

Socialización de la actividad físico-deportiva en adultos: relación con familia, pareja y amigos

Socialization of exercise regularly in adults: relationship family, couple and friends

FRANCISCO RUIZ-JUAN¹, MAURICE PIÉRON² Y ANTONIO BAENA-EXTREMERA³

RESUMEN

El objetivo ha sido predecir el comportamiento y el nivel de actividad físico-deportiva de los adultos, según edad y sexo, a partir de las conductas de su entorno familiar, de la actitud de sus progenitores, de sus amigos y de la pareja ante su práctica físico-deportiva. Se realizó un estudio transversal con 3.373 personas de ambos sexos de Almería, Granada y Murcia con edades comprendida entre los 16 y 96 años. Se utilizó un cuestionario denominado “Hábitos físico- deportivos y estilos de vida”, realizándose un análisis descriptivo, inferencial y una regresión logística multinomial con el programa SPSS (v.17.0). Destacar que la población adulta no realiza el mínimo de actividad física recomendada, influidos de forma importante por la familia. La influencia es mayor del padre hacia los hijos varones y de la madre hacia las hijas, y los comportamientos del padre y de la madre, predicen los comportamientos de los hijo/as.

Palabras clave: adultos, contexto familiar, factores sociales, actividad física.

1 Universidad de Murcia, Profesor Titular, Facultad de Ciencias del Deporte C/ Argentina s/n 30720 Santiago de la Ribera (Murcia) E-mail: fruijz@um.es Tel: 868 88 86 75 Fax: 868 88 86 72

2 Universidad de Lieja

3 Universidad de Murcia,

ABSTRACT

The aim has been to predict the behavior and physical activity levels of adult, by age and sex, from the behaviors of their family context, the attitude of their parents, friends and couples to its physical and sports practice. We performed a cross-sectional study with 3373 people of both sexes of Almería, Granada and Murcia aged between 16 and 96 years. We used a questionnaire called “sports physical habits and lifestyles,” a descriptive analysis, inferential and multinomial logistic regression using SPSS (v.17.0). Note that the adult population does not make the minimum recommended physical activity, significantly influenced by the family. The influence is greatest from father to sons and mothers to daughters, and behaviors of the father and mother, predict the behavior of the child/as.

Keywords: adult, family context, social factors, physical activity.