUJER	N	11	188	199		
	%	5,5%	94,5%	100,0%		
TOTAL	N	42	631	673		
	%	6,2%	93,8%	100,0%		

Tabla 19: Posesión de licencia federativa. Practicantes regulares, esporádicos y vacacionales. Por sexo.

ANEXO III

Porcentajes y pruebas de c2.

			Porcentajes y pruebas de G2.					
			SI	NO	TOTAL	c2	p	
REGULAR	HOMBRE.	N	21	101	122	,173	,677	
		%	17,2%	82,8%	100,0%			
	MUJER.	N	7	41	48			
		%	14,6%	85,4%	100,0%			
	TOTAL.	N	28	142	170			
		%	16,5%	83,5%	100,0%			
			SI	NO	TOTAL	c2	p	
ESPORÁDICA	HOMBRE.	N	3	72	75	,010 ,010**	,920 ,920**	
		%	4,0%	96,0%	100,0%			
	MUJER.	N	1	27	28			
		%	3,6%	96,4%	100,0%			
	TOTAL	N	4	99	103			
		%	3,9%	96,1%	100,0%			
			SI	NO	TOTAL	c2	p	
VACACIONAL	HOMBRE.	N	7	269	276	,003 ,003**	,954 ,954**	
		%	2,5%	97,5%	100,0%			
	MUJER.	N	3	120	123			
		%	2,4%	97,6%	100,0%			
	TOTAL	N	10	389	399			
		%	2,5%	97,5%	100,0%			

** Razón de verosimilitud

Tabla 20: Posesión de licencia federativa según frecuencia de práctica de AFDMN. Porcentajes y prueba de c2.

		SI	NO	TOTAL	c2	p
REGULAR	N	28	142	170	41,061 34,954**	,000 ,000**
	%	16,5%	83,5%	100,0%		
ESPORÁDICA	N	4	99	103		
	%	3,9%	96,1%	100,0%		
VACACIONAL	N	10	391	401		
	%	2,5%	97,5%	100,0%		
TOTAL	N	42	632	674		
	%	6,2%	93,8%	100,0%		

** Razón de verosimilitud

ANEXO III

Tabla 21: Acompañamiento en la práctica de AFDMN según sexo. Porcentajes y pruebas de c2.

		CLUB O ASOCIACIÓN			c2	p
		SI	NO	TOTAL		
HOMBRE	N	80	393	473	160,689	
	%	16,9%	83,1%	100,0%		
MUJER	N	31	167	198		
	%	15,7%	84,3%	100,0%		
TOTAL	N	111	560	671		
	%	16,5%	83,5%	100,0%		

		AMIGOS			c2	p
		SI	NO	TOTAL		
HOMBRE	N	392	81	473	3,954,047	
	%	82,9%	17,1%	100,0%		
MUJER	N	151	47	198		
	%	76,3%	23,7%	100,0%		
TOTAL	N	543	128	671		
	%	80,9%	19,1%	100,0%		

		EMPRESA DEPORTIVA			c2	p
		SI	NO	TOTAL		
HOMBRE	N	43	427	470	182,670	
	%	9,1%	90,9%	100,0%		
MUJER	N	16	181	197		
	%	8,1%	91,9%	100,0%		
TOTAL	N	59	608	667		
	%	8,8%	91,2%	100,0%		

		FAMILIA			c2	p
		SI	NO	TOTAL		
HOMBRE	N	111	359	470	2,931,087	
	%	23,6%	76,4%	100,0%		
MUJER	N	59	138	197		
	%	29,9%	70,1%	100,0%		
TOTAL	N	170	497	667		
	%	25,5%	74,5%	100,0%		

		PAREJA			c2	p
		SI	NO	TOTAL		
HOMBRE	N	67	403	470	16,179,000	
	%	14,3%	85,7%	100,0%		
MUJER	N	54	143	197		
	%	27,4%	72,6%	100,0%		
TOTAL	N	121	546	667		
	%	18,1%	81,9%	100,0%		

		SOLO			c2	p
		SI	NO	TOTAL		
HOMBRE	N	71	399	470	2,892,089	
	%	15,1%	84,9%	100,0%		
MUJER	N	20	177	197		
	%	10,2%	89,8%	100,0%		
TOTAL	N	91	576	667		
	%	13,6%	86,4%	100,0%		

ANEXO III

Tabla 22: Acompañamiento en la práctica de AFDMN según frecuencia de práctica y sexo. Porcentajes y pruebas de c2.

			CLUB O ASOCIACIÓN			c2	p
			SI	NO	TOTAL		
REGULAR	V	N	28	94	122	,089	,765
		%	23,0%	77,0%	100,0%		
	M	N	10	38	48		
		%	20,8%	79,2%	100,0%		
	T	N	38	132	170		
		%	22,4%	77,6%	100,0%		
			SI	NO	TOTAL	c2	p
ESPORÁDICA	V	N	13	62	75	,227	,634
		%	17,3%	82,7%	100,0%		
	M	N	6	22	28		
		%	21,4%	78,6%	100,0%		
	T	N	19	84	103		
		%	18,4%	81,6%	100,0%		
			SI	NO	TOTAL	c2	p
VACACIONAL	V	N	38	237	275	,169	,681
		%	13,8%	86,2%	100,0%		
	M	N	15	107	122		
		%	12,3%	87,7%	100,0%		
	T	N	53	344	397		
		%	13,4%	86,6%	100,0%		

			AMIGOS			c2	p
			SI	NO	TOTAL		
REGULAR	V	N	102	20	122	2,516	,113
		%	83,6%	16,4%	100,0%		
	M	N	35	13	48		
		%	72,9%	27,1%	100,0%		
	T	N	137	33	170		
		%	80,6%	19,4%	100,0%		
			SI	NO	TOTAL	c2	p
ESPORÁDICA	V	N	62	13	75	,766	,381
		%	82,7%	17,3%	100,0%		
	M	N	21	7	28		
		%	75,0%	25,0%	100,0%		
	T	N	83	20	103		
		%	80,6%	19,4%	100,0%		
			SI	NO	TOTAL	c2	p
VACACIONAL	V	N	227	48	275	1,206	,272
		%	82,5%	17,5%	100,0%		
	M	N	95	27	122		
		%	77,9%	22,1%	100,0%		
	T	N	322	75	397		
		%	81,1%	18,9%	100,0%		

Tabla 22 (continuación)

Tabla 22 (continuación)

			EMPRESA DEPORTIVA				
			SI	NO	TOTAL	c2	p
REGULAR	V	N	11	109	120	,341	,559
		%	9,2%	90,8%	100,0%		
	M	N	3	44	47	,358**	,549**
		%	6,4%	93,6%	100,0%		
	T	N	14	153	167		
		%	8,4%	91,6%	100,0%		
			SI	NO	TOTAL	c2	p
ESPORÁDICA	V	N	6	69	75	,188	,664
		%	8,0%	92,0%	100,0%		
	M	N	3	25	28	,181**	,670**
		%	10,7%	89,3%	100,0%		
	T	N	9	94	103		
		%	8,7%	91,3%	100,0%		
			SI	NO	TOTAL	c2	p
VACACIONAL	V	N	26	248	274	,171	,680
		%	9,5%	90,5%	100,0%		
	M	N	10	112	122		
		%	8,2%	91,8%	100,0%		
	T	N	36	360	396		
		%	9,1%	90,9%	100,0%		

			FAMILIA				
			SI	NO	TOTAL	c2	p
REGULAR	V	N	27	93	120	,612	,434
		%	22,5%	77,5%	100,0%		
	M	N	8	39	47		
		%	17,0%	83,0%	100,0%		
	T	N	35	132	167		
		%	21,0%	79,0%	100,0%		
			SI	NO	TOTAL	c2	p
ESPORÁDICA	V	N	20	55	75	2,496	,114
		%	26,7%	73,3%	100,0%		
	M	N	12	16	28		
		%	42,9%	57,1%	100,0%		
	T	N	32	71	103		
		%	31,1%	68,9%	100,0%		
			SI	NO	TOTAL	c2	p
VACACIONAL	V	N	64	210	274	3,251	,071
		%	23,4%	76,6%	100,0%		
	M	N	39	83	122		
		%	32,0%	68,0%	100,0%		
	T	N	103	293	396		
		%	26,0%	74,0%	100,0%		

Tabla 22 (continuación)

Tabla 22 (Continuación)

							PAREJA						
							SI	NO	TOTAL	c2	p		
REGULAR	V	N	14	106	120	15,463							
		%	11,7%	88,3%	100,0%								
	M	N	18	29	47								
		%	38,3%	61,7%	100,0%								
	T	N	32	135	167								
		%	19,2%	80,8%	100,0%								
							SI	NO	TOTAL	c2	p		
ESPORÁDICA	V	N	11	64	75	2,620							
		%	14,7%	85,3%	100,0%								
	M	N	8	20	28								
		%	28,6%	71,4%	100,0%								
	T	N	19	84	103								
		%	18,4%	81,6%	100,0%								
							SI	NO	TOTAL	c2	p		
VACACIONAL	V	N	42	232	274	3,370							
		%	15,3%	84,7%	100,0%								
	M	N	28	94	122								
		%	23,0%	77,0%	100,0%								
	T	N	70	326	396								
		%	17,7%	82,3%	100,0%								

							SOLO						
							SI	NO	TOTAL	c2	p		
REGULAR	V	N	33	87	120	2,002							
		%	27,5%	72,5%	100,0%								
	M	N	8	39	47								
		%	17,0%	83,0%	100,0%								
	T	N	41	126	167								
		%	24,6%	75,4%	100,0%								
							SI	NO	TOTAL	c2	p		
ESPORÁDICA	V	N	9	66	75	,504 ,543**							
		%	12,0%	88,0%	100,0%								
	M	N	2	26	28								
		%	7,1%	92,9%	100,0%								
	T	N	11	92	103								
		%	10,7%	89,3%	100,0%								
							SI	NO	TOTAL	c2	p		
VACACIONAL	V	N	29	245	274	,542							
		%	10,6%	89,4%	100,0%								
	M	N	10	112	122								
		%	8,2%	91,8%	100,0%								
	T	N	39	357	396								
		%	9,8%	90,2%	100,0%								

** Razón de verosimilitud

Tabla 23: Acompañamiento en la práctica de AFDMN según frecuencia de práctica. Porcentajes y pruebas de c2.

¿Practica en un club o asociación?						¿Practica en familia?							
		SI	NO	TOTAL	c2	p			SI	NO	TOTAL	c2	p
R	N	38	132	170	7,547	,023	R	N	35	132	167	3,565	,168
	%	22,4%	77,6%	100,0%				%	21,0%	79,0%	100,0%		
E	N	19	84	103			E	N	32	71	103		
	%	18,4%	81,6%	100,0%				%	31,1%	68,9%	100,0%		
V	N	53	346	399			V	N	104	294	398		
	%	13,3%	86,7%	100,0%				%	26,1%	73,9%	100,0%		
T	N	110	562	672			T	N	171	497	668		
	%	16,4%	83,6%	100,0%				%	25,6%	74,4%	100,0%		
¿Practica con amistades?							¿Practica con la pareja?						
		SI	NO	TOTAL	c2	p			SI	NO	TOTAL	c2	p
R	N	137	33	170	,040	,980	R	N	32	135	167	,141	,932
	%	80,6%	19,4%	100,0%				%	19,2%	80,8%	100,0%		
E	N	83	20	103			E	N	19	84	103		
	%	80,6%	19,4%	100,0%				%	18,4%	81,6%	100,0%		
V	N	324	75	399			V	N	71	327	398		
	%	81,2%	18,8%	100,0%				%	17,8%	82,2%	100,0%		
T	N	544	128	672			T	N	122	546	668		
	%	81,0%	19,0%	100,0%				%	18,3%	81,7%	100,0%		
¿Practica con una empresa deportiva?							¿Practica en soledad?						
		SI	NO	TOTAL	c2	p			SI	NO	TOTAL	c2	p
R	N	14	153	167	,065	,968	R	N	41	126	167	21,81	,000
	%	8,4%	91,6%	100,0%				%	24,6%	75,4%	100,0%		
E	N	9	94	103			E	N	11	92	103		
	%	8,7%	91,3%	100,0%				%	10,7%	89,3%	100,0%		
V	N	36	362	398			V	N	40	358	398		
	%	9,0%	91,0%	100,0%				%	10,1%	89,9%	100,0%		
T	N	59	609	668			T	N	92	576	668		
	%	8,8%	91,2%	100,0%				%	13,8%	86,2%	100,0%		

Tabla 24: Motivos para practicar AFDMN según factores. Medias y desviación típica.

	N	MEDIA FACTOR	DESVIACION TÍPICA
Factor 1 Contacto MN	1099	3,4322	,90436
Factor 2 Soledad	1101	2,1749	,94401
Factor 3 Autonomía	1103	2,0517	,94731
Factor 4 Nostalgia	1177	2,3922	1,14506
Factor 5 Asumir riesgos	1178	2,7476	1,18227
Factor 6 Reconocimiento social	1181	1,4691	,73217
Factor 7 Personas similares	1094	3,8126	1,11416
Factor 8 Escape presión física	1179	3,3390	1,10117
Factor 9 AF	1179	3,5785	1,10620
Factor 10 Nueva gente	1186	2,8436	1,20695
Factor 11 Dirigir a otros	1101	1,9900	,99722
Factor 12 Ponerme a prueba	1108	3,1895	1,23839

Tabla 25: Motivos para la práctica de AFDMN según factores. Hombres y mujeres. Media y prueba T.

	SEXO	N	Media	dt	t	Sig.
F1 Contacto MN	HOMBRE.	780	3,3621	,91345	-4,077	,000
	MUJER.	312	3,6077	,86352		
	TOTAL	1099	3,4322	,90436		
F2 Soledad	HOMBRE.	785	2,1995	,95490	1,420	,156
	MUJER.	310	2,1097	,91282		
	TOTAL	1101	2,1749	,94401		
F3 Autonomía	HOMBRE.	786	2,0976	,97489	2,570	,010
	MUJER.	310	1,9347	,86694		
	TOTAL	1103	2,0517	,94731		
F4 Nostalgia	HOMBRE.	843	2,3238	1,11074	-3,091	,002
	MUJER.	327	2,5637	1,22068		
	TOTAL	1177	2,3922	1,14506		
F5 Asumir riesgos	HOMBRE.	843	2,7944	1,19200	2,236	,026
	MUJER.	328	2,6230	1,14218		
	TOTAL	1178	2,7476	1,18227		
F6 Rec. social	HOMBRE.	843	1,5279	,76586	4,775	,000
	MUJER.	331	1,3223	,61918		
	TOTAL	1181	1,4691	,73217		
F7 Personas similares	HOMBRE.	777	3,7280	1,12408	-3,960	,000
	MUJER.	310	4,0226	1,06421		
	TOTAL	1094	3,8126	1,11416		
F8 Escape presión física	HOMBRE.	842	3,2854	1,09005	-2,599	,009
	MUJER.	330	3,4707	1,11754		
	TOTAL	1179	3,3390	1,10117		
F9 AF	HOMBRE.	846	3,5213	1,11902	-2,930	,004
	MUJER.	327	3,7263	1,05704		
	TOTAL	1179	3,5785	1,10620		
F10 Nueva gente	HOMBRE.	847	2,7243	1,17795	-5,430	,000
	MUJER.	332	3,1431	1,22345		
	TOTAL	1186	2,8436	1,20695		
F11 Dirigir a otros	HOMBRE.	788	1,9962	,98398	,283	,777
	MUJER.	306	1,9771	1,03598		
	TOTAL	1101	1,9900	,99722		
F12 Ponerme a prueba	HOMBRE.	791	3,1359	1,23229	-2,322	,020
	MUJER.	310	3,3274	1,22675		
	TOTAL	1108	3,1895	1,23839		

Tabla 26: Motivos para la práctica de AFDMN según factores y frecuencia de práctica de AFDMN. Hombres y mujeres. Medias.

	Frecuencia	TOTAL		HOMBRES		MUJERES	
		Media	dt	Media	dt	Media	dt
F1 Contacto MN	Regular	3,6865	,86850	3,6436	,89540	3,7911	,79881
	Esporádica	3,8422	,76349	3,7909	,75197	3,9833	,79327
	Vacacional	3,4890	,88852	3,3976	,86988	3,6914	,90078
	No practica	3,2295	,90160	3,1662	,92705	3,3953	,81939
	Total	3,4322	,90436	3,3621	,91345	3,6077	,86352
F2 Soledad	Regular	2,2753	,96584	2,3560	,96008	2,0800	,96238
	Esporádica	2,2156	1,03478	2,2545	1,04693	2,1083	1,01464
	Vacacional	2,0995	,92609	2,0898	,91791	2,1362	,94716
	No practica	2,1938	,93163	2,2203	,95676	2,0960	,85065
	Total	2,1749	,94401	2,1995	,95490	2,1097	,91282
F3 Autonomía	Regular	2,1275	1,04626	2,2083	1,08543	1,9333	,92840
	Esporádica	1,9972	1,01429	1,9925	1,00658	2,0109	1,05926
	Vacacional	1,9390	,90183	2,0157	,95867	1,7866	,74107
	No practica	2,1242	,92960	2,1426	,94228	2,0575	,90286
	Total	2,0517	,94731	2,0976	,97489	1,9347	,86694
F4 Nostalgia	Regular	2,1302	1,07405	2,1680	1,03738	2,0347	1,16741
	Esporádica	2,3737	1,12110	2,3519	1,15861	2,4321	1,03286
	Vacacional	2,4091	1,21425	2,3078	1,14858	2,6500	1,33253
	No practica	2,4691	1,10729	2,3803	1,09538	2,7045	1,12316
	Total	2,3922	1,14506	2,3238	1,11074	2,5637	1,22068
F5 Asumir riesgos	Regular	2,9487	1,24510	3,1157	1,22226	2,5278	1,21424
	Esporádica	2,8867	1,19033	2,9498	1,18981	2,7160	1,19723
	Vacacional	2,7964	1,18133	2,9272	1,17493	2,5344	1,14138
	No practica	2,6176	1,14822	2,5673	1,15614	2,7197	1,10809
	Total	2,7476	1,18227	2,7944	1,19200	2,6230	1,14218
F6 Rec. social	Regular	1,4536	,70288	1,5455	,76255	1,2222	,45264
	Esporádica	1,4224	,73013	1,3836	,63019	1,5238	,94902
	Vacacional	1,4306	,74125	1,4945	,78664	1,2948	,61341
	No practica	1,5126	,73466	1,5741	,77384	1,3408	,58592
	Total	1,4691	,73217	1,5279	,76586	1,3223	,61918
F7 Personas similares	Regular	3,6667	1,21417	3,6208	1,18501	3,7778	1,28904
	Esporádica	3,7341	1,07682	3,6766	1,12212	3,9091	,92686
	Vacacional	3,8781	1,10463	3,7976	1,09247	4,0650	1,10877
	No practica	3,8232	1,09299	3,7211	1,12893	4,0907	,94696
	Total	3,8126	1,11416	3,7280	1,12408	4,0226	1,06421
F8 Escape presión física	Regular	3,3730	1,09848	3,2479	1,09420	3,6950	1,05370
	Esporádica	3,1852	1,15786	3,1737	1,19902	3,2143	1,06657
	Vacacional	3,2668	1,17776	3,2442	1,16377	3,3333	1,20262
	No practica	3,4128	1,02416	3,3484	1,01003	3,5697	1,05395
	Total	3,3390	1,10117	3,2854	1,09005	3,4707	1,11754
F9 AF	Regular	3,8353	1,02740	3,8238	1,00807	3,8646	1,08539
	Esporádica	3,5297	1,09732	3,4662	1,12363	3,7037	1,02149
	Vacacional	3,5367	1,12338	3,4945	1,12906	3,6198	1,10684
	No practica	3,5351	1,11135	3,4536	1,13332	3,7786	1,00797
	Total	3,5785	1,10620	3,5213	1,11902	3,7263	1,05704

Tabla 26 (Continuación)

F 10 Nueva gente	Regular	2,9147	1,22719	2,8074	1,18783	3,1875	1,29494
	Esporádica	2,7402	1,15555	2,6419	1,18356	3,0000	1,05409
	Vacacional	2,7607	1,22965	2,6447	1,16716	3,0164	1,32355
	No practica	2,9043	1,19065	2,7712	1,18171	3,2724	1,12993
	Total	2,8436	1,20695	2,7243	1,17795	3,1431	1,22345
F11 Dirigir a otros	Regular	1,9836	1,08331	2,0370	1,08667	1,8523	1,07606
	Esporádica	2,0604	1,03504	1,9851	,99609	2,2708	1,13232
	Vacacional	1,8790	,99128	1,9121	,96867	1,8202	1,04358
	No practica	2,0638	,96112	2,0462	,95985	2,1089	,97647
	Total	1,9900	,99722	1,9962	,98398	1,9771	1,03598
F12 Ponerme a prueba	Regular	3,4581	1,24310	3,4775	1,27098	3,4091	1,18259
	Esporádica	3,2167	1,22026	3,1818	1,30572	3,3125	,96473
	Vacacional	3,1493	1,26358	3,1556	1,19778	3,1724	1,38486
	No practica	3,1301	1,21294	3,0070	1,21407	3,4444	1,12467
	Total	3,1895	1,23839	3,1359	1,23229	3,3274	1,22675

Tabla 27: Motivos para la práctica de AFDMN según factores y frecuencia de práctica de AFDMN. Diferencias por sexo. Prueba T.

	Regular		Esporádica		Vacacional		No practicante	
	t	Sig.	t	Sig.	t	Sig.	t	Sig.
F1 Contacto MN	-,959	,339	-1,058	,293	-2,982	,003	-2,457	,014
F2 Soledad	1,621	,107	,591	,556	-,447	,655	1,285	,200
F3 Autonomía	1,487	,139	-,074	,941	2,508	,013	,880	,379
F4 Nostalgia	,727	,468	-,316	,753	-2,444	,015	-2,906	,004
F5 Asumir riesgos	2,825	,005	,871	,386	3,082	,002	-1,318	,188
F6 Rec. social	3,393	,001	-,863	,390	2,719	,007	3,623	,000
F7 Personas similares	-,729	,467	-,877	,383	-2,183	,030	-3,552	,000
F8 Escape presión física	-2,402	,017	-,156	,876	-,694	,488	-2,154	,032
F9 AF	-,232	,816	-,962	,338	-1,023	,307	-3,077	,002
F 10 Nueva gente	-1,831	,069	-1,403	,164	-2,804	,005	-4,267	,000
F11 Dirigir a otros	,953	,342	-1,163	,248	,823	,411	-,623	,533
F12 Ponerme a prueba	,308	,759	-,514	,609	-,113	,910	-3,543	,000

Tabla 28: Motivos para practicar AFDMN según factores y frecuencia de práctica de AFDMN. Prueba de Levene y ANOVA.

	LEVENE		ANOVA	
	Levene	Sig.	F (One Way)/ W (Welch)	Sig.
Factor 1 Contacto MN	2,037	,107	F= 19,757	,000
Factor 2 Soledad	,795	,497	F= 1,499	,213
Factor 3 Autonomía	2,919	,033	W= 3,262	,022
Factor 4 Nostalgia	3,749	,011	W= 4,193	,006
Factor 5 Asumir riesgos	,745	,525	F= 4,434	,004
Factor 6 Reconocimiento social	,658	,578	F= 1,132	,335
Factor 7 Personas similares	1,915	,125	F= 1,474	,220
Factor 8 Escape presión física	4,530	,004	W= 1,989	,115
Factor 9 AF	,793	,498	F= 3,594	,013
Factor 10 Nueva gente	1,057	,366	F= 1,508	,211
Factor 11 Dirigir a otros	1,157	,325	F= 2,587	,052
Factor 12 Ponerme a prueba	,336	,799	F= 2,966	,031

Tabla 29: Motivos para practicar AFDMN según los factores que han mostrado diferencias según la frecuencia de práctica de AFDMN. Toda la muestra. Por frecuencia de práctica de AFDMN. Pruebas Post Hoc de Sheffe y Games - Howell.

						95% Intervalo confianza	
	Frecuencia	Frecuencia	Diferencia medias	Std. Error	Sig.	Límite inferior	Límite superior
Contacto MN (s)	Regular	Esporádica	-,1558	,11689	,620	-,4830	,1715
		Vacacional	,1974	,08429	,140	-,0386	,4334
		No practica	,4569	,08147	,000	,2288	,6850
	Esporádica	Regular	,1558	,11689	,620	-,1715	,4830
		Vacacional	,3532	,10359	,009	,0632	,6432
		No practica	,6127	,10130	,000	,3291	,8963
	Vacacional	Regular	-,1974	,08429	,140	-,4334	,0386
		Esporádica	-,3532	,10359	,009	-,6432	-,0632
		No practica	,2595	,06085	,000	,0891	,4299
	No practica	Regular	-,4569	,08147	,000	-,6850	-,2288
		Esporádica	-,6127	,10130	,000	-,8963	-,3291
		Vacacional	-,2595	,06085	,000	-,4299	-,0891
Autonomía y liderazgo (g-h)	Regular	Esporádica	,1302	,13633	,775	-,2231	,4836
		Vacacional	,1884	,09662	,210	-,0615	,4383
		No practica	,0032	,09449	1,000	-,2413	,2477
	Esporádica	Regular	-,1302	,13633	,775	-,4836	,2231
		Vacacional	,0582	,11667	,959	-,2456	,3620
		No practica	-,1270	,11491	,687	-,4265	,1725
	Vacacional	Regular	-,1884	,09662	,210	-,4383	,0615
		Esporádica	-,0582	,11667	,959	-,3620	,2456
		No practica	-,1852(*)	,06289	,017	-,3471	-,0233
	No practica	Regular	-,0032	,09449	1,000	-,2477	,2413
		Esporádica	,1270	,11491	,687	-,1725	,4265
		Vacacional	,1852(*)	,06289	,017	,0233	,3471
Nostalgia (g-h)	Regular	Esporádica	-,2436	,13972	,304	-,6056	,1184
		Vacacional	-,2789(*)	,10271	,035	-,5440	-,0138
		No practica	-,3390(*)	,09600	,003	-,5870	-,0909
	Esporádica	Regular	,2436	,13972	,304	-,1184	,6056
		Vacacional	-,0354	,12814	,993	-,3680	,2973
		No practica	-,0954	,12282	,865	-,4148	,2240
	Vacacional	Regular	,2789(*)	,10271	,035	,0138	,5440
		Esporádica	,0354	,12814	,993	-,2973	,3680
		No practica	-,0600	,07819	,869	-,2613	,1412
	No practica	Regular	,3390(*)	,09600	,003	,0909	,5870
		Esporádica	,0954	,12282	,865	-,2240	,4148
		Vacacional	,0600	,07819	,869	-,1412	,2613

Tabla 29 (continuación)

Asumir riesgos (s)	Regular	Esporádica	,0621	,14851	,982	-,3537	,4778
		Vacacional	,1523	,10828	,577	-,1509	,4554
		No practica	,3311	,10433	,018	,0391	,6232
	Esporádica	Regular	-,0621	,14851	,982	-,4778	,3537
		Vacacional	,0902	,13184	,926	-,2789	,4593
		No practica	,2691	,12861	,224	-,0910	,6292
	Vacacional	Regular	-,1523	,10828	,577	-,4554	,1509
		Esporádica	-,0902	,13184	,926	-,4593	,2789
		No practica	,1789	,07881	,162	-,0418	,3995
	No practica	Regular	-,3311	,10433	,018	-,6232	-,0391
		Esporádica	-,2691	,12861	,224	-,6292	,0910
		Vacacional	-,1789	,07881	,162	-,3995	,0418
AF (s)	Regular	Esporádica	,3056	,13852	,182	-,0822	,6934
		Vacacional	,2986	,10114	,034	,0155	,5817
		No practica	,3002	,09757	,024	,0270	,5734
	Esporádica	Regular	-,3056	,13852	,182	-,6934	,0822
		Vacacional	-,0070	,12294	1,000	-,3512	,3372
		No practica	-,0054	,12002	1,000	-,3414	,3306
	Vacacional	Regular	-,2986	,10114	,034	-,5817	-,0155
		Esporádica	,0070	,12294	1,000	-,3372	,3512
		No practica	,0016	,07381	1,000	-,2050	,2082
	No practica	Regular	-,3002	,09757	,024	-,5734	-,0270
		Esporádica	,0054	,12002	1,000	-,3306	,3414
		Vacacional	-,0016	,07381	1,000	-,2082	,2050
Ponerse a prueba (s)	Regular	Esporádica	,2414	,16368	,537	-,2169	,6997
		Vacacional	,3087	,11794	,077	-,0215	,6389
		No practica	,3279	,11388	,041	,0091	,6468
	Esporádica	Regular	-,2414	,16368	,537	-,6997	,2169
		Vacacional	,0673	,14497	,975	-,3386	,4732
		No practica	,0865	,14169	,946	-,3102	,4832
	Vacacional	Regular	-,3087	,11794	,077	-,6389	,0215
		Esporádica	-,0673	,14497	,975	-,4732	,3386
		No practica	,0192	,08482	,997	-,2183	,2567
	No practica	Regular	-,3279	,11388	,041	-,6468	-,0091
		Esporádica	-,0865	,14169	,946	-,4832	,3102
		Vacacional	-,0192	,08482	,997	-,2567	,2183

(s) Sheffe (g-h) Games Howell

(*) La diferencia entre las medias es significativa al nivel .05.

Tabla 30: Motivos para practicar AFDMN según factores, frecuencia de práctica de AFDMN y sexo. Prueba de Levene y ANOVAS.

	HOMBRES				MUJERES			
	LEVENE		ANOVA		LEVENE		ANOVA	
	Levene	Sig.	F / W	Sig.	Levene	Sig.	F / W	Sig.
F1 Contacto MN	2,710	,044	W= 15,87	,000	,983	,401	F= 5,329	,001
F2 Soledad	1,513	,210	F= 2,241	,082	,676	,567	F= ,057	,982
F3 Autonomía	1,882	,131	F= 1,580	,193	1,918	,127	F= 2,051	,107
F4 Nostalgia	1,627	,182	F= 1,153	,327	3,574	,014	W= 4,229	,007
F5 Asumir riesgos	,212	,888	F= 9,315	,000	,140	,936	F= ,727	,536
F6 Rec. social	1,563	,197	F= 1,518	,208	3,972	,008	W= 1,191	,318
F7 Personas similares	1,138	,333	F= ,703	,550	1,698	,167	F= 1,111	,345
F8 Escape presión física	3,974	,008	W= ,836	,476	1,436	,232	F= 2,103	,100
F9 AF	1,025	,381	F= 3,576	,014	,252	,860	F= ,793	,499
F10 Nueva gente	,039	,990	F= ,938	,422	2,138	,095	F= 1,085	,356
F11 Dirigir a otros	1,333	,262	F= ,996	,394	,336	,800	F= 2,430	,065
F12 Ponerme a prueba	,546	,651	F= 4,249	,005	5,029	,002	W= ,966	,413

(W) ANOVA de Welch. (F) One Way ANOVA

Tabla 31: Motivos para practicar AFDMN según los factores que han mostrado diferencias según la frecuencia de práctica de AFDMN. Hombres. Por frecuencia de práctica de AFDMN. Pruebas Post Hoc de Sheffe y Games-Howell..

						95% Intervalo confianza	
	Frecuencia	Frecuencia	Diferencia medias	Std. Error	Sig.	Límite inferior	Límite superior
Contacto MN (g-h)	Regular	Esporádica	-,1473	,12592	,647	-,4743	,1797
		Vacacional	,2460	,10127	,075	-,0164	,5083
		No practica	,4774(*)	,09875	,000	,2215	,7334
	Esporádica	Regular	,1473	,12592	,647	-,1797	,4743
		Vacacional	,3933(*)	,10740	,002	,1132	,6733
		No practica	,6247(*)	,10502	,000	,3506	,8989
	Vacacional	Regular	-,2460	,10127	,075	-,5083	,0164
		Esporádica	-,3933(*)	,10740	,002	-,6733	-,1132
		No practica	,2315(*)	,07369	,010	,0416	,4213
	No practica	Regular	-,4774(*)	,09875	,000	-,7334	-,2215
		Esporádica	-,6247(*)	,10502	,000	-,8989	-,3506
		Vacacional	-,2315(*)	,07369	,010	-,4213	-,0416
Asumir riesgos (s)	Regular	Esporádica	,1659	,17409	,823	-,3217	,6536
		Vacacional	,1885	,12851	,542	-,1714	,5485
		No practica	,5484	,12266	,000	,2048	,8920
	Esporádica	Regular	-,1659	,17409	,823	-,6536	,3217
		Vacacional	,0226	,15497	,999	-,4115	,4567
		No practica	,3825	,15015	,091	-,0381	,8031
	Vacacional	Regular	-,1885	,12851	,542	-,5485	,1714
		Esporádica	-,0226	,15497	,999	-,4567	,4115
		No practica	,3599	,09355	,002	,0978	,6219
	No practica	Regular	-,5484	,12266	,000	-,8920	-,2048
		Esporádica	-,3825	,15015	,091	-,8031	,0381
		Vacacional	-,3599	,09355	,002	-,6219	-,0978

Tabla 31 (continuación)

AF (s)	Regular	Esporádica	,3576	,16413	,192	-,1022	,8173
		Vacacional	,3293	,12131	,062	-,0105	,6691
		No practica	,3702	,11603	,018	,0452	,6952
	Esporádica	Regular	-,3576	,16413	,192	-,8173	,1022
		Vacacional	-,0283	,14599	,998	-,4372	,3807
		No practica	,0126	,14163	1,000	-,3841	,4094
	Vacacional	Regular	-,3293	,12131	,062	-,6691	,0105
		Esporádica	,0283	,14599	,998	-,3807	,4372
		No practica	,0409	,08853	,975	-,2070	,2889
	No practica	Regular	-,3702	,11603	,018	-,6952	-,0452
		Esporádica	-,0126	,14163	1,000	-,4094	,3841
		Vacacional	-,0409	,08853	,975	-,2889	,2070
Ponerme a prueba (s)	Regular	Esporádica	,2957	,19037	,492	-,2377	,8290
		Vacacional	,3218	,13911	,149	-,0679	,7115
		No practica	,4705	,13310	,006	,0976	,8434
	Esporádica	Regular	-,2957	,19037	,492	-,8290	,2377
		Vacacional	,0262	,16901	,999	-,4473	,4997
		No practica	,1748	,16410	,769	-,2849	,6346
	Vacacional	Regular	-,3218	,13911	,149	-,7115	,0679
		Esporádica	-,0262	,16901	,999	-,4997	,4473
		No practica	,1486	,10019	,532	-,1321	,4293
	No practica	Regular	-,4705	,13310	,006	-,8434	-,0976
		Esporádica	-,1748	,16410	,769	-,6346	,2849
		Vacacional	-,1486	,10019	,532	-,4293	,1321

(s) Sheffe (g-h) Games Howell

(*) La diferencia entre las medias es significativa al nivel .05.

Tabla 32: Motivos para practicar AFDMN según los factores que han mostrado diferencias según la frecuencia de práctica de AFDMN. Mujeres. Por frecuencia de práctica de AFDMN. Pruebas Post Hoc de Sheffe y Games-Howell.

						95% Intervalo confianza	
	Frecuencia	Frecuencia	Diferencia medias	Std. Error	Sig.	Límite inferior	Límite superior
Contacto medio natural (s)	Regular	Esporádica	-,1922	,21385	,847	-,7933	,4089
		Vacacional	,0997	,14858	,930	-,3179	,5174
		No practica	,3958	,14677	,066	-,0167	,8084
	Esporádica	Regular	,1922	,21385	,847	-,4089	,7933
		Vacacional	,2920	,18972	,501	-,2414	,8253
		No practica	,5881	,18831	,022	,0587	1,1174
	Vacacional	Regular	-,0997	,14858	,930	-,5174	,3179
		Esporádica	-,2920	,18972	,501	-,8253	,2414
		No practica	,2961	,10866	,062	-,0093	,6015
	No practica	Regular	-,3958	,14677	,066	-,8084	,0167
		Esporádica	-,5881	,18831	,022	-1,1174	-,0587
		Vacacional	-,2961	,10866	,062	-,6015	,0093
Nostalgia (g-h)	Regular	Esporádica	-,3974	,26058	,429	-1,0861	,2913
		Vacacional	-,6153(*)	,20782	,020	-1,1584	-,0721
		No practica	-,6698(*)	,19481	,005	-1,1809	-,1588
	Esporádica	Regular	,3974	,26058	,429	-,2913	1,0861
		Vacacional	-,2179	,23304	,786	-,8383	,4025
		No practica	-,2724	,22151	,612	-,8664	,3215
	Vacacional	Regular	,6153(*)	,20782	,020	,0721	1,1584

		Esporádica	,2179	,23304	,786	-,4025	,8383
		No practica	-,0545	,15606	,985	-,4584	,3493
	No practica	Regular	,6698(*)	,19481	,005	,1588	1,1809
		Esporádica	,2724	,22151	,612	-,3215	,8664
		Vacacional	,0545	,15606	,985	-,3493	,4584

(s) sheffe (g-h) Games Howell

(*) La diferencia entre las medias es significativa al nivel .05.

Tabla 33: Dificultades hacia la práctica de AFDMN según factores. Toda la muestra. Medias y desviación típica.

	N	MEDIA FACTOR	DESVIACIÓN TÍPICA
F 1 Interés	1133	1,8256	,87716
F 2 Medios	1145	2,5029	,94577
F 3 Familia	1153	2,1888	1,04643
F 4 Planificación	1078	2,6410	,99044
F 5 Auto concepto	1084	1,8890	,89369
F 6 Desconocimiento	1145	2,2581	1,01711
F 7 Tiempo	1148	3,1433	1,19125
F 8 Dinero	1142	2,4926	1,11133

Tabla 34: Dificultades hacia la práctica de AFDMN según factores. Toda la muestra. Hombres y mujeres. Media y prueba T.

	SEXO	N	Media	dt	t	Sig.
F 1 Interés	HOMBRE.	812	1,8241	,85807	,034	,973
	MUJER.	316	1,8222	,92658		
	TOTAL	1133	1,8256	,87716		
F 2 Medios	HOMBRE.	826	2,4770	,94148	-1,489	,137
	MUJER.	313	2,5706	,96192		
	TOTAL	1145	2,5029	,94577		
F 3 Familia	HOMBRE.	829	2,2014	1,05398	,610	,542
	MUJER.	318	2,1593	1,02976		
	TOTAL	1153	2,1888	1,04643		
F 4 Planificación	HOMBRE.	774	2,6210	,97912	-1,140	,255
	MUJER.	298	2,6980	1,01934		
	TOTAL	1078	2,6410	,99044		
F 5 Auto concepto	HOMBRE.	777	1,8447	,88154	-2,672	,008
	MUJER.	301	2,0066	,92093		
	TOTAL	1084	1,8890	,89369		
F 6 Desconocimiento	HOMBRE.	821	2,2485	,99958	-,654	,513
	MUJER.	318	2,2925	1,06463		
	TOTAL	1145	2,2581	1,01711		
F 7 Tiempo	HOMBRE.	828	3,1655	1,19239	1,047	,295
	MUJER.	314	3,0828	1,18813		
	TOTAL	1148	3,1433	1,19125		
F 8 Dinero	HOMBRE.	824	2,4642	1,11800	-1,396	,163
	MUJER.	312	2,5673	1,09234		
	TOTAL	1142	2,4926	1,11133		

Tabla 35: Dificultades hacia la práctica de AFDMN según factores y frecuencia de práctica de AFDMN. Hombres y mujeres. Medias.

	Frecuencia	TOTAL		HOMBRES		MUJERES	
		Media	dt	Media	dt	Media	dt
F 1 Interés	Regular	1,6963	,94658	1,5797	,84909	2,0091	1,12059
	Esporádica	1,6449	,90749	1,5699	,82238	1,8640	1,11014
	Vacacional	1,6995	,85023	1,7000	,83648	1,7042	,88446
	No practica	2,0024	,83797	2,0468	,83206	1,8594	,84718
	Total	1,8256	,87716	1,8241	,85807	1,8222	,92658
F 2 Medios	Regular	2,3114	1,00331	2,3237	1,00696	2,2750	1,00429
	Esporádica	2,2340	,90120	2,0685	,86873	2,6815	,84718
	Vacacional	2,4801	,91317	2,4375	,91542	2,5780	,90875
	No practica	2,6348	,94013	2,6359	,92014	2,6328	1,01074
	Total	2,5029	,94577	2,4770	,94148	2,5706	,96192
F 3 Familia	Regular	1,9400	1,01645	1,8588	,98941	2,1628	1,06749
	Esporádica	1,8713	,91527	1,7838	,92723	2,1111	,85235
	Vacacional	2,1328	1,05887	2,1450	1,06857	2,1186	1,04370
	No practica	2,3758	1,03668	2,4366	1,02890	2,2051	1,04703
	Total	2,1888	1,04643	2,2014	1,05398	2,1593	1,02976
F 4 Planificación	Regular	2,2822	,94181	2,2130	,90166	2,4603	1,02794
	Esporádica	2,2403	,86870	2,1562	,86265	2,4848	,85898
	Vacacional	2,5902	,97499	2,5582	,96996	2,6815	,98272
	No practica	2,8655	,97891	2,8771	,95045	2,8333	1,06385
	Total	2,6410	,99044	2,6210	,97912	2,6980	1,01934
F 5 Auto concepto	Regular	1,8289	,86888	1,7273	,82046	2,0952	,94363
	Esporádica	1,7548	,78825	1,6256	,74654	2,1364	,80118
	Vacacional	1,8283	,92979	1,7804	,90707	1,9499	,97409
	No practica	1,9791	,88523	1,9686	,88998	2,0054	,88853
	Total	1,8890	,89369	1,8447	,88154	2,0066	,92093
F 6 Desconocimiento	Regular	1,9630	1,03443	1,9202	,98931	2,0814	1,15434
	Esporádica	2,0960	,91940	2,0417	,90674	2,2407	,95445
	Vacacional	2,1406	,98475	2,1383	,98217	2,1568	,99722
	No practica	2,4760	1,01216	2,4754	,98451	2,4962	1,09172
	Total	2,2581	1,01711	2,2485	,99958	2,2925	1,06463
F 7 Tiempo	Regular	2,5710	1,17672	2,5333	1,14813	2,6786	1,26308
	Esporádica	2,7143	1,12378	2,7817	1,14247	2,5370	1,07351
	Vacacional	3,0275	1,17214	3,0436	1,19050	3,0043	1,13539
	No practica	3,4970	1,10735	3,5282	1,09182	3,3992	1,15139
	Total	3,1433	1,19125	3,1655	1,19239	3,0828	1,18813
F 8 Dinero	Regular	2,1943	1,03256	2,1239	1,05640	2,4000	,94190
	Esporádica	2,4800	1,02966	2,4384	1,02722	2,5926	1,04731
	Vacacional	2,4621	1,12759	2,4125	1,13915	2,5805	1,09773
	No practica	2,6116	1,12205	2,6132	1,11591	2,6024	1,14666
	Total	2,4926	1,11133	2,4642	1,11800	2,5673	1,09234

Tabla 36: Dificultades hacia la práctica de AFDMN según factores y frecuencia de práctica de AFDMN. Diferencias por sexo. Prueba T.

	Regular		Esporádica		Vacacional		No practicante	
	t	Sig.	t	Sig.	t	Sig.	t	Sig.
F 1 Interés	-2,307	,024	-1,215	,233	-,045	,964	2,178	,030
F 2 Medios	,265	,792	-3,153	,002	-1,392	,165	,032	,975
F 3 Familia	-1,689	,093	-1,603	,112	,225	,822	2,195	,029
F 4 Planificación	-1,450	,149	-1,543	,127	-1,115	,265	,425	,671
F 5 Auto concepto	-2,370	,019	-2,723	,008	-1,612	,108	-,396	,692
F 6 Desconocimiento	-,875	,383	-,959	,340	-,169	,865	-,200	,841
F 7 Tiempo	-,687	,493	,963	,338	,300	,764	1,140	,255
F 8 Dinero	-1,465	,145	-,663	,509	-1,346	,179	,094	,925

Tabla 37: Dificultades hacia la práctica de AFDMN según factores y frecuencia de práctica de AFDMN. Prueba de Levene y ANOVA.

	LEVENE		ANOVA	
	Levene	Sig.	F / W	Sig.
F 1 Interés	1,209	,305	F = 12,196	,000
F 2 Medios	1,036	,376	F = 8,328	,000
F 3 Familia	2,033	,108	F = 12,196	,000
F 4 Planificación	1,142	,331	F = 20,818	,000
F 5 Auto concepto	1,375	,249	F = 3,083	,027
F 6 Desconocimiento	,833	,476	F = 15,295	,000
F 7 Tiempo	,545	,652	F = 35,756	,000
F 8 Dinero	1,386	,246	F = 5,863	,001

(W) ANOVA de Welch. (F) One Way ANOVA

Tabla 38: Dificultades hacia la práctica de AFDMN según factores. Toda la muestra. Por frecuencia de práctica de AFDMN. Prueba Post Hoc de Sheffe

						95% Intervalo confianza	
	Frecuencia	Frecuencia	Diferencia medias	Std. Error	Sig.	Límite inferior	Límite superior
Interés	Regular	Esporádica	,0514	,11062	,975	-,2583	,3611
		Vacacional	-,0032	,08105	1,000	-,2301	,2237
		No practica	-,3061	,07832	,002	-,5254	-,0869
	Esporádica	Regular	-,0514	,11062	,975	-,3611	,2583
		Vacacional	-,0546	,09788	,958	-,3286	,2195
		No practica	-,3575	,09564	,003	-,6253	-,0898
	Vacacional	Regular	,0032	,08105	1,000	-,2237	,2301
		Esporádica	,0546	,09788	,958	-,2195	,3286
		No practica	-,3030	,05897	,000	-,4681	-,1379
	No practica	Regular	,3061	,07832	,002	,0869	,5254
		Esporádica	,3575	,09564	,003	,0898	,6253
		Vacacional	,3030	,05897	,000	,1379	,4681

Tabla 38: (continuación)

Medios	Regular	Esporádica	,0774	,11971	,936	-,2578	,4125
		Vacacional	-,1687	,08844	,304	-,4163	,0789
		No practica	-,3234	,08550	,003	-,5628	-,0840
	Esporádica	Regular	-,0774	,11971	,936	-,4125	,2578
		Vacacional	-,2461	,10509	,140	-,5403	,0481
		No practica	-,4008	,10262	,002	-,6881	-,1135
	Vacacional	Regular	,1687	,08844	,304	-,0789	,4163
		Esporádica	,2461	,10509	,140	-,0481	,5403
		No practica	-,1547	,06343	,115	-,3323	,0229
	No practica	Regular	,3234	,08550	,003	,0840	,5628
		Esporádica	,4008	,10262	,002	,1135	,6881
		Vacacional	,1547	,06343	,115	-,0229	,3323
Familia	Regular	Esporádica	,0687	,13093	,965	-,2979	,4352
		Vacacional	-,1929	,09666	,264	-,4635	,0778
		No practica	-,4359	,09342	,000	-,6974	-,1743
	Esporádica	Regular	-,0687	,13093	,965	-,4352	,2979
		Vacacional	-,2615	,11519	,161	-,5840	,0610
		No practica	-,5045	,11249	,000	-,8195	-,1896
	Vacacional	Regular	,1929	,09666	,264	-,0778	,4635
		Esporádica	,2615	,11519	,161	-,0610	,5840
		No practica	-,2430	,06968	,007	-,4381	-,0479
	No practica	Regular	,4359	,09342	,000	,1743	,6974
		Esporádica	,5045	,11249	,000	,1896	,8195
		Vacacional	,2430	,06968	,007	,0479	,4381
Planificación	Regular	Esporádica	,0419	,13041	,991	-,3232	,4071
		Vacacional	-,3079	,09348	,013	-,5697	-,0462
		No practica	-,5833	,09028	,000	-,8361	-,3305
	Esporádica	Regular	-,0419	,13041	,991	-,4071	,3232
		Vacacional	-,3499	,11554	,028	-,6734	-,0263
		No practica	-,6252	,11297	,000	-,9416	-,3089
	Vacacional	Regular	,3079	,09348	,013	,0462	,5697
		Esporádica	,3499	,11554	,028	,0263	,6734
		No practica	-,2754	,06703	,001	-,4631	-,0877
	No practica	Regular	,5833	,09028	,000	,3305	,8361
		Esporádica	,6252	,11297	,000	,3089	,9416
		Vacacional	,2754	,06703	,001	,0877	,4631
Auto concepto	Regular	Esporádica	,0742	,11980	,944	-,2613	,4096
		Vacacional	,0006	,08595	1,000	-,2401	,2413
		No practica	-,1501	,08298	,352	-,3825	,0822
	Esporádica	Regular	-,0742	,11980	,944	-,4096	,2613
		Vacacional	-,0735	,10626	,923	-,3711	,2240
		No practica	-,2243	,10387	,199	-,5151	,0665
	Vacacional	Regular	-,0006	,08595	1,000	-,2413	,2401
		Esporádica	,0735	,10626	,923	-,2240	,3711
		No practica	-,1507	,06185	,115	-,3239	,0224
	No practica	Regular	,1501	,08298	,352	-,0822	,3825
		Esporádica	,2243	,10387	,199	-,0665	,5151
		Vacacional	,1507	,06185	,115	-,0224	,3239

Tabla 38: (continuación)

Desconocimiento	Regular	Esporádica	-,1330	,12739	,779	-,4896	,2236
		Vacacional	-,1777	,09355	,308	-,4396	,0843
		No practica	-,5130	,09027	,000	-,7658	-,2603
	Esporádica	Regular	,1330	,12739	,779	-,2236	,4896
		Vacacional	-,0447	,11256	,984	-,3598	,2705
		No practica	-,3800	,10985	,008	-,6876	-,0725
	Vacacional	Regular	,1777	,09355	,308	-,0843	,4396
		Esporádica	,0447	,11256	,984	-,2705	,3598
		No practica	-,3354	,06776	,000	-,5251	-,1457
	No practica	Regular	,5130	,09027	,000	,2603	,7658
		Esporádica	,3800	,10985	,008	,0725	,6876
		Vacacional	,3354	,06776	,000	,1457	,5251
Tiempo	Regular	Esporádica	-,1433	,14596	,810	-,5519	,2653
		Vacacional	-,4565	,10693	,000	-,7559	-,1571
		No practica	-,9260	,10296	,000	-1,2143	-,6378
	Esporádica	Regular	,1433	,14596	,810	-,2653	,5519
		Vacacional	-,3132	,12915	,118	-,6748	,0484
		No practica	-,7827	,12587	,000	-1,1352	-,4303
	Vacacional	Regular	,4565	,10693	,000	,1571	,7559
		Esporádica	,3132	,12915	,118	-,0484	,6748
		No practica	-,4695	,07731	,000	-,6860	-,2531
	No practica	Regular	,9260	,10296	,000	,6378	1,2143
		Esporádica	,7827	,12587	,000	,4303	1,1352
		Vacacional	,4695	,07731	,000	,2531	,6860
Dinero	Regular	Esporádica	-,2857	,14129	,252	-,6813	,1098
		Vacacional	-,2679	,10465	,088	-,5609	,0251
		No practica	-,4173	,10098	,001	-,7000	-,1346
	Esporádica	Regular	,2857	,14129	,252	-,1098	,6813
		Vacacional	,0179	,12401	,999	-,3293	,3650
		No practica	-,1316	,12093	,757	-,4701	,2070
	Vacacional	Regular	,2679	,10465	,088	-,0251	,5609
		Esporádica	-,0179	,12401	,999	-,3650	,3293
		No practica	-,1494	,07492	,265	-,3592	,0603
	No practica	Regular	,4173	,10098	,001	,1346	,7000
		Esporádica	,1316	,12093	,757	-,2070	,4701
		Vacacional	,1494	,07492	,265	-,0603	,3592

Tabla 39: Dificultades hacia la práctica de AFDMN según factores, frecuencia de práctica de AFDMN y sexo. Prueba de Levene y ANOVAS.

	HOMBRES				MUJERES			
	LEVENE		ANOVA		LEVENE		ANOVA	
	Levene	Sig.	F / W	Sig.	Levene	Sig.	F / W	Sig.
F 1 Interés	,348	,791	F= 16,063	,000	3,531	,015	W= 1,175	,324
F 2 Medios	,513	,674	F= 9,562	,000	1,368	,253	F= 1,568	,197
F 3 Familia	1,654	,175	F= 15,132	,000	1,250	,292	F=,166	,919
F 4 Planificación	1,171	,320	F= 20,885	,000	,902	,441	F= 1,823	,143
F 5 Auto concepto	1,415	,237	F= 4,808	,003	,957	,413	F=,416	,742
F 6 Desconocimiento	,819	,484	F= 13,231	,000	,783	,504	F= 2,859	,037
F 7 Tiempo	,686	,561	F= 28,745	,000	,953	,415	F= 7,134	,000
F 8 Dinero	,920	,431	F= 6,122	,000	1,442	,230	F=,365	,779

(W) ANOVA de Welch. (F) One Way ANOVA

Tabla 40: Dificultades hacia la práctica de AFDMN según los factores que han mostrado diferencias según la frecuencia de práctica de AFDMN. Mujeres. Por frecuencia de práctica de AFDMN. Prueba Post Hoc de Sheffe

						95% Intervalo confianza	
	Frecuencia	Frecuencia	Diferencia medias	Std. Error	Sig.	Límite inferior	Límite inferior
Desconocimiento	Regular	Esporádica	-,1593	,25915	,945	-,8877	,5690
		Vacacional	-,0754	,18800	,984	-,6038	,4530
		No practica	-,4148	,18566	,175	-,9366	,1071
	Esporádica	Regular	,1593	,25915	,945	-,5690	,8877
		Vacacional	,0840	,22515	,987	-,5489	,7168
		No practica	-,2554	,22321	,727	-,8828	,3720
	Vacacional	Regular	,0754	,18800	,984	-,4530	,6038
		Esporádica	-,0840	,22515	,987	-,7168	,5489
		No practica	-,3394	,13419	,096	-,7165	,0378
	No practica	Regular	,4148	,18566	,175	-,1071	,9366
		Esporádica	,2554	,22321	,727	-,3720	,8828
		Vacacional	,3394	,13419	,096	-,0378	,7165
Tiempo	Regular	Esporádica	,1415	,28482	,970	-,6591	,9421
		Vacacional	-,3257	,20794	,485	-,9102	,2588
		No practica	-,7207	,20513	,007	-1,2973	-,1440
	Esporádica	Regular	-,1415	,28482	,970	-,9421	,6591
		Vacacional	-,4673	,24673	,312	-1,1608	,2263
		No practica	-,8622	,24437	,007	-1,5491	-,1753
	Vacacional	Regular	,3257	,20794	,485	-,2588	,9102
		Esporádica	,4673	,24673	,312	-,2263	1,1608
		No practica	-,3949	,14775	,070	-,8102	,0204
	No practica	Regular	,7207	,20513	,007	,1440	1,2973
		Esporádica	,8622	,24437	,007	,1753	1,5491
		Vacacional	,3949	,14775	,070	-,0204	,8102

Tabla 41: Dificultades hacia la práctica de AFDMN según factores. Hombres. Por frecuencia de práctica de AFDMN. Prueba Post Hoc de Sheffe.

						95% Intervalo confianza	
	Frecuencia	Frecuencia	Diferencia medias	Std. Error	Sig.	Límite inferior	Límite superior
Interés	Regular	Esporádica	,0098	,12435	1,000	-,3386	,3582
		Vacacional	-,1203	,09259	,639	-,3797	,1390
		No practica	-,4671	,08862	,000	-,7154	-,2189
	Esporádica	Regular	-,0098	,12435	1,000	-,3582	,3386
		Vacacional	-,1301	,11052	,709	-,4398	,1795
		No practica	-,4769	,10722	,000	-,7773	-,1766
	Vacacional	Regular	,1203	,09259	,639	-,1390	,3797
		Esporádica	,1301	,11052	,709	-,1795	,4398
		No practica	-,3468	,06786	,000	-,5369	-,1567
	No practica	Regular	,4671	,08862	,000	,2189	,7154
		Esporádica	,4769	,10722	,000	,1766	,7773
		Vacacional	,3468	,06786	,000	,1567	,5369
Medios	Regular	Esporádica	,2552	,13806	,332	-,1315	,6420
		Vacacional	-,1137	,10249	,746	-,4008	,1734
		No practica	-,3121	,09809	,018	-,5869	-,0374
	Esporádica	Regular	-,2552	,13806	,332	-,6420	,1315
		Vacacional	-,3690	,12245	,029	-,7120	-,0259
		No practica	-,5674	,11879	,000	-,9001	-,2346
	Vacacional	Regular	,1137	,10249	,746	-,1734	,4008
		Esporádica	,3690	,12245	,029	,0259	,7120
		No practica	-,1984	,07453	,070	-,4072	,0104
	No practica	Regular	,3121	,09809	,018	,0374	,5869
		Esporádica	,5674	,11879	,000	,2346	,9001
		Vacacional	,1984	,07453	,070	-,0104	,4072

Tabla 41: (continuación)

Familia	Regular	Esporádica	,0750	,15243	,971	-,3520	,5020
		Vacacional	-,2862	,11351	,096	-,6042	,0317
		No practica	-,5778	,10875	,000	-,8825	-,2732
	Esporádica	Regular	-,0750	,15243	,971	-,5020	,3520
		Vacacional	-,3612	,13494	,068	-,7392	,0168
		No practica	-,6528	,13097	,000	-1,0197	-,2859
	Vacacional	Regular	,2862	,11351	,096	-,0317	,6042
		Esporádica	,3612	,13494	,068	-,0168	,7392
		No practica	-,2916	,08246	,006	-,5226	-,0606
	No practica	Regular	,5778	,10875	,000	,2732	,8825
		Esporádica	,6528	,13097	,000	,2859	1,0197
		Vacacional	,2916	,08246	,006	,0606	,5226
Planificación	Regular	Esporádica	,0567	,14882	,986	-,3602	,4737
		Vacacional	-,3452	,10850	,018	-,6492	-,0413
		No practica	-,6642	,10384	,000	-,9551	-,3732
	Esporádica	Regular	-,0567	,14882	,986	-,4737	,3602
		Vacacional	-,4020	,13205	,027	-,7719	-,0320
		No practica	-,7209	,12825	,000	-1,0802	-,3616
	Vacacional	Regular	,3452	,10850	,018	,0413	,6492
		Esporádica	,4020	,13205	,027	,0320	,7719
		No practica	-,3189	,07794	,001	-,5373	-,1006
	No practica	Regular	,6642	,10384	,000	,3732	,9551
		Esporádica	,7209	,12825	,000	,3616	1,0802
		Vacacional	,3189	,07794	,001	,1006	,5373
Auto concepto	Regular	Esporádica	,1016	,13691	,908	-,2819	,4852
		Vacacional	-,0532	,10001	,963	-,3333	,2270
		No practica	-,2413	,09566	,096	-,5093	,0267
	Esporádica	Regular	-,1016	,13691	,908	-,4852	,2819
		Vacacional	-,1548	,12174	,656	-,4959	,1863
		No practica	-,3429	,11820	,039	-,6741	-,0118
	Vacacional	Regular	,0532	,10001	,963	-,2270	,3333
		Esporádica	,1548	,12174	,656	-,1863	,4959
		No practica	-,1881	,07230	,080	-,3907	,0144
	No practica	Regular	,2413	,09566	,096	-,0267	,5093
		Esporádica	,3429	,11820	,039	,0118	,6741
		Vacacional	,1881	,07230	,080	-,0144	,3907
Desconocimiento	Regular	Esporádica	-,1215	,14601	,875	-,5305	,2875
		Vacacional	-,2181	,10798	,254	-,5206	,0844
		No practica	-,5552	,10320	,000	-,8443	-,2662
	Esporádica	Regular	,1215	,14601	,875	-,2875	,5305
		Vacacional	-,0966	,13002	,907	-,4608	,2676
		No practica	-,4337	,12608	,008	-,7869	-,0806
	Vacacional	Regular	,2181	,10798	,254	-,0844	,5206
		Esporádica	,0966	,13002	,907	-,2676	,4608
		No practica	-,3372	,07897	,000	-,5584	-,1159
	No practica	Regular	,5552	,10320	,000	,2662	,8443
		Esporádica	,4337	,12608	,008	,0806	,7869
		Vacacional	,3372	,07897	,000	,1159	,5584

Tabla 41: (continuación)

Tiempo	Regular	Esporádica	-,2484	,17017	,546	-,7251	,2283
		Vacacional	-,5102	,12513	,001	-,8608	-,1597
		No practica	-,9948	,11928	,000	-1,3290	-,6607
	Esporádica	Regular	,2484	,17017	,546	-,2283	,7251
		Vacacional	-,2619	,15195	,397	-,6875	,1638
		No practica	-,7465	,14716	,000	-1,1587	-,3342
	Vacacional	Regular	,5102	,12513	,001	,1597	,8608
		Esporádica	,2619	,15195	,397	-,1638	,6875
		No practica	-,4846	,09141	,000	-,7407	-,2285
	No practica	Regular	,9948	,11928	,000	,6607	1,3290
		Esporádica	,7465	,14716	,000	,3342	1,1587
		Vacacional	,4846	,09141	,000	,2285	,7407
Dinero	Regular	Esporádica	-,3144	,16521	,306	-,7772	,1484
		Vacacional	-,2886	,12310	,140	-,6334	,0562
		No practica	-,4893	,11745	,001	-,8183	-,1603
	Esporádica	Regular	,3144	,16521	,306	-,1484	,7772
		Vacacional	,0258	,14654	,999	-,3847	,4363
		No practica	-,1749	,14183	,678	-,5722	,2225
	Vacacional	Regular	,2886	,12310	,140	-,0562	,6334
		Esporádica	-,0258	,14654	,999	-,4363	,3847
		No practica	-,2007	,08929	,169	-,4508	,0495
	No practica	Regular	,4893	,11745	,001	,1603	,8183
		Esporádica	,1749	,14183	,678	-,2225	,5722
		Vacacional	,2007	,08929	,169	-,0495	,4508

Tabla 42: Practicantes de AFDMN conscientes de superar las dificultades. Según frecuencia de práctica de AFDMN. Porcentajes y prueba de c2.

		¿PRACTICA AFDMN A PESAR DE LAS DIFICULTADES?			c2	p
		SI	NO	TOTAL		
REGULAR	N	70	92	162	28,840	,000
	%	43,2%	56,8%	100,0%		
ESPORADICA	N	24	78	102		
	%	23,5%	76,5%	100,0%		
VACACIONAL	N	81	302	383		
	%	21,1%	78,9%	100,0%		
TOTAL	N	175	472	647		
	%	27,0%	73,0%	100,0%		

Tabla 43: Practicantes de AFDMN conscientes de superar las dificultades.
Según sexo. Porcentajes y prueba de c2.

		¿PRACTICA AFDMN A PESAR DE LAS DIFICULTADES?			c2	p
		SI	NO	TOTAL		
HOMBRE	N	125	328	453	294,588	
	%	27,6%	72,4%	100,0%		
MUJER	N	49	143	192		
	%	25,5%	74,5%	100,0%		
TOTAL	N	174	471	645		
	%	27,0%	73,0%	100,0%		

Tabla 44: Estrategias de superación de las dificultades. Practicantes de AFDMN. Medias y desviaciones típicas.

	N	Media	Desviación típica
Acortar la duración de la actividad	197	2,50	1,20
Ahorrar	197	3,21	1,37
Aprovechar los periodos vacacionales	196	4,31	1,01
Buscar actividades subvencionadas	194	2,79	1,35
Buscar los lugares más baratos	197	3,60	1,33
Buscar recursos económicos para realizarla	196	3,34	1,31
Cambiar las relaciones interpersonales	191	2,57	1,27
Comprometerme con la actividad	195	3,48	1,24
Conocer gente para no ir solo/a	195	3,01	1,30
Considerarlo una prioridad, ya que me viene bien	195	3,03	1,24
Demostrar a quienes piensan que no soy capaz que puedo hacerlo	195	2,12	1,26
Desplazarme bastantes kilómetros	197	3,33	1,25
He acabado aprendiendo a practicarlo con mis medios	193	3,07	1,24
Improvisar con el escaso equipamiento disponible	194	3,01	1,16
Intentar presupuestar mi dinero	194	3,25	1,22
Ir con viajes organizados	194	2,85	1,34
Mejorar mi forma física	194	3,25	1,28
Mejorar mis destrezas	195	3,52	1,10
Optimizar el tiempo disponible	193	3,64	1,11
Organizarlo con tiempo suficiente	196	3,47	1,14
Pagar mucho	195	2,15	1,20
Participar en actividades con personas de mi mismo sexo	194	2,10	1,16
Plantearme actividades sustitutivas	193	2,53	1,18
Ponerle empeño	193	3,65	1,06
Practicar con menor frecuencia	195	2,93	1,19
Renunciar a cosas que otras personas consideran importantes	194	3,05	1,26
Salir aunque sea sin compañeros	192	2,73	1,33
Tomar clases	193	2,55	1,22
Usar el material de otros compañeros	192	3,08	1,24

Tabla 45: Estrategias de superación de las dificultades. Practicantes de AFDMN. Por sexo. Medias, desviaciones típicas y prueba T.

	SEXO	N	Media	DT	T	Sig
Acortar la duración de la actividad	HOMBRE.	142	2,37	1,195	-2,418	,017
	MUJER.	54	2,83	1,178		
Ahorrar	HOMBRE.	142	3,25	1,364	,530	,596
	MUJER.	54	3,13	1,415		
Aprovechar los periodos vacacionales	HOMBRE.	142	4,29	1,042	-,544	,587
	MUJER.	53	4,38	,925		
Buscar actividades subvencionadas	HOMBRE.	140	2,76	1,295	-,561	,576
	MUJER.	53	2,89	1,502		
Buscar los lugares más baratos	HOMBRE.	141	3,62	1,240	,151	,880
	MUJER.	55	3,58	1,548		
Buscar recursos económicos para realizarla	HOMBRE.	141	3,40	1,248	,971	,334
	MUJER.	54	3,19	1,468		
Cambiar las relaciones interpersonales	HOMBRE.	137	2,58	1,247	-,040	,968
	MUJER.	53	2,58	1,322		
Comprometerme con la actividad	HOMBRE.	140	3,48	1,232	-,015	,988
	MUJER.	54	3,48	1,299		
Conocer gente para no ir solo/a	HOMBRE.	140	2,97	1,246	-,491	,624
	MUJER.	54	3,07	1,452		
Considerarlo una prioridad, ya que me viene bien	HOMBRE.	140	3,07	1,215	,548	,584
	MUJER.	54	2,96	1,288		
Demostrar a quienes piensan que no soy capaz que puedo hacerlo	HOMBRE.	140	2,19	1,227	1,110	,268
	MUJER.	55	1,96	1,333		
Desplazarme bastantes kilómetros	HOMBRE.	142	3,30	1,197	-,428	,669
	MUJER.	54	3,39	1,406		
He acabado aprendiendo a practicarlo con mis medios	HOMBRE.	139	3,12	1,207	,796	,427
	MUJER.	53	2,96	1,344		
Improvisar con el escaso equipamiento disponible	HOMBRE.	139	3,11	1,101	1,756	,083
	MUJER.	54	2,76	1,288		
Intentar presupuestar mi dinero	HOMBRE.	139	3,27	1,207	,317	,751
	MUJER.	54	3,20	1,279		
Ir con viajes organizados	HOMBRE.	138	2,78	1,289	-1,097	,274
	MUJER.	55	3,02	1,484		
Mejorar mi forma física	HOMBRE.	140	3,33	1,294	1,316	,190
	MUJER.	53	3,06	1,247		
Mejorar mis destrezas	HOMBRE.	140	3,58	1,080	1,070	,286
	MUJER.	54	3,39	1,172		
Optimizar el tiempo disponible	HOMBRE.	140	3,59	1,072	-,976	,330
	MUJER.	52	3,77	1,215		
Organizarlo con tiempo suficiente	HOMBRE.	141	3,42	1,103	-,954	,341
	MUJER.	54	3,59	1,237		
Pagar mucho	HOMBRE.	140	2,29	1,190	2,530	,012
	MUJER.	54	1,81	1,150		
Participar en actividades con personas de mi mismo sexo	HOMBRE.	140	2,21	1,160	2,249	,026
	MUJER.	53	1,79	1,098		

Tabla 45: (continuación)

Plantearme actividades sustitutivas	HOMBRE.	138	2,57	1,126	,678	,499
	MUJER.	54	2,44	1,298		
Ponerle empeño	HOMBRE.	138	3,53	1,095	-2,759	,007
	MUJER.	54	3,96	,931		
Practicar con menor frecuencia	HOMBRE.	139	2,86	1,187	-1,297	,196
	MUJER.	55	3,11	1,197		
Renunciar a cosas que otras personas consideran importantes	HOMBRE.	139	3,08	1,222	,300	,764
	MUJER.	54	3,02	1,353		
Salir aunque sea sin compañeros	HOMBRE.	137	2,92	1,295	3,258	,001
	MUJER.	54	2,24	1,302		
Tomar clases	HOMBRE.	138	2,59	1,188	,442	,659
	MUJER.	54	2,50	1,314		
Usar el material de otros compañeros	HOMBRE.	138	3,00	1,208	-1,505	,134
	MUJER.	53	3,30	1,324		

Tabla 46: Estrategias de superación de las dificultades. Practicantes de AFDMN. Por frecuencia de práctica. Medias, desviaciones típicas, prueba de Levene y ANOVA.

	Frecuencia	N	Media	dt	LEVENE		ANOVA	
					Levene	Sig.	F / W	Sig.
Acortar la duración de la actividad	Regular	75	2,40	1,185	1,943	,146	F=1,188	0,307
	Esporádica	27	2,81	1,039				
	Vacacional	95	2,49	1,254				
Ahorrar	Regular	75	3,33	1,359	,089	,914	F=3,332	0,038
	Esporádica	26	3,69	1,350				
	Vacacional	96	2,98	1,361				
Aprovechar los periodos vacacionales	Regular	74	4,28	1,041	2,379	,095	F=0,928	0,397
	Esporádica	27	4,56	,698				
	Vacacional	95	4,26	1,054				
Buscar actividades subvencionadas	Regular	75	2,83	1,408	,255	,775	F=0,134	0,875
	Esporádica	25	2,88	1,424				
	Vacacional	94	2,74	1,295				
Buscar los lugares más baratos	Regular	76	3,84	1,178	3,259	,041	W=2,579	,083
	Esporádica	26	3,65	1,355				
	Vacacional	95	3,39	1,416				
Buscar recursos económicos para realizarla	Regular	75	3,41	1,274	,477	,621	F=1,233	0,294
	Esporádica	26	3,62	1,169				
	Vacacional	95	3,20	1,373				
Cambiar las relaciones interpersonales	Regular	73	2,58	1,268	,019	,981	F=0,964	0,383
	Esporádica	25	2,88	1,333				
	Vacacional	93	2,48	1,248				
Comprometerme con la actividad	Regular	75	3,64	1,226	1,200	,303	F=2,759	0,066
	Esporádica	26	3,77	1,032				
	Vacacional	94	3,27	1,288				
Conocer gente para no ir solo/a	Regular	75	3,05	1,293	,553	,576	F=0,274	0,760
	Esporádica	26	3,12	1,395				
	Vacacional	94	2,94	1,294				
Considerarlo una prioridad, ya que me viene bien	Regular	75	3,31	1,219	,251	,779	F=6,860	0,001
	Esporádica	26	3,42	1,102				
	Vacacional	94	2,70	1,217				
Demostrar a quienes piensan que no soy capaz que puedo hacerlo	Regular	76	2,18	1,344	3,030	,051	F=1,466	0,233
	Esporádica	26	1,73	1,002				
	Vacacional	93	2,18	1,242				
Desplazarme bastantes kilómetros	Regular	75	3,40	1,263	,183	,833	F=0,301	0,740
	Esporádica	27	3,19	1,241				
	Vacacional	95	3,32	1,257				
He acabado aprendiendo a practicarlo con mis medios	Regular	73	3,22	1,228	,257	,774	F=5,333	0,006
	Esporádica	26	3,62	1,134				
	Vacacional	94	2,81	1,229				
Improvisar con el escaso equipamiento disponible	Regular	74	3,20	1,260	2,304	,103	F=2,670	0,072
	Esporádica	26	3,15	1,047				
	Vacacional	94	2,81	1,090				
Intentar presupuestar mi dinero	Regular	73	3,41	1,267	1,648	,195	F=1,677	0,190
	Esporádica	26	3,38	,983				
	Vacacional	95	3,08	1,235				

Tabla 46: (continuación)

Ir con viajes organizados	Regular	75	2,76	1,374	,779	,460	F=0,702	0,497
	Esporádica	26	2,69	1,350				
	Vacacional	93	2,97	1,322				
Mejorar mi forma física	Regular	73	3,71	1,230	,515	,598	F=8,101	0,000
	Esporádica	26	3,00	1,356				
	Vacacional	95	2,97	1,207				
Mejorar mis destrezas	Regular	74	3,84	1,073	,863	,424	F=5,088	0,007
	Esporádica	26	3,38	1,235				
	Vacacional	95	3,32	1,044				
Optimizar el tiempo disponible	Regular	72	3,78	1,153	,959	,385	F=1,240	0,292
	Esporádica	26	3,73	1,002				
	Vacacional	95	3,52	1,100				
Organizarlo con tiempo suficiente	Regular	74	3,61	1,145	,092	,913	F=1,121	0,328
	Esporádica	27	3,52	1,087				
	Vacacional	95	3,35	1,146				
Pagar mucho	Regular	74	2,31	1,354	3,713	,026	W=3,526	,035
	Esporádica	26	1,65	1,018				
	Vacacional	95	2,17	1,078				
Participar en actividades con personas de mi mismo sexo	Regular	73	2,23	1,264	1,440	,239	F=0,732	0,482
	Esporádica	26	2,04	1,183				
	Vacacional	95	2,02	1,072				
Plantearme actividades sustitutivas	Regular	73	2,68	1,290	5,624	,004	W=1,009	,369
	Esporádica	25	2,52	,823				
	Vacacional	95	2,41	1,162				
Ponerle empeño	Regular	74	3,78	,983	3,810	,024	W=1,054	,354
	Esporádica	25	3,68	,900				
	Vacacional	94	3,54	1,161				
Practicar con menor frecuencia	Regular	75	2,84	1,151	,204	,816	F=1,177	0,310
	Esporádica	26	2,73	1,116				
	Vacacional	94	3,06	1,234				
Renunciar a cosas que otras personas consideran importantes	Regular	74	3,16	1,272	,032	,968	F=2,567	0,079
	Esporádica	25	3,44	1,227				
	Vacacional	95	2,86	1,243				
Salir aunque sea sin compañeros	Regular	73	3,21	1,364	,739	,479	F=8,326	0,000
	Esporádica	25	2,56	1,193				
	Vacacional	94	2,40	1,230				
Tomar clases	Regular	73	2,75	1,341	2,040	,133	F=1,619	0,201
	Esporádica	25	2,36	1,186				
	Vacacional	95	2,45	1,128				
Usar el material de otros compañeros	Regular	72	3,14	1,314	,740	,478	F=0,926	0,398
	Esporádica	25	3,32	1,145				
	Vacacional	95	2,97	1,216				

(W) ANOVA de Welch. (F) One Way ANOVA

Tabla 47: Estrategias de superación de las dificultades que han mostrado diferencias según la frecuencia de práctica de AFDMN. Por frecuencia de práctica de AFDMN. Pruebas Post Hoc de Sheffe y Games-Howell.

						95% Intervalo confianza	
	Frecuencia	Frecuencia	Diferencia medias	Std. Error	Sig.	Límite inferior	Límite superior
Ahorrar (s)	Regular	Esporádica	-,36	,309	,511	-1,12	,40
		Vacacional	,35	,209	,242	-,16	,87
	Esporádica	Regular	,36	,309	,511	-,40	1,12
		Vacacional	,71	,300	,062	-,03	1,45
	Vacacional	Regular	-,35	,209	,242	-,87	,16
		Esporádica	-,71	,300	,062	-1,45	,03
Considerarlo una prioridad, ya que me viene bien (s)	Regular	Esporádica	-,12	,274	,914	-,79	,56
		Vacacional	,60	,186	,006	,14	1,06
	Esporádica	Regular	,12	,274	,914	-,56	,79
		Vacacional	,72	,267	,028	,06	1,38
	Vacacional	Regular	-,60	,186	,006	-1,06	-,14
		Esporádica	-,72	,267	,028	-1,38	-,06
He aprendido a practicarlo con mis medios (s)	Regular	Esporádica	-,40	,278	,364	-1,08	,29
		Vacacional	,41	,190	,099	-,06	,88
	Esporádica	Regular	,40	,278	,364	-,29	1,08
		Vacacional	,81	,270	,013	,14	1,47
	Vacacional	Regular	-,41	,190	,099	-,88	,06
		Esporádica	-,81	,270	,013	-1,47	-,14
Mejorar mi forma física (s)	Regular	Esporádica	,71	,282	,044	,02	1,41
		Vacacional	,74	,192	,001	,27	1,22
	Esporádica	Regular	-,71	,282	,044	-1,41	-,02
		Vacacional	,03	,274	,993	-,64	,71
	Vacacional	Regular	-,74	,192	,001	-1,22	-,27
		Esporádica	-,03	,274	,993	-,71	,64
Mejorar mis destrezas (s)	Regular	Esporádica	,45	,247	,188	-,16	1,06
		Vacacional	,52	,168	,009	,11	,94
	Esporádica	Regular	-,45	,247	,188	-1,06	,16
		Vacacional	,07	,239	,960	-,52	,66
	Vacacional	Regular	-,52	,168	,009	-,94	-,11
		Esporádica	-,07	,239	,960	-,66	,52
Pagar mucho (g-h)	Regular	Esporádica	,66(*)	,254	,032	,05	1,27
		Vacacional	,14	,192	,740	-,31	,60
	Esporádica	Regular	-,66(*)	,254	,032	-1,27	-,05
		Vacacional	-,51	,228	,074	-1,07	,04
	Vacacional	Regular	-,14	,192	,740	-,60	,31
		Esporádica	,51	,228	,074	-,04	1,07
Salir aunque sea sin compañeros (s)	Regular	Esporádica	,65	,296	,096	-,09	1,38
		Vacacional	,80	,199	,000	,31	1,29
	Esporádica	Regular	-,65	,296	,096	-1,38	,09
		Vacacional	,16	,288	,864	-,55	,87
	Vacacional	Regular	-,80	,199	,000	-1,29	-,31
		Esporádica	-,16	,288	,864	-,87	,55

(s) sheffe (g-h) Games Howell

(*) La diferencia entre las medias es significativa al nivel .05.

Tabla 48: Disposición a desarrollar la actividad profesional futura en alguno de los tres ámbitos relacionados con las AFDMN. Toda la muestra. Por sexo. Porcentajes y pruebas de c2.

			SEL	NO SEL	TOTAL	c2	p
ENSEÑANZA	HOMBRE.	N	395	382	777	11,132	,001
		%	50,8%	49,2%	100,0%		
	MUJER.	N	187	114	301		
		%	62,1%	37,9%	100,0%		
	TOTAL.	N	582	496	1078		
		%	54,0%	46,0%	100,0%		
			SEL	NO SEL	TOTAL	c2	p
RECREACIÓN	HOMBRE.	N	379	371	750	2,404	,121
		%	50,5%	49,5%	100,0%		
	MUJER.	N	161	127	288		
		%	55,9%	44,1%	100,0%		
	TOTAL	N	540	498	1038		
		%	52,0%	48,0%	100,0%		
			SEL	NO SEL	TOTAL	c2	P
GESTIÓN	HOMBRE.	N	291	447	738	4,981	,026
		%	39,4%	60,6%	100,0%		
	MUJER.	N	84	181	265		
		%	31,7%	68,3%	100,0%		
	TOTAL	N	375	628	1003		
		%	37,4%	62,6%	100,0%		

Tabla 49: Expectativas sobre la formación a recibir en los diferentes ámbitos relacionados con las AFDMN. Alumnado de primer curso. Hombres y mujeres. Medias, desviaciones típicas y prueba T.

	SEXO	N	Media	dt	t	Sig.
ENSEÑANZA	HOMBRE.	211	3,64	1,139	1,294	,197
	MUJER.	81	3,44	1,194		
	TOTAL	292	3,59	1,156		
RECREACION	HOMBRE.	211	3,55	1,172	-,859	,391
	MUJER.	81	3,68	1,093		
	TOTAL	292	3,59	1,150		
GESTION	HOMBRE.	211	3,28	1,255	1,007	,315
	MUJER.	79	3,11	1,230		
	TOTAL	290	3,23	1,248		

Tabla 50: Percepción de la formación recibida en relación con los diferentes ámbitos relacionados con las AFDMN. Alumnado de último curso. Por sexo. Medias, desviaciones típicas y prueba T.

	SEXO	N	Media	dt	t	Sig.
ENSEÑANZA	HOMBRE.	203	3,00	1,112	-2,918	,004
	MUJER.	75	3,49	1,298		
	TOTAL	278	3,13	1,184		
RECREACION	HOMBRE.	205	2,99	1,142	-1,079	,281
	MUJER.	74	3,16	1,261		
	TOTAL	279	3,04	1,175		
GESTION	HOMBRE.	201	2,67	1,258	,723	,470
	MUJER.	74	2,54	1,347		
	TOTAL	275	2,63	1,281		

Tabla 51: Competencia auto percibida en diferentes ámbitos de AFDMN, según factores y según sexo. Medias, desviaciones típicas y prueba T.

ANEXO III

	SEXO	N	Media	dt	t	Sig.
GESTIÓN	HOMBRE.	810	2,8364	,89677	1,358	,175
	MUJER.	319	2,7573	,84200		
	TOTAL	1129	2,8141	,88199		
TÉCNICAS	HOMBRE.	825	3,2125	1,00025	,653	,514
	MUJER.	316	3,1693	1,00154		
	TOTAL	1141	3,2006	1,00035		

Tabla 52: Competencia auto percibida en diferentes ámbitos de AFDMN, según factores y frecuencia de práctica de AFDMN. Toda la muestra. Medias, desviaciones típicas, Levene y ANOVA.

					LEVENE		ANOVA	
	Frecuencia	N	Media	dt	Levene	Sig	F	Sig.
GESTIÓN	Regular	159	3,2129	,86358	,774	,509	24,052	,000
	Esporádica	99	3,0029	,81760				
	Vacacional	384	2,8769	,83509				
	No practica	492	2,6003	,87592				
	Total	1134	2,8150	,88129				
TÉCNICAS	Regular	157	3,7357	,96926	,370	,775	32,608	,000
	Esporádica	99	3,4074	,95185				
	Vacacional	386	3,2884	,95308				
	No practica	504	2,9249	,96763				
	Total	1146	3,2001	1,00065				

Tabla 53: Competencia auto percibida en diferentes ámbitos de las AFDMN según factores. Por frecuencia de práctica de AFDMN. Prueba Post Hoc de Sheffe.

						95% Intervalo confianza	
	Frecuencia	Frecuencia	Diferencia medias	Std. Error	Sig.	Límite inferior	Límite superior
GESTIÓN	Regular	Esporádica	,2101	,10953	,299	-,0966	,5167
		Vacacional	,3361	,08068	,001	,1102	,5620
		No practica	,6126	,07805	,000	,3941	,8311
	Esporádica	Regular	-,2101	,10953	,299	-,5167	,0966
		Vacacional	,1260	,09644	,635	-,1440	,3960
		No practica	,4026	,09424	,000	,1387	,6664
	Vacacional	Regular	-,3361	,08068	,001	-,5620	-,1102
		Esporádica	-,1260	,09644	,635	-,3960	,1440
		No practica	,2765	,05826	,000	,1134	,4396
	No practica	Regular	-,6126	,07805	,000	-,8311	-,3941
		Esporádica	-,4026	,09424	,000	-,6664	-,1387
		Vacacional	-,2765	,05826	,000	-,4396	-,1134
TÉCNICAS	Regular	Esporádica	,3283	,12341	,070	-,0173	,6738
		Vacacional	,4472	,09103	,000	,1924	,7021
		No practica	,8107	,08789	,000	,5647	1,0568
	Esporádica	Regular	-,3283	,12341	,070	-,6738	,0173
		Vacacional	,1190	,10833	,752	-,1843	,4223
		No practica	,4825	,10571	,000	,1865	,7784
	Vacacional	Regular	-,4472	,09103	,000	-,7021	-,1924
		Esporádica	-,1190	,10833	,752	-,4223	,1843
		No practica	,3635	,06504	,000	,1814	,5456
	No practica	Regular	-,8107	,08789	,000	-1,0568	-,5647
		Esporádica	-,4825	,10571	,000	-,7784	-,1865
		Vacacional	-,3635	,06504	,000	-,5456	-,1814

Tabla 54: Competencia auto percibida en diferentes ámbitos de AFDMN, según factores. Alumnado de primer y último curso. Medias, desviaciones típicas y prueba T.

	CURSO	N	Media	dt	t	Sig.
GESTIÓN	ULTIMO	272	2,8522	,88413	-2,943	,003
	PRIMERO	287	2,6341	,86686		
TÉCNICAS	ULTIMO	277	3,1360	,97892	-,530	,596
	PRIMERO	288	3,0914	1,01591		

ANEXO IV
CATEGORÍAS EMERGENTES DEL GRUPO DE
DISCUSIÓN Y LAS ENTREVISTAS EN
PROFUNDIDAD

Categorías

CATEGORÍA	SUBCATEGORÍA	
Vinculación afectiva AFDMN	Alta (Caracterización)	vinc-alt
	Media	vinc-med
	Baja	vinc-baj
Entorno social	2 Círculos amistades y compatibilización	ent-circ
	Intentos introducir amistades AFDMN	ent-intr
	> tendencia mujer grupos organizados	ent-org
Feminidad y estereotipos	Explicación < práctica mujer	fem-expl
	Estereotipos de género activos	fem-est
	Renunciar a feminidad	fem-ren
	El "que dirán"	fem-quedir
	Tener que justificarse y demostrar	fem-just
Pareja	Intentos introducir pareja y conveniencia	par-intr
	Explicación > import. pareja en mujeres	par-imp
	Mujeres que dejan su grupo por pareja	par-ren
Práctica AFDMN	Opinión nuevas AFDMN	prac-new
	Evolución AFDMN hasta hoy	prac-evol
	Estudios AFDMN y práctica	prac-cafd
	Ed. física y bloque contenidos MN	prac-ef
	Salto al alto nivel. Punto de inflexión	prac-rend
Dificultades estructurales	Estudios	dif-est
	Servicio militar	dif-mili
	Doble jornada	dif-djor
	Material	dif-mat
	Transporte	dif-trans
	Economía	dif-econ
	Sector	dif-sect
	Peligros objetivos MN	dif-pelo
	Planificación	dif-plan
	Trabajo	dif-trab
Dificultades interpersonales	Padres y demás familia	dif-padr
	Pareja	dif-par
	Hijos	dif-hij
	Edad e imagen soc. deporte a partir 50a.	dif-edad
	Hacer e integrarse en grupos	dif-grup
	Rivalidad y competencia	dif-riv

CATEGORÍA	SUBCATEGORÍA	
Dificultades intrapersonales	Lesiones	dif-les
	Desconocimiento y desinformación	dif-desc
	Imagen AFDMN medios comunicación	dif-mcom
	Fisiología	dif-fisiol
	Psicológicas	dif-psic
	Embarazo	dif-emb
Estrategias estructurales	Compatib. estilo vida (Caracterización)	eestr-cara
	Modificar actividad	eestr-mod
	Sustituir actividad	eestr-sust
	Aventura creativa	eestr-avcre
	Aprovechar las vacaciones	eestr-vacac
Estrategias interpersonales	Pareja como ayuda	eint-par
	Madres y abuelas	eint-madr
	Ocultamiento	eint-ocult
	Micro grupo / buscar personas	eint-micrg
	Aislamiento	eint-aisla
	Juntarse con amistades fuertes	eint-amig
	Club o similar	eint-club
	Conocidos más que amistades	eint-conoc
	Hacer cursos.	eint-curso
Estrategias intrapersonales	Renuncias	eintr-ren
	Cabezonería	eintr-cab
	Ignorar dificultades	eintr-ign
	Entrenar más	eintr-etto
	Ahorrar/pagar	Eintr-ahorr
	Resignarse	Eintr-res
	Planificar	Eintr-planif

ANEXO V GUIÓN DEL GRUPO DE DISCUSIÓN

1) PRESENTACIÓN (5 min.)

- ▶ Presentación del moderador, de la investigación (de manera general sin entrar en detalles), garantizar anonimato, recordar que se grabará y agradecimiento de antemano por la participación.

2) WARM UP (10 min)

- ▶ Presentación de los participantes: nombre, centro de procedencia y curso.
- ▶ Práctica actual de actividades en la naturaleza (tipo, planteamiento y frecuencia) y de un modo muy somero, qué tipo de práctica querría tener cada uno

Interesa:

- Además de establecer un clima adecuado. Puede servir para que aparezcan reestructuraciones o sustituciones de la actividad como modo de encarar las dificultades.

3) PRÁCTICA DE AFDMN (20 min)

- ▶ ¿Que han hecho y con que periodicidad en el último año?
 - └ ¿En que AFDMN has participado el último año? ¿Con que frecuencia?
 - └ Observar si les cuesta mucho recordar un plazo de un año (se quiere poner este plazo en cuestionarios).
 - └ Ver si aluden a lo que han hecho en la carrera (posibles interferencias contaminantes de las asignaturas de AFDMN).
 - └ Ir más allá de la simple cita de las actividades realizadas, ver que papel desarrollan en estas actividades. Si salen regularmente o contratan las actividades en vacaciones...

¿Hay alguna persona que te haya ayudado o desanimado a hacer AFDMN?

- Identificar que es lo que entienden por actividades físico deportivas en el medio natural.
 - └ Puede hacerse preguntando “Si te preguntan por AFDMN, ¿Tú que entenderías?
 - └ Como alternativa se propone mostrar unas láminas y que digan si eso son o no son AFDMN y por qué

4) MOTIVACIÓN HACIA LAS AFDMN (10 min.)

- Determinar las razones o motivos para realizar AFDMN.
 - └ (hacer un listado de razones o motivos e intentar clasificarlo)
 - └ Posibles preguntas ¿Qué te hace hacer AFDMN? ¿Puedes decirme buenas razones para hacer AFDMN? ¿Por qué haces estas actividades? ¿Por qué continúas haciendo estas actividades?
- Detectar posibles diferencias de género ¿Pensáis que las mujeres - hombres van al medio natural en busca de cosas diferentes que los hombres - mujeres?

¿Crees que hay algunas actividades que los chicos hacen más a menudo?

5) DIFICULTADES HACIA LAS AFDMN (20 min.)

- Sois personas ocupadas (estudios y posibles trabajos) ¿Cómo influyen estos factores en vuestra práctica de actividades físico deportivas en la naturaleza?

¿Qué factores hacen que salgáis al medio natural menos de lo que quisierais?

- └ **(Hacer una lluvia de ideas e intentar clasificarlas).**

Exponer las cifras de los primeros análisis de los cuestionarios en sus centros sobre participación (no diferenciar por centros). Recabar la opinión sobre las causas de estas diferencias. *De las dificultades presentadas*, (deberán estar ya escritas) *¿Hay alguna de ellas que afecte más a las mujeres?*

Interesa:

- Esta sección es una introducción para el apartado siguiente (evitar extenderse en esta cuestión más de lo necesario). Resulta especialmente importante el que el listado de dificultades quede escrito a la vista de todos.
- Tener en cuenta que algunas mujeres pueden pensar que las dificultades que encuentran son normales debido al proceso de socialización.
- Ir más allá de las respuestas políticamente correctas como “no tengo tiempo” o “no tengo dinero”.
- Interesan especialmente las dificultades más asociadas al género femenino y que queden reflejadas en la lista.

6) MODOS DE SUPERACIÓN DE LAS DIFICULTADES (50 min.)

- ▶ *“Pero a pesar de estas dificultades (volver a lista de dificultades obtenida en el punto anterior), seguís practicando AFD en el medio natural en mayor o menor medida. ¿Cómo os lo habéis arreglado?”* (Buscar una respuesta general en cada uno, pero permitir que cada cual se explye según piense).
- ▶ *¿Y concretamente dificultad por dificultad?”* (Ir viendo las estrategias de superación de cada una de las dificultades escritas. Según hayan quedado clasificadas sería posible hablar también de cada grupo de dificultades). Tratar de asociar una estrategia a cada dificultad; que surja debate sobre el modo o modos que utiliza cada persona en función de sus circunstancias. Estimular la aportación de la solución personal de cada uno.
- ▶ (Exponer los resultados obtenidos hasta la fecha en los cuestionarios sobre este asunto, con las posibles diferencias de género encontradas). Recabar su opinión en función de los datos obtenidos.

Interesa:

- Tener en cuenta que la modificación o sustitución de la propia actividad puede ser también un tipo de estrategias de afrontación de dificultades. Recabar información sobre como han organizado sus circunstancias personales para seguir practicando.
- No interesa tanto la profundización en cuanto a las estrategias de afrontación utilizadas sino la obtención de riqueza y diversidad en la información obtenida.

7) FINALIZACIÓN (5 min):

- Agradecer colaboración y concluir.

ANEXO VI CARACTERIZACIÓN DE PARTICIPANTES DEL GRUPO DE DISCUSIÓN

(Los nombres han sido modificados)

- NOMBRE: Eva	- SEXO: mujer.	- EDAD: 22	- E. CIVIL: Soltera.
- ESTUDIOS: tercer curso licenciatura en CAFD. Universidad Autónoma de Madrid. - PRINCIPAL PRÁCTICA DE ADMN: Alpinismo, escalada, senderismo, cañones. Frecuencia semanal. - OBSERVACIONES: Está en la directiva de un club de montaña madrileño.			

- NOMBRE: Ana	- SEXO: mujer.	- EDAD: 21	- E. CIVIL: Soltera.
- ESTUDIOS: Segundo curso licenciatura en CAFD + Fisioterapia. Universidad Europea Madrid. - PRINCIPAL PRÁCTICA DE ADMN: Senderismo y bicicleta de montaña. Frecuencia semanal y sobretodo vacacional..			

- NOMBRE: Manuel	- SEXO: hombre.	- EDAD: 20	- E. CIVIL: Soltero.
- ESTUDIOS: primer curso licenciatura en CAFD. Universidad Politécnica de Madrid. - PRINCIPAL PRÁCTICA DE ADMN: Senderismo, bicicleta de montaña y otras actividades. Frecuencia de práctica semanal. - OBSERVACIONES: Monitor de tiempo libre en activo. Campamentos.			

- NOMBRE: Jorge	- SEXO: hombre.	- EDAD: 23	- E. CIVIL: Soltero.
- ESTUDIOS: cuarto curso licenciatura en CAFD. Universidad Alfonso X el Sabio. - PRINCIPAL PRÁCTICA DE ADMN: Orientación, instalaciones con cuerdas. Campamentos. Frecuencia de práctica vacacional. - OBSERVACIONES: Monitor de tiempo libre en activo. Campamentos.			

- NOMBRE: Álvaro	- SEXO: hombre.	- EDAD: 23	- E. CIVIL: Soltero.
- ESTUDIOS: quinto curso licenciatura en CAFD. Universidad Politécnica de Madrid. - PRINCIPAL PRÁCTICA DE ADMN: Senderismo y ascensiones. Frecuencia de práctica semanal.			

ANEXO VII GUIÓN GENERAL DE LAS ENTREVISTAS EN PROFUNDIDAD

1) PRESENTACIÓN (5 min.)

- ▶ Presentación de la entrevistadora y presentación somera de la investigación.

2) INICIO Y VINCULACION CON LAS AFDMN (10 min.)

- ▶ Se revisará el currículo deportivo junto con la edad de la persona entrevistada y su situación laboral y familiar.
- ▶ Indagar acerca de lo que está haciendo ahora y planes futuros respecto a AFDMN.
- ▶ Modo de realización de esas actividades en el medio natural. Interesa conocer tres aspectos:
 - ▶ Círculo o círculos de amistades que tiene. ¿Sólo se relaciona con personas que salen al medio natural o tiene dos círculos de amistades el de la montaña y el de toda la vida? ¿Cómo son estos grupos respecto a sexos? Si tiene un círculo de amistades no relacionado con el medio natural, ¿Ha intentado que se aficien? ¿Es incompatible tener dos círculos de amistades?
 - ▶ Rol que adopta en esas prácticas. Debe valorarse hasta que punto los resultados obtenidos son por méritos propios o por practicar con personas con nivel superior que toman todas las decisiones. En el caso de las mujeres practicantes habituales y vacacionales indagar sobre si están a gusto con el rol que tienen.
- ▶ Indagar acerca de cómo y cuando empezó y el momento en que decidió implicarse más en estas actividades (laboralmente o como rendimiento) o dedicar más tiempo y dinero a estas.
- ▶ Ver cómo ha evolucionado su práctica con el tiempo (hacer un diagrama de frecuencia de práctica con tiempo y tipo de actividad). Interrogar acerca de las razones de las oscilaciones en frecuencia o tipo de actividad. (Si se han producido logros importantes remarcarlos). Importante que queden claros los momentos de inicio más serio de la actividad y factores que pueden modificar esa práctica como matrimonio, hijos, puestos de trabajo...
- ▶ (En el caso de las personas vinculadas laboralmente con las AFDMN como guías en actividades organizadas) Sabemos que trabajan con grupos formados mayoritariamente por mujeres, lo cual contrasta con una menor frecuencia de grupos espontáneos de mujeres en el medio natural. Indagar acerca de este hecho y sus causas. ¿Qué buscan esas participantes? (En el grupo de discusión salió la hipótesis de que las mujeres eran menos impulsivas que los hombres y por eso salían más en actividades planificadas.)

Tener en cuenta:

- 1 La pareja se considera una cuestión de interés preferente.

3) DIFICULTADES HACIA LA PRÁCTICA DE AFDMN (25 min.)

- ▶ Un modo habitual de superar dificultades parece ser el ajustar la actividad a las circunstancias. Conviene comparar lo que hacen con lo que harían si no tuviesen dificultades. Introducir la siguiente pregunta que tuvo buen resultado en el grupo de discusión “*¿Si lo tuviese más fácil para practicar actividades en el medio natural, que harías?*”
- ▶ Enlace con esta sección y obtención de información general. “*El número de mujeres comprometidas con las AFDMN parece ser menos numeroso que el de hombres. ¿A que crees que es debido según tu experiencia y opinión?*” (en los cuestionarios hubo diferencias de género en cuanto a interés y reticencias de cara a practicar AFDMN).
- ▶ Estudio de su situación concreta en cuanto a dificultades: “*¿Qué dificultades has ido superado o tienes que superar para salir al medio natural? ¿Cómo influyen estos factores en tu práctica de actividades físico deportivas en la naturaleza?*”. (Hacer un listado que se utilizará posteriormente. (En el caso de personas que lleven muchos años practicando, ver situación actual, en el pasado y evolución.) (Se espera que personas con menos experiencia aludan con mayor frecuencia a peligros de tipo objetivo (inherentes al medio natural))).
- ▶ Revisar estas dificultades y determinar las causas de cada una de ellas. Hacer alguna alusión al otro sexo. Sacar la cuestión de la diferente condición física de la mujer como posible dificultad. “*¿Piensas que una persona de distinto sexo tendría esos mismos problemas?*”
- ▶ Debe valorarse la posible existencia de diferencias de género a la hora de acceder a un grupo de practicantes de AFDMN. “*¿Es difícil encontrar a personas con las que salir al medio natural?*”
- ▶ Imagen de los medios de comunicación. Preguntar si opinan que facilita la práctica o por el contrario ofrece un modelo inalcanzable para la población general. (Esta cuestión y la siguiente no son prioritarias, no extenderse mucho).
- ▶ (En caso de participantes en forma de actividades organizadas). “*¿Qué beneficios e inconvenientes tiene el salir al monte en actividades planeadas por organizaciones?*”
- ▶ “*Según se dice, una buena parte de las mujeres que salen al medio natural parecen salir acompañadas de hombres, siendo muy raro ver mujeres y grupos de mujeres solas. ¿Qué opinas al respecto y a que crees que es debido?*” (La importancia del iniciador masculino ya ha salido en otros estudios cuantitativos españoles. Explorar este terreno) “*¿Y cual es tu caso? ¿Por qué?*”
- ▶ “*Y dentro de esos grupos o parejas, ¿Suelen tener el mismo papel y protagonismo ambos sexos?*” Explorar su posible opinión acerca del rol pasivo que adoptan algunas mujeres (sobretudo cuando su vinculación no es tan fuerte como las entrevistadas) en la práctica de AFDMN y que comenten las causas de estos comportamientos

(En el caso de las mujeres) *¿Y cual ha sido es tu caso?* (Abordar esta cuestión si no salió en el apartado anterior)

Interesa:

.(Práctica profesional asociada al rendimiento) Son las únicas informantes capaces de proporcionar información sobre los problemas que la práctica de alto nivel ocasiona y posteriormente sobre el modo en se enfrenta a todo ello. Aprovechar al máximo.

- 1 (Personas que lleven muchos años tiempo saliendo al medio natural). Indagar acerca de los posibles cambios en estas cuestiones en los últimos tiempos. Posiblemente salga la cuestión de la falta de material específico (no sacar el tema, resultará interesante comprobar si aparece o no).
- 2 Tener en cuenta que algunas mujeres pueden pensar que las dificultades que encuentran son normales debido al proceso de socialización. Profundizar más en ese tipo de dificultades.
- 3 En los cuestionarios han aparecido diferencias de género en cuanto a dificultades por causas familiares. Es una cuestión que debe recibir una atención prioritaria.
- 4 Tener presentes diferentes criterios de clasificación de las dificultades (Intrapersonales, interpersonales y estructurales / Antecedentes e intervinientes...). Tratar de extraer información de cada uno de ellos. No olvidar los criterios de clasificación (controlable-no controlable), (previsible/no previsible) que aparecieron en el grupo de discusión.
- 5 Especialmente relevante la cuestión de la compatibilización de factores como trabajo, familia, cuidado de otras personas y salidas al medio natural; sobretodo en el grupo de personas con responsabilidades familiares o laborales.
- 6 Probablemente aparezca la cuestión de las dificultades de las mujeres por una menor forma física. Diferenciar entre una cuestión fisiológica y el *“...creer que el esfuerzo físico como que a veces está metido en la cabeza como con que no va mucho con ellas.”* (Párrafo 287 grupo discusión).
- 7 Incidir en el hecho de ser mujer y el acceso a la práctica, la actitud ante los convencionalismos sociales. El entorno social próximo y su grado de receptividad ante la práctica.
 - *“Esta es una investigación sobre temas de género ¿Tú crees que superar estas dificultades te ha costado más por ser mujer?”* (Es un enlace al siguiente apartado)

4) ESTRATEGIAS DE SUPERACIÓN (30 min.)

- *“Pero a pesar de estas dificultades (volver a lista de dificultades obtenida en el punto anterior) sigues (o has seguido saliendo) al medio natural para practicar actividades físico deportivas. ¿Cómo te las has arreglado para seguir practicando?”* (Buscar una respuesta general).
- *¿Y concretamente dificultad por dificultad?”* (Ir viendo las estrategias de superación de cada una de las dificultades escritas).

- Si al principio se vio que han cambiado la frecuencia o el tipo de actividad practicada (volver a hoja evolución.), indagar acerca de si las variaciones en práctica y prioridades podrían considerarse como estrategias de superación de dificultades.
- (Si procede) “*¿Qué cambios has hecho en tu vida que te permitan continuar?*”

Interesa:

1. (Práctica profesional asociada al rendimiento) Cabe esperar que utilice estrategias de superación de dificultades asociadas al refuerzo de la práctica (compromiso y priorización). A diferencia del resto de informantes, no habrá reestructuración de la práctica para adaptarla a las circunstancias, sino que lo que se habrá modificado o eliminado son los factores que limitan la práctica. ¿Cómo llevan esas renuncias?
 2. (Práctica no asociada al rendimiento, especialmente con hijos y menos tiempo libre por causas laborales) Proporcionará información sobre el modo en que consigue compaginar la práctica de estas actividades con los problemas de la vida diaria comunes a la mayor práctica de la población practicante (familia, trabajo...). Previsiblemente opte por estrategias de acomodación de la actividad a las circunstancias.
 3. Todas las personas entrevistadas han realizado diferentes tipos y grados de reestructuraciones de algunos aspectos de su vida para acomodarlos a las AFDMN. Incidir en ello.
 4. Tener en cuenta posibles clasificaciones de estrategias. En alto nivel supuestamente primarán las de refuerzo de la actividad (priorizarla y comprometerse), mientras que en otras pueden aparecer estrategias de reestructuraciones, modificaciones o sustitución de la actividad. Dejarlo durante un año, por ejemplo para dedicarse a estudiar, cuidar a un hijo, recuperarse de una lesión etc, puede considerarse un modo de afrontar una dificultad.
- 1 Interesa tanto la profundización en cuanto a las estrategias de afrontación utilizadas como la obtención de riqueza y diversidad en la información obtenida.
 - 1 Tener presentes las estrategias de superación de las dificultades aparecidas en el marco teórico para identificarlas en las entrevistas e indagar así sobre ellas.
 - 2 Si ante las dificultades a la hora de encontrar compañía aparece la solución de salir solos o participar en actividades organizadas profundizar en ese sentido, ya que se observan fuertes diferencias de género.
- 5) FINALIZACIÓN (5 minutos):
- “*¿Hay algo que debía haberte preguntado? ¿Puedes responder a esta pregunta?*”
 - Agradecer la colaboración y concluir.

ANEXO VIII CARACTERIZACIÓN DE LOS PARTICIPANTES DE LAS ENTREVISTAS

(Los nombres han sido modificados)

- **NOMBRE:** PILAR
- **SEXO:** Mujer.
- **EDAD:** 32 años.
- **ESTADO CIVIL:** Soltera, sin pareja.
- **PROFESIÓN:** Guía de una conocida agencia de senderismo de Madrid.
- **TITULACION:** Certificado de iniciación al montañismo Federación Madrileña Montaña.
- **PRINCIPAL PRÁCTICA DE ADMN:** Senderismo.
- **ACTIVIDADES REALIZADAS EN LA NATURALEZA:** Esquí de travesía, escalada, carreras de montaña y descenso de cañones.
- **CRITERIO DE SELECCIÓN:** Relación de carácter laboral con las AFDMN en una agencia de senderismo en la cual acude un gran número de mujeres.

- **NOMBRE:** ALMUDENA
- **SEXO:** Mujer.
- **EDAD:** 50 años.
- **ESTADO CIVIL:** Casada. Una hija de 21 años.
- **PROFESIÓN:** Administrativa en un taller mecánico desde hace más de 20 años.
- **TITULACION:** Graduado escolar
- **PRINCIPAL PRÁCTICA DE ADMN:** Montañismo y ascensiones invernales.
- **ACTIVIDADES REALIZADAS EN LA NATURALEZA:** Esquí de travesía, escalada (crestas) y bicicleta de montaña y carretera.
- **CRITERIO DE SELECCIÓN:** Muy alta frecuencia de práctica desde los 20 años que ha tenido que compatibilizar con su vida laboral y la maternidad. Ha proporcionado información sobre los cambios en las últimas décadas. Todavía en activo y ha realizado actividades a un nivel medio – alto. Tiene varias primeras femeninas españolas a montañas importantes. Interesantes comparaciones entre su práctica a los 20 años y su hija hoy día.

- **NOMBRE:** ROCÍO
- **SEXO:** Mujer.
- **EDAD:** 28
- **ESTADO CIVIL:** Soltera, con pareja, sin hijos.
- **PROFESIÓN:** Investigadora CSIC.
- **TITULACION:** Licenciada en Biológicas.
- **PRINCIPAL PRÁCTICA DE ADMN:** Senderismo y acampadas.
- **ACTIVIDADES REALIZADAS EN LA NATURALEZA:** Escalada, espeleología.
- **CRITERIO DE SELECCIÓN:** Práctica de actividades de fácil accesibilidad. Moderada vinculación con las AFDMN.

- **NOMBRE:** FATIMA.
- **SEXO:** Mujer.
- **EDAD:** 31 años.
- **ESTADO CIVIL:** Soltera. Con pareja. Sin hijos.
- **PROFESIÓN:** Profesora de en E.F. en un IES de la Sierra de Madrid.
- **TITULACION:** Licenciada en E.F. Comenzó la carrera en Valencia y buscando conocimientos sobre AFDM se trasladó al INEF de Lérida y finalmente a Grenoble.
- **PRINCIPAL PRÁCTICA DE ADMN:** Actualmente escalada deportiva de alto nivel.
- **ACTIVIDADES REALIZADAS EN LA NATURALEZA:** Alpinismo, esquí de travesía, escalada clásica, espeleología en sus inicios, raquetas, carreras de montaña y bicicleta de montaña.
- **CRITERIO DE SELECCIÓN:** Licenciada en E.F. Ha conocido los programas de AFDMN de varias universidades. Da gran importancia al bloque de contenidos de AFDMN en sus clases.

- **NOMBRE:** AMPARO
- **SEXO:** Mujer.
- **EDAD:** 18 años.
- **ESTADO CIVIL:** Soltera.
- **PROFESIÓN:** Estudiante IES.
- **TITULACION:**
- **PRINCIPAL PRÁCTICA DE ADMN:** Ha ido a campamento de verano. Esquí 1 vez.
- **ACTIVIDADES REALIZADAS EN LA NATURALEZA:** senderismo y escalada.
- **CRITERIO DE SELECCIÓN:** No practicante de AFDMN.

- **NOMBRE:** PABLO
- **SEXO:** Hombre.
- **EDAD:** 29 años.
- **ESTADO CIVIL:** Soltero. Con pareja. Sin hijos.
- **PROFESIÓN:** Guía de montaña, trabajos verticales y profesor en cursos relacionados con AFDMN.
- **TITULACION:** Técnico en deportes de montaña.
- **PRINCIPAL PRÁCTICA DE ADMN:** Alpinismo y escalada en hielo de alto nivel. Realiza unas tres expediciones anuales para abrir nuevas rutas de compromiso en países alejados.
- **ACTIVIDADES REALIZADAS EN LA NATURALEZA:** Escalada clásica y deportiva a alto nivel y esquí de travesía.
- **CRITERIO DE SELECCIÓN:** Práctica de AFDMN bajo un planteamiento de alto nivel. Vinculación total hacia estas actividades. Carácter de rendimiento.

- **NOMBRE:** JUAN
- **SEXO:** Hombre.
- **EDAD:** 50 años.
- **ESTADO CIVIL:** Casado. Dos hijos de 17 y 18 años.
- **PROFESIÓN:** Inspector de hacienda desde los 28 años.
- **TITULACION:** Licenciado de derecho.
- **PRINCIPAL PRÁCTICA DE ADMN:** Escalada clásica.
- **ACTIVIDADES REALIZADAS EN LA NATURALEZA:** Montañismo, esquí de travesía, alpinismo y descenso de cañones.
- **CRITERIO DE SELECCIÓN:** Muy alta frecuencia de práctica desde los 16 años que ha tenido que compatibilizar con su vida laboral y la maternidad. Ha proporcionado información sobre los cambios en las últimas décadas. Todavía en activo a un nivel medio – alto.

- **NOMBRE:** PEDRO
- **SEXO:** Hombre.
- **EDAD:** 30 años.
- **ESTADO CIVIL:** Soltero. Con pareja.
- **PROFESIÓN:** Músico.
- **TITULACION:** Graduado escolar.
- **PRINCIPAL PRÁCTICA DE ADMN:** Senderismo.
- **ACTIVIDADES REALIZADAS EN LA NATURALEZA:** Escalada
- **CRITERIO DE SELECCIÓN:** Escasa vinculación con las AFDMN.

- **NOMBRE:** LUCAS
- **SEXO:** Hombre.
- **EDAD:** 31 años.
- **ESTADO CIVIL:** Soltero. Sin pareja.
- **PROFESIÓN:** Profesor de en E.F. Organización de campamentos.
- **TITULACION:** Licenciado en E.F. Coordinador de campamento.
- **PRINCIPAL PRÁCTICA DE ADMN:** Senderismo, treking, bicicleta de montaña.
- **ACTIVIDADES REALIZADAS EN LA NATURALEZA:** Descenso de cañones, escalada clásica y espeleología.
- **CRITERIO DE SELECCIÓN:** Licenciado en E.F. Ha permitido contrastar este sector en cuanto a educación formal (colegio) y no formal (campamentos).

- **NOMBRE:** MARCOS
- **SEXO:** Hombre.
- **EDAD:** 31 años.
- **ESTADO CIVIL:** Soltero, con pareja.
- **PROFESIÓN:** Informático.
- **TITULACION:** Informático de sistemas.
- **PRINCIPAL PRÁCTICA DE ADMN:** Turismo rural.
- **ACTIVIDADES REALIZADAS EN LA NATURALEZA:**
- **CRITERIO DE SELECCIÓN:** Muy escaso grado de vinculación con las AFDMN. No ha practicado actividades de difícil accesibilidad.