

Estudio comparativo del autoconcepto físico a lo largo del ciclo vital

David Molero*, María Luisa Zagalaz-Sánchez* y Javier Cachón-Zagalaz*

A COMPARATIVE STUDY OF THE PHYSICAL SELF-CONCEPT ACROSS THE LIFE SPAN

KEY WORDS: Physical Self-Concept, Life Span, Development.

ABSTRACT: The purpose of this study is to examine the notion of physical self-concept and its constituents across the life span, to find out whether the evaluations of the scales are correlated with each other, and to underscore the main statistical differences of the results obtained according to the age and gender of the respondents. The cross section is made up of 152 participants divided into three age groups (teenagers, adults and people over 50) who all answered the *Physical Self-Concept Questionnaire* (*Cuestionario de Autoconcepto Físico – CAF–* Goñi, Ruiz de Azúa and Rodríguez, 2006). The data collected were examined through the analysis of the average scores, correlations, and variances for the different selected scales. The overall results show that the General Physical Self-Concept gradually improves with age. We observed positive correlations ($p < .01$) among all the scales of the instrument employed. In the male group we do not appreciate major differences in the evaluations of the constituents of the physical self-concept according to the different age groups. However, in the female group we perceive more significant differences in the sub-scales of Physical Ability and Strength ($p < .05$). The regression analysis performed indicates that the subscale that most predicts the General Physical Self-concept is Physical Attractiveness, Physical Ability, Fitness followed and Strength.

El autoconcepto ha sido considerado uno de los aspectos más relevantes para el bienestar personal. De manera general, muchos componentes conductuales se relacionan con esta variable, y han sido fruto de bastantes trabajos de investigación. Tan sólo en los últimos 10 años (2001-2011) en la base de datos *Education Resources Information Center* (ERIC) aparecen 4581 registros que responden al Tesauro “*Self-Concept*”, pero si se combina esta búsqueda con el término “*Physical*” se encuentran 436 trabajos; sin duda, queda de manifiesto la importancia del autoconcepto físico en los trabajos de investigación.

El autoconcepto es una estructura organizada la cual es multidimensional, es jerárquico, siendo el autoconcepto global estable (en la parte superior de esa jerarquía) pero al descender en la jerarquía se vuelve más específico y por lo tanto menos estable; presentando una un constructo con entidad propia que puede ser diferenciado claramente de otros constructos (Esnaola, 2008). Entre las numerosas definiciones de autoconcepto físico, la gran mayoría lo consideran como un subconjunto del autoconcepto global (Marsh y Shavelson, 1985; Shavelson y Bolus, 1992; Shavelson, Hubner y Stanton, 1976). En ellas queda de manifiesto que el autoconcepto tiene una estructura multidimensional que engloba el autoconcepto académico y el no académico; y dentro del éste último están el autoconcepto social, el emocional y el físico.

Algunos estudios han apoyado esta postura multidimensional del autoconcepto y del autoconcepto físico a lo largo del ciclo vital en distintos contextos. Los hay que analizan su desarrollo a lo largo de la preadolescencia (Guillén y Ramírez, 2011) y adolescencia (Asçi, Asçi y Zorba, 1999; Candel, Olmedilla y

Blas, 2008; Contreras, Fernández, García, Palou y Ponseti, 2010; Dieppa, Machargo, Luján y Guillén, 2008; Fuentes, García, Gracia y Lila, 2011; Hagger, Biddle, Chow, Stambulova y Kavussanu, 2003; Hagger, Biddle y Jong-Wang, 2005; Marsh, 1997; Marsh, Asçi y Marco, 2002; Moreno, Cervelló y Moreno, 2008; Ries, 2011), en adultos (García, Musitu y Veiga, 2006; Goñi, Ruiz de Azúa y Liberal, 2004; Goñi, Ruiz de Azúa y Rodríguez, 2006; Hagger, Lindwall y Asçi, 2004; Infante, Goñi y Villarroel, 2011; Marsh y Redmayne, 1994; Marsh, Richards, Johnson, Roche y Tremayne, 1994) en personas de edad avanzada (Campos et al., 2003; Esnaola, 2008) y en la vejez (García, Marín y Bohórquez, 2012; Goñi, Rodríguez y Esnaola, 2010).

Los cambios evolutivos, en especial en las edades que nos ocupan, parecen afectar directamente al autoconcepto físico, a pesar de que no existen muchos estudios longitudinales que permitan analizar su desarrollo a lo largo de la vida. El autoconcepto es una variable que adquiere especial relevancia en el periodo de la adolescencia debido a los importantes cambios cognitivos, físicos y sociales que se producen en esta etapa (Cardenal y Fierro, 2003; Harter, 1999). Además, correlaciona positivamente con la calidad de vida (Huebner et al., 2004; Pastor, Balaguer y Benavides, 2002; Reiter y Golman, 1999) y con otras variables como el rendimiento académico (Gómez-Vela, Verdugo y González-Gil, 2007; Pons, 1998). También se ha demostrado el efecto beneficioso de la actividad física sobre el autoconcepto en este grupo de edad (Dieppa et al., 2008; Fox, 1997, 2000a; Moreno et al., 2008; Ries, 2011), pero a pesar de estos beneficios hay un aumento significativo de jóvenes sedentarios en la población adolescente.

Correspondencia: David Molero López-Barajas. Universidad de Jaén. Facultad de Humanidades y CCEE. Campus Las Lagunillas Edificio C-5. 23071; Jaén, España.
Email: dmolero@ujaen.es

* Universidad de Jaén

– Fecha de recepción: 14 de Febrero de 2011. Fecha de aceptación: 14 de Mayo de 2012.

Lo que no admite ninguna duda es que en la sociedad actual se cultiva y se mima el cuerpo y la imagen corporal considerándose como unas “armas” muy valiosas en las relaciones interpersonales. Ha quedado de manifiesto en diversos estudios (Harter, 1993; Fox, 2000b) la relación directa que existe entre el aumento de autoconcepto percibido y la aceptación personal, provocando una mejora de la autoestima, siendo el físico y la apariencia predictores de la autoestima (Fox, 1997).

Pero el autoconcepto físico no permanece invariable en el desarrollo evolutivo. La importancia del autoconcepto físico en las transiciones entre los distintos niveles escolares y la incorporación al mundo laboral en adolescentes y jóvenes (Parker, Martin, Martínez, Marsh y Jackson, 2010), son aspectos a tener en cuenta al profundizar en esta temática. Núñez y González-Pienda (1994) consideran que el autoconcepto físico experimenta un descenso durante la preadolescencia (12 a 14 años) y una mayor diferenciación entre sus componentes en la adolescencia. García y Mutsu (2001) en un amplio estudio para la baremación del cuestionario *AF5*, analizaron el autoconcepto físico desde la adolescencia hasta la adultez, obteniendo resultados que ponen de manifiesto una disminución del mismo con la edad tanto para hombres como para mujeres.

Otros autores (Goñi, Ruiz de Azúa y Rodríguez, 2004) no han encontrado diferencias significativas en función de la edad en adolescentes de 13 a 16 años, pero sí han obtenido evidencias y diferencias significativas al realizar un análisis comparativo entre tres cohortes de edad (<14 años, 15-18 años y >19 años) utilizando como instrumento el *Cuestionario de Autoconcepto Físico* –CAF– (Goñi et al., 2004 y 2006), obteniéndose resultados en forma de U, es decir resultados más bajos en el grupo de edad intermedia y más altos en la edad adulta. Esnaola (2008), en un estudio en donde empleó diferentes grupos de edad (sujetos adolescentes, jóvenes, adultos y mayores de 55 años) usando como instrumento de recogida de información el cuestionario *AFI* (Esnaola, 2005), encontró que tanto los hombres como las mujeres van disminuyendo las percepciones de habilidad física y condición física con el paso de los años; a su vez, las percepciones de las mujeres de este estudio en las escalas de atractivo físico y autoconcepto físico general mejoran con el aumento de la edad, evidencias que ponen de manifiesto la necesidad de la prescripción y necesidad de la actividad física en la tercera edad (Berdejo, 2009; Campos et al., 2003).

En relación a las diferencias encontradas en cada sexo en función de la edad, se ha demostrado en diversos estudios que las

mujeres tienen mayor preocupación por su cuerpo e imagen, demostrándose que éstas son más críticas con sus cuerpos y están más preocupadas por la imagen corporal que los hombres (Bane y McAuley, 1998; Loland, 1998). Las mujeres, a su vez, parecen vincular más el atractivo físico con el conjunto del autoconcepto, es decir con todos sus elementos, sin embargo los hombres se basan más en aspectos relacionados con la fuerza y el ego personal (Asçi et al., 1999; Fletcher y Hattie, 2005; Hayes, Crocker y Kowalski, 1999). Mención especial, en relación al sexo, merecen las evidencias de los trabajos que abordan el análisis del autoconcepto y las diferencias del mismo en función del sexo de Goñi et al. (2006) y Esnaola (2008).

Existen variedad de estudios en torno al autoconcepto físico, pero se considera necesario abordar un análisis centrado en el autoconcepto físico a lo largo del ciclo vital, analizando las valoraciones obtenidas por distintos grupos de edad y en los dos sexos con los siguientes objetivos: (1) evaluar el autoconcepto físico a lo largo del ciclo vital obteniendo valoraciones del mismo en sujetos de distintos grupos de edad; (2) conocer los resultados obtenidos en la valoración de las distintas dimensiones consideradas en el autoconcepto físico y si éstas están correlacionadas entre sí; (3) comprobar si existen diferencias significativas a nivel estadístico en las percepciones del autoconcepto físico obtenidas en función de las variables edad y del sexo de los participantes; y, (4) Establecer cuáles son las escalas que más predicen la valoración global del *Autoconcepto Físico General* (AFG) en los sujetos de la muestra.

Método

Participantes

La muestra del estudio está compuesta por 152 participantes con una edad media de 31.86 años ($DE = 20.31$) de la Comunidad Autónoma de Andalucía en España (41 hombres –26.97%– y 111 mujeres –73.03%–), divididos en tres grupos de edad: adolescencia (12-18 años), edad adulta (19 a 50 años) y personas mayores de 50 años; todos los sujetos contestaron a los cuestionarios de manera voluntaria. En la muestra de adolescentes se recopiló la información en centros de Educación Secundaria de la ciudad de Jaén (Andalucía, España); en relación con los grupos de adultos y personas mayores de 50 años, se contactó con participantes en el programa de actividad física del Patronato Municipal de Deportes de la misma ciudad. La distribución de los participantes por grupos y edades aparece reflejada en la Tabla 1.

		Adolescentes	Edad Adulta	+ de 50 años	Total
<i>n</i>		81	30	41	152
%		(53.3%)	(19.7%)	(27.0%)	
Edad (años)	Rango	12-18	19-50	51-70	12-70
	<i>M</i>	14.27	41.16	59.80	31.86
	<i>DE</i>	1.04	7.19	5.18	20.31

Tabla 1. Distribución de los participantes por grupo de edad (años).

Instrumento

Se ha empleado el *Cuestionario de Autoconcepto Físico* –CAF– (Goñi et al., 2006). El instrumento está compuesto por 36 ítems divididos en 6 dimensiones o escalas; 2 son generales: Au-

toconcepto Físico General (opinión y sensaciones positivas en lo físico) y Autoconcepto General (satisfacción con uno mismo y con la vida en general), con valores de consistencia interna de .86 y .84 respectivamente; y otras 4 escalas específicas: Habilidad

Física: –percepción de las cualidades y habilidades personales y predisposición antes los deportes– (consistencia interna .84), Condición Física: –condición y forma física– (consistencia interna .88), Atractivo Físico: –percepción de la apariencia física propia, seguridad y satisfacción por la imagen corporal– (consistencia interna .87), Fuerza: –verse y sentirse fuerte, con capacidad para levantar peso y con seguridad ante ejercicios que exigen fuerza– (consistencia interna .83); siendo la fiabilidad total de la escala informada, coeficiente de consistencia interna α de Cronbach, igual a .92. Cada una de las 6 dimensiones está compuesta por 6 ítems (Goñi et al., 2006).

Procedimiento

El cuestionario fue aplicado de manera colectiva por los autores de este estudio a los tres grupos de edad analizados, después de obtener el consentimiento del centro educativo así como el de las familias de los sujetos en edad adolescente y del Patronato Municipal de Deportes en donde realizaban sus actividades deportivas el grupo de los adultos. Se recibió la aceptación libre de participación de todas las personas encuestadas.

Antes de la cumplimentación del instrumento se enfatizó el anonimato y la confidencialidad de los resultados. Se explicaron las instrucciones de respuesta del mismo aclarando las dudas existentes. Los cuestionarios se aplicaron a la muestra en su aula habitual de clase (adolescentes) y en las instalaciones del Patronato

Municipal de Deportes (grupo de adultos y mayores de 50 años). Los sujetos desconocían el propósito del estudio con el fin conseguir sinceridad en las respuestas y reducir el efecto de la deseabilidad social, en la medida de lo posible. En el momento de la recogida de los cuestionarios se verificó la correcta y completa contestación de los mismos. Una vez obtenidas las respuestas se procedió a la realización de los correspondientes análisis estadísticos.

Para determinar los intervalos de edad de los distintos grupos considerados se utilizó una distribución por grupos de edad similar a las empleada en otros estudios (Esnaola, 2008). En el presente estudio se distinguió entre adolescentes (12-18 años), edad adulta (19 a 50 años) y mayores de 50 años.

Resultados

En primer lugar, antes de ofrecer los resultados obtenidos por los sujetos de la muestra de cada uno de los grupos de edad considerados y diferenciarlos por sexo, así como informar de estudio de regresión realizado, se ha considerado oportuno analizar las relaciones existentes entre las distintas escalas del instrumento tal y como aparece reflejado en la Tabla 2. Se puede apreciar correlaciones positivas y estadísticamente significativas entre todas las escalas del cuestionario CAF ($p < .01$, en todos los casos).

Escala del CAF		Condición Física	Atractivo Físico	Fuerza	Autoconcepto Físico General	Autoconcepto General
Habilidad Física	Correlación Pearson	.62(**)	.44(**)	.51(**)	.45(**)	.47(**)
	Sig. (bilateral)	.00	.00	.00	.00	.00
Condición Física	Correlación Pearson		.49(**)	.50(**)	.48(**)	.39(**)
	Sig. (bilateral)		.00	.00	.00	.00
Atractivo Físico	Correlación Pearson			.29(**)	.78(**)	.64(**)
	Sig. (bilateral)			.00	.00	.00
Fuerza	Correlación Pearson				.29(**)	.24(**)
	Sig. (bilateral)				.00	.03
Autoconcepto Físico General	Correlación Pearson					.72(**)
	Sig. (bilateral)					.00

** La correlación es significativa ($p < .01$).

Tabla 2. Correlaciones entre las escalas del CAF.

Las correlaciones más elevadas se dan entre las escala Atractivo Físico y Autoconcepto Físico General ($r = .78, p < .01$); entre Autoconcepto Físico General y Autoconcepto General ($r = .72; p < .01$); Atractivo Físico y Autoconcepto General ($r = .64; p < .01$) y entre Habilidad Física y Condición Física ($r = .62, p < .01$). Evidencias similares a las nuestras son las encontradas por Contreras et al. (2010); en ellas se puede apreciar como el Autoconcepto Físico General actúa como conexión entre las escalas del autoconcepto físico (Habilidad Física, Condición Física, Atractivo Físico y Fuerza) y el Autoconcepto General.

Autoconcepto físico y edad a lo largo del ciclo vital

No se han apreciado diferencias significativas, a nivel estadístico, en el ANOVA realizado entre las puntuaciones de las distintas escalas y los grupos de edad considerados (véase Tabla 3). Para el total de la muestra, sin diferenciar entre grupos de edad, la escala que obtiene una mayor valoración dentro de los componentes del autoconcepto físico es la escala Atractivo Físico, seguida de la Habilidad Física, Condición Física y Fuerza. Las dos escalas generales, Autoconcepto Físico General y Autoconcepto General, han obtenido valoraciones medias de 4.16 ($DE = .74$) y 4.23 ($DE = .71$), respectivamente.

		ESCALAS DEL CAF					
Grupos de Edad		Habilidad Física	Condición Física	Atractivo Físico	Fuerza	Autoconcepto Físico General	Autoconcepto General
Adolescentes (12-18 años)	<i>M</i>	3.69	3.52	3.83	3.36	4.09	4.24
	<i>DE</i>	.79	.84	.91	.82	.82	.68
	<i>n</i>	81	81	81	81	81	81
Edad adulta (19-50 años)	<i>M</i>	4.00	3.48	3.93	3.50	4.23	4.32
	<i>DE</i>	.62	.65	.69	.67	.49	.42
	<i>n</i>	30	30	30	30	30	30
Más de 50 años	<i>M</i>	3.76	3.56	3.84	3.54	4.24	4.14
	<i>DE</i>	.71	.63	.75	.71	.72	.92
	<i>n</i>	41	41	41	41	41	41
Total de la Muestra	<i>M</i>	3.77	3.52	3.85	3.44	4.16	4.23
	<i>DE</i>	.74	.75	.82	.76	.74	.71
	<i>N</i>	152	152	152	152	152	152
ANOVA	<i>F</i>	$F = 1.870$	$F = .10$	$F = .17$	$F = .87$	$F = .80$	$F = .53$
Edad/Escala	<i>p</i>	$p = .16 ns.$	$p = .90 ns.$	$p = .84 ns.$	$p = .42 ns.$	$p = .45 ns.$	$p = .59 ns.$

Tabla 3. Estadísticos descriptivos de las escalas del CAF por grupo de edad del total de la muestra.

En la escala Habilidad Física los sujetos de edad adulta son los que tienen una mayor valoración de la misma, seguidos de los mayores de 50 años y de los adolescentes, sin que existan diferencias estadísticamente significativas [$F(2-149) = 1.870; p > .05 ns.$]. En relación con la Condición Física, las puntuaciones más elevadas aparecen en el grupo de más de 50 años, mientras que los adolescentes y el grupo de edad adulta son las segundas y terceras valoraciones, respectivamente; sin que estas diferencias sean significativas [$F(2-149) < 1; p > .05 ns.$].

Para la tercera de las escalas, Atractivo Físico, el grupo que obtiene las valoraciones más altas es el de edad adulta, seguido de los de más de 50 años y los adolescentes, sin existencia de significatividad en las mismas [$F(2-149) < 1; p > .05 ns.$]. Finalmente, en la última de las escalas del autoconcepto físico, Fuerza, el grupo que informa de una mayor valoración es el de los mayores de 50 años, con una valoración media similar a la del grupo de edad adulta, seguido por los adolescentes, sin ser significativas las diferencias una vez más [$F(2-149) < 1; p > .05 ns.$].

En las dos escalas generales las valoraciones medias obtenidas en cada grupo de edad son similares (véase Tabla 3), obteniéndose en ellas resultados más elevados que en las escalas analizadas con anterioridad, siendo las únicas con valoraciones medias superiores a 4 puntos. En la primera, Autoconcepto Físico General el grupo con la puntuación más alta es el de los mayores de 50 años, seguido del grupo de edad adulta y de los adolescentes, sin que las diferencias sean significativas [$F(2-149) < 1; p > .05 ns.$]. Para la segunda de las escalas generales, Autoconcepto General, son los sujetos del grupo de edad adulta los que más alto se autoperiben, seguidos de los adolescentes y de los mayores de 50 años. Al igual que en las comparaciones anteriores, tampoco se ha encontrado significatividad estadística en las diferencias [$F(2-149) < 1; p > .05 ns.$].

Autoconcepto físico en función de la edad en mujeres

Los resultados del ANOVA realizado entre la variable edad de las mujeres de la muestra y las puntuaciones de las escalas del instrumento, muestran que se han obtenido diferencias significativas a nivel estadístico en dos de las escalas para los grados de libertad establecidos. La primera de ellas es la escala Habilidad Física [$F(2-108) = 3.551; p < .05$] y la segunda es la escala Fuerza [$F(2-108) = 4.777; p < .05$].

En función de las diferencias encontradas, se realizó la prueba *post-hoc* de Bonferroni para observar entre qué grupos de edad existían las diferencias significativas obtenidas en Habilidad Física y Fuerza, al tener la variable edad más de dos grupos (adolescentes, edad adulta y mayores de 50 años). Las evidencias encontradas indican que en la escala Habilidad Física existen diferencias significativas sólo entre las chicas adolescentes y las mujeres de edad adulta ($p < .05$), siendo esta diferencia favorable a las segundas.

En la escala Fuerza se ha encontrado significatividad en las diferencias entre las adolescentes y las mujeres de edad adulta ($p < .05$) a favor de las mujeres de edad adulta (19-50 años) y entre las adolescentes y las mayores de 50 años ($p < .05$), siendo la diferencia favorable a las mayores de 50 años. En las demás escalas no se han encontrado diferencias significativas en los distintos grupos de edad considerados en las mujeres de la muestra [$F(2-108) < 1.0; p > .05 ns.$].

Autoconcepto físico en función de la edad en hombres

Para analizar la existencia de diferencias de medias en las valoraciones realizadas en los distintos grupos de edad hombres ha sido preciso emplear una prueba de *t* de diferencias de medias, ya que el número de total de hombres (41) no recomienda la realización de un ANOVA, al tener algunos de los subgrupos menos

del mínimo de casos exigidos para la realización de este análisis. No se han encontrado diferencias significativas a nivel estadístico en los resultados obtenidos en la prueba *t* de diferencias de medias en ninguna de las 6 escalas en función de los tres grupos de edad considerados ($p > .05$ *n.s.*) en los distintos pares de comparaciones de medias realizados (prueba *t*, pares de medias comparados; par 1: adolescentes vs. edad adulta, par 2: adolescentes vs. > 50 años, par 3: edad adulta vs. > 50 años) en ninguna de las citadas escalas.

Análisis de regresión lineal múltiple

Finalmente, para responder al último objetivo de la investigación, conocer cuáles son las sub-escalas que más predicen la valoración global del *Autoconcepto Físico General* (AFG), se ha

realizado un análisis de regresión múltiple por el procedimiento introducir. Como variables predictoras se incluyeron las distintas escalas del AFG (Habilidad Física, Condición Física, Atractivo Físico, y Fuerza) medias a través del CAF (Goñi et al., 2006). Junto a las 4 dimensiones del instrumento se introdujo la escala global que evalúa el AFG, como criterio en la realización del análisis de regresión lineal múltiple.

Los resultados de este análisis pusieron de manifiesto que la escala que más predice la valoración del Autoconcepto Físico General (AFG) es el Atractivo Físico (AF), seguido de la Habilidad Física (HF) en segundo lugar, la Condición Física (CF) es la tercera mejor predictora y la Fuerza (F) la que lo hace en menor medida. En la Tabla 4 se presentan los coeficientes de regresión estandarizados para cada uno de estas escalas consideradas como predictoras.

<i>Predictores</i>	<i>β (Coeficientes tipificados)</i>	<i>t</i>	<i>Sig.</i>
Constante	4.714	.00	
Habilidad Física (HF)	.11	1.562	.12
Condición Física (CF)	.06	.87	.38
Atractivo Físico (AF)	.71	12.116	.00
Fuerza (F)	.02	.04	.97

Tabla 4. Coeficientes tipificados, *t* y significación, para las variables predictoras ($r = .80$; $r^2 = .63$).

Las distintas escalas consideradas como predictoras contribuyen de manera directa a predecir la puntuación obtenida en el AFG, es decir se relacionan de manera directa. Globalmente consideradas, las variables predictoras correlacionan positivamente ($r = .80$, $p < .01$) con la variable dependiente o criterio y explican un 63.36% de la variabilidad del Autoconcepto Físico General, siendo el porcentaje de varianza explicada significativo [$F(4-147) = 63.567$; $p < .01$].

Discusión

En esta investigación se ha estudiado el autoconcepto físico a lo largo de la vida y se ha analizado la existencia de diferencias significativas entre las percepciones obtenidas en las dimensiones del mismo en función de los distintos grupos de edad considerados en mujeres y hombres. Se han obtenido correlaciones significativamente positivas entre las distintas escalas del autoconcepto físico, coincidiendo con los resultados obtenidos en otros trabajos en contextos similares (Contreras et al., 2010; Guillén y Ramírez, 2011), siendo todas ellas significativas ($p < .01$).

El desarrollo del autoconcepto en adolescentes ha sido analizado en diversos trabajos (Dieppa et al., 2008; Hagger et al., 2005; Marsh et al., 2002), pero poco se conoce de su evolución en el ciclo vital. El autoconcepto físico parece experimentar un descenso durante la preadolescencia y una diferenciación interna durante la adolescencia y juventud, por lo que es preciso tener en cuenta estos aspectos en su estudio. Basándonos en esta consideración, se contempla la necesidad de profundizar en el desarrollo de este constructo desde la adolescencia hasta la tercera edad (McCabe y Ricciardelli, 2004). Nuestra prospectiva es que las diferencias significativas obtenidas en la valoración de algunas escalas del autoconcepto físico, a pesar de las limitaciones propias

de un estudio transversal, contribuyen a la mejora del conocimiento del mismo en grupos similares a los analizados a lo largo del ciclo vital.

Los resultados obtenidos en función de la edad de la muestra nos permiten afirmar que las percepciones en la escala Autoconcepto Físico General aumentan con el paso de los años, siendo estas evidencias coincidentes con las halladas por Esnaola (2008), encontrándose las valoraciones más elevadas en autoconcepto físico al inicio y a mitad de la vida y más bajas en la adolescencia. El Autoconcepto General, por el contrario, disminuye a lo largo de la edad de los encuestados. En un análisis diferenciado de cada una de las escalas se comprueba como en las dimensiones Condición Física y Fuerza son los sujetos mayores de 50 años los que obtienen mayores valoraciones. En las escalas Habilidad Física y Atractivo Físico fueron las personas de edad adulta (18 a 50 años) quienes obtuvieron las puntuaciones medias más elevadas, datos que podrían indicar que en estas edades se acepta mejor el aspecto físico. Asimismo, se ha demostrado en distintas ocasiones que en la adolescencia y en la juventud existe una gran presión social sobre el atractivo físico (McCabe y Ricciardelli, 2004; Schwartz, Phares, Tantleff-Dunn y Thompson, 1999), estando estos modelos de belleza cada vez más acentuados tanto en hombres como en mujeres (Dieppa et al., 2008).

En relación con las valoraciones de las escalas del CAF en función del sexo, tras realizar un análisis diferenciado entre los las mujeres y los hombres en función de la edad de los participantes; se ha encontrando significatividad en las diferencias sólo en el grupo de las mujeres en dos de las escalas. Distintos estudios han justificado este dato al demostrar que las mujeres son más críticas con sus cuerpos e imagen y vinculan más el atractivo físico con el conjunto del autoconcepto que los hombres (Fletcher y Hattie, 2005). Las dos escalas en las que las mujeres se perciben

de manera significativamente diferente en función de la edad son Habilidad Física y Fuerza, siendo las diferencias en los dos casos favorables a las de más edad, las mujeres mayores a 50 años.

Se considera oportuno destacar el resultado de las mujeres mayores de 50 años en la escala Fuerza, ya que a lo largo del desarrollo del ciclo vital se va perdiendo masa muscular. Resultando llamativo que las mujeres mayores se perciban con más fuerza que las mujeres adolescentes y jóvenes, de hecho algunos trabajos han demostrado que el autoconcepto físico puede desarrollarse o mejorarse en mujeres mayores de 55 años en contextos similares al nuestro (Campos et al., 2003).

Es posible que estos resultados se deban a que el modelo corporal ideal de las mujeres esté asociado a un reducido peso y poca fuerza muscular, lo que algunos autores han venido a llamar la cultura de la delgadez (Vandereycken y Merman, 1984). Algo que gran número de mujeres durante la adolescencia y en la edad adulta intentan conseguir practicando ejercicio físico con el único objetivo de perder peso, situaciones muy cercanas a la anorexia nerviosa influenciada por diversos condicionantes sociales (Zagalaz, Martínez y Ramírez, 2005). Evidencias similares a las encontradas en la dimensión Fuerza, han sido presentadas en el estudio de Esnaola (2008), en el que se justifica que las mayores percepciones de Fuerza en los grupos de mujeres de edad avan-

zada puede deberse a que están menos condicionadas por el modelo estético corporal delgado imperante en el mundo occidental.

En este sentido, la realización de un estudio de regresión lineal múltiple nos ha permitido comprobar que las cuatro escalas del AFG contribuyen de manera directa al mismo, por lo que hay una relación directa entre las puntuaciones que se obtengan en ellas y las valoraciones globales de este constructo. El modelo resultante de la regresión, amplía la importancia de las citadas escalas en el estudio del Autoconcepto Físico General, coincidiendo con las propuestas de los autores del instrumento empleado –CAF– (Goñi et al., 2006).

Somos conscientes de las posibles limitaciones del presente trabajo, sería recomendable el aumento del tamaño de la muestra en futuras investigaciones relacionadas con esta temática. Aún siendo el estudio un análisis del autoconcepto físico a lo largo del ciclo vital, se trata de una investigación de carácter transversal, para conseguir el propósito de un análisis pleno del desarrollo del autoconcepto sería preciso desarrollar trabajos longitudinales, los cuales se abordarán en el futuro. De esta manera, se podrán superar las limitaciones en la generalización de los resultados, ya que hasta el momento no se puede concluir que las evidencias encontradas se deban exclusivamente al desarrollo.

ESTUDIO COMPARATIVO DEL AUTOCONCEPTO FÍSICO A LO LARGO DEL CICLO VITAL

PALABRAS CLAVE: Autoconcepto Físico, Ciclo Vital, Desarrollo.

Resumen: El propósito de esta investigación ha sido estudiar el autoconcepto físico y sus componentes a lo largo del ciclo vital, conocer si las valoraciones de cada una de las escalas están correlacionadas entre sí y comprobar la existencia de diferencias significativas a nivel estadístico en los resultados obtenidos en función de la edad y el sexo de los encuestados. La muestra está compuesta por 152 participantes distribuidos en tres grupos de edad (adolescentes, adultos y personas mayores de 50 años), los cuales contestaron al *Cuestionario de Autoconcepto Físico* (–CAF– Goñi, Ruiz de Azúa y Rodríguez, 2006). Los datos fueron analizados mediante el análisis de las puntuaciones medias, correlaciones y varianzas para las distintas escalas consideradas. Los resultados globales indican que el Autoconcepto Físico General mejora paulatinamente con el aumento de edad. Se han encontrado correlaciones positivas ($p < .01$) entre todas las escalas del instrumento empleado. En el grupo de hombres no existen diferencias significativas en las valoraciones realizadas en ninguno de los componentes del autoconcepto físico en función de los grupos de edad pero sí en la muestra de mujeres en las sub-escalas Habilidad Física y Fuerza ($p < .05$). El estudio de regresión realizado nos indica que la sub-escala que más predice el Autoconcepto Físico General es el Atractivo Físico, seguido de la Habilidad Física, Condición Física y Fuerza.

ESTUDO COMPARATIVO DO AUTO-CONCEITO FÍSICO AO LONGO DO CICLO VITAL

PALAVRAS-CHAVE: Auto-conceito físico, Ciclo vital, Desenvolvimento.

RESUMO: O objectivo desta investigação foi estudar o auto-conceito físico e os seus componentes ao longo do ciclo vital, conhecer se as avaliações de cada uma das escalas estão correlacionadas entre si, e comprovar a existência de diferenças significativas a nível estatístico nos resultados obtidos em função da idade e o sexo dos participantes. A amostra foi composta por 152 participantes distribuídos por três grupos etários (adolescentes, adultos e pessoas maiores de 50 anos), os quais responderam ao Questionário de Auto-conceito Físico (–CAF– Goñi, Ruiz de Azúa e Rodríguez, 2006). Os resultados foram analisados mediante a análise das pontuações média, correlações e variâncias para as diferentes escalas consideradas. Os resultados globais indicam que o Auto-conceito Físico Geral aumenta paulatinamente com o aumento da idade. Verificaram-se correlações positivas ($p < .01$) entre todas as escalas do instrumento aplicado. No grupo masculino não existem diferenças significativas nas avaliações realizadas em nenhum dos componentes do auto-conceito físico em função dos grupos etários, enquanto no grupo feminino se verificam diferenças nas sub-escalas Competência Física e Força ($p < .05$). O estudo de regressão realizado indica que a sub-escala que melhor prediz o Auto-conceito Físico Geral é a Atracção Físico, seguido da Competência Física, Condición Física, e Força.

Referencias

- Asçi, F. H. Asçi, A. y Zorba, E. (1999). Cross-cultural validity and reliability of Physical self- Perception Profile. *Journal of Sport and Exercise*, 2, 1-11.
- Bane, S. y McAuley, E. (1998). Body image and exercise. En J. L. Duda (Ed.), *Advances in Sport an Exercise Physical Measurement* (pp. 311-322). Morgantown, WV: Fitness Information Technology.
- Berdejo, D. (2009). Prescription of physical activity for old people in relation to their various diseases. *Journal of Sport and Health Research*, 1(2), 101-111.
- Campos, J., Huertas, F., Colado, J. C., López, A. L., Pablos, A. y Pablos, C. (2003). Efectos de un programa de ejercicio físico sobre el bienestar psicológico de mujeres mayores de 55 años. *Revista de Psicología del Deporte*, 12(1), 7-26.
- Candel, N., Olmedilla, A. y Blas, A. (2008). Relaciones entre la práctica de actividad física y el autoconcepto, la ansiedad y la depresión en chicas adolescentes. *Cuadernos de Psicología del Deporte*, 8(1), 61-77.
- Cardenal, V. y Fierro, A. (2003). Componentes y correlatos del autoconcepto en la escala de Piers-Harris. *Estudios de psicología*, 24(1), 101-111.
- Contreras, O. R., Fernández, J. G., García, L. M., Palou, P. y Ponseti, J. (2010). El Autoconcepto Físico y su relación con la práctica deportiva en estudiantes adolescentes. *Revista de Psicología del Deporte*, 19(1), 23-39.
- Dieppa, M., Machargo, J., Luján, I. y Guillén, F. (2008). Autoconcepto general y físico en jóvenes españoles y brasileños que practican actividad física vs. no practicantes. *Revista de Psicología de Deporte*, 17(2), 221-239.
- Esnaola, I. (2005). *Elaboración y validación del cuestionario AutoKontzeptu Fisiokoaren Itaunketa (AFI) de autoconcepto físico*. Leioa: Universidad del País Vasco.
- Esnaola, I. (2008). El autoconcepto físico durante el ciclo vital. *Anales de Psicología*, 24(1), 1-8.
- Fletcher, R. y Hattie, J. (2005). Gender Differences in Physical Self-Concept: A Multidimensional Differential Item Functioning Analysis. *Educational and Psychological Measurement*, 65(4), 657-667.
- Fox, K. R. (1997). The Physical self and processes in self-esteem development. En K. R. Fox (Ed.), *The physical self: From motivation to well-being* (pp. 111-139). Champaign, IL: Human Kinetics.
- Fox, K. R. (2000a). Self-esteem, self-perceptions and exercise. *International Journal of Sport Psychology*, 31, 288-240.
- Fox, K. R. (2000b). The effects of exercise on self perceptions and self-esteem. En S. J. H. Biddle, K. R. Fox y S. H. Boutcher (Eds.), *Physical Activity and Psychological Well-Being* (pp. 88-118). Londres: Routledge.
- Fuentes, M. C. , García, J. F., Gracia, E. y Lila, M. (2011). Autoconcepto y ajuste psicosocial en la adolescencia. *Psicothema*, 23(1), 7-12.
- García, A. J., Marín, M. y Bohórquez, R. (2012). Autoestima como variable psicosocial predictora de la actividad física en personas mayores. *Revista de Psicología del Deporte*, 21(1), 195-200.
- García, F. y Musitu, G. (2001). *Autoconcepto Forma 5. AF5. Manual*. Madrid: TEA.
- García, J. F., Musitu, G. y Veiga, F. (2006). Autoconcepto en adultos en España y Portugal. *Psicothema*, 18(3), 551-556.
- Gómez-Vela, M., Verdugo, M. A. y González-Gil, F. (2007). Calidad de vida y autoconcepto en adolescentes con necesidades educativas especiales y sin ellas. *Infancia y Aprendizaje*, 30(4), 499-522.
- Goñi, A., Rodríguez, A. y Esnaola, I. (2010). Las autopercepciones físicas en la edad adulta y en la vejez. *Psicothema*, 22(3), 460-467.
- Goñi, A., Ruiz de Azúa, S. y Liberal, I. (2004). Propiedades psicométricas de un nuevo cuestionario para la medida del autoconcepto físico. *Revista de Psicología del Deporte*, 13(2), 195-213.
- Goñi, A., Ruiz de Azúa, S. y Rodríguez, A. (2004). Deporte y autoconcepto físico en la preadolescencia. *Apunts. Educación Física y Deportes*, 77, 18-24.
- Goñi, A., Ruiz de Azúa, S. y Rodríguez, A. (2006). *Cuestionario de Autoconcepto Físico (CAF), Manual*. Madrid: EOS.
- Guillén, F. y Ramírez, M. (2011). Relación entre el autoconcepto y la condición física en alumnos del Tercer Ciclo de Primaria. *Revista de Psicología del Deporte*, 20(1), 45-59.
- Hagger, M. S., Biddle, S. J., Chow, E. W., Stambulova, N. y Kavussanu, M. (2003). Physical self-perceptions in adolescence: Generalizability of hierarchical multidimensional model across three cultures. *Journal of Cross-Cultural Psychology*, 34, 611-628.
- Hagger, M. S., Lindwall, M. y Asçi, F. H. (2004). A crosscultural evaluation of multidimensional and hierarchical model of psychical self-perceptions in three national samples. *Journal of Applied Social Psychology*, 34, 1075-1107.
- Hagger, M. S., Biddle, S. J. y John-Wang, C. K. (2005). Physical Self Concept in Adolescence: Generalizability of Multidimensional, Hierarchical Model Across Gender and Grade. *Educational and Psychological Measurement*, 65(2), 297-322.
- Harter, S. (1993). *Causes and consequences of low self-esteem in children and adolescents*. En R. B. Baumeister (Ed.), *Self-esteem: The puzzle of low self-esteem* (pp. 57-78). Nueva York: Plenum Press.
- Harter, S. (1999). *The construction of the self. A developmental perspective*. Nueva York: Guilford Press.
- Hayes, S. D., Crocker P. R. E. y Kowalski K.C. (1999). Gender differences in physical self perceptions, global self-esteem, and physical activity: Evaluation of the physical self-perception profile model. *Journal Sport*, 22, 1-14.
- Huebner, E. S., Valois, R., Suldo, S., Smith, I., McNight, C., Seligson, J. y Zullig, K. (2004). Perceived quality of life: A neglected component of adolescent health assessment and intervention. *Journal of Adolescent Health*, 34, 270-278.
- Infante, G., Goñi, A. y Villarroel, J. D. (2011). Actividad física y autoconcepto, físico y general, a lo largo de la edad adulta. *Revista de Psicología del Deporte*, 20(2), 429-444.
- Loland, N.W. (1998). Body image and physical activity. A survey among Norwegian men and women. *International Journal of port and Exercise Psychology*, 29, 339-365.
- Marsh, H. W., Richards, G. E., Johnson, S., Roche, S. y Tremayne, P. (1994). Physical self description questionnaire: Psychometric properties and multitrait-multimethod analysis of relations to existing instruments. *Journal of Sports and Exercise Psychology*, 16, 270-305.
- Marsh, H. W. y Redmayne, R. S. (1994). A multidimensional physical self-concept and its relations to multiple components of physical fitness. *Journal of Sport and Exercise Psychology*, 16, 43-55.
- Marsh, H. W. y Shavelson, R. (1985). Self-concept: Its multifaceted hierarchical structure. *Educational Psychologist*, 20, 107-123.
- Marsh, H. W., Asçi, F. H. y Marco, I. T. (2002). Multi-trait multi-method analyses of two physical self-concept instruments: A cross-cultural perspective. *Journal of Sport and Exercise Psychology*, 24, 99-119.
- Marsh, H. W. (1997). Structure of Physical Self-Concept: Elite Athletes and Physical Education Students. *Journal of Educational Psychology*, 89(2), 369-380.

- McCabe, M. P. y Ricciardelli, L. A. (2004). Body image dissatisfaction among males across the life span. A review of past literature. *Journal of Psychosomatic Research*, 56, 675-685.
- Moreno, J. A., Cervelló, E. y Moreno, R. (2008). Importancia de la práctica físico-deportiva y del género en el autoconcepto físico de los 9 a los 23 años. *International Journal of Clinical and Health Psychology*, 8(1), 171-183.
- Núñez, J. C. y González-Pienda, J. A. (1994). *Determinantes del rendimiento académico. Variables cognitivo-motivacionales, atribucionales, uso de estrategias y autoconcepto*. Oviedo: Universidad de Oviedo.
- Parker, P. D., Martin, A. J., Martínez, C., Marsh, H. W. y Jackson, S. (2010). Longitudinal Approaches to Stages of Change Measurement: Effects on Cognitive and Behavioral Physical Activity Factors. *Measurement and Evaluation in Counseling and Development*, 43(2), 108-120.
- Pastor, Y., Balaguer, I. y Benavides, G. (2002). Influencia de los dominios del Autoconcepto en la Autoestima de los adolescentes. *Revista de Psicología Social Aplicada*, 12(3), 97-112.
- Pons, J. (1998). El autoconcepto en la infancia y adolescencia, y los agentes primarios de socialización. *Información Psicológica*, 66, 40-50.
- Reiter, S. y Goldman, T. (1999). A programme for the enhancement of autonomy in young adults with physical disabilities: the development of a realistic self concept, individual perception of quality of life and the development of independent living skills. *International Journal of Rehabilitation Research*, 22, 71-74.
- Ries, F. (2011). El autoconcepto físico en adolescentes sevillanos en función del sexo y de la evolución de la carrera deportiva. *Retos, Nuevas tendencias en Educación Física, Deporte y Recreación*, 19, 38-42.
- Schwartz, D. J., Phares, V., Tantleff-Dunn, S. y Thompson, J. K. (1999). Body image, psychological functioning and parental feedback regarding physical appearance. *International Journal of Eating Disorders*, 25, 39-343.
- Shavelson, R. J. y Bolus, R. (1992). Self-Concepts: The interplay of theory and methods. *Journal of Educational Psychology*, 74, 3-17.
- Shavelson, R. J., Hubner, J. J. y Stanton, G. C. (1976). Self-concept: Validation of construct interpretations. *Review of Educational Research*, 46, 407-441.
- Vandereycken, W. y Merman, R. (1984). Anorexia nervosa: Is prevention possible? *International Journal of Psychiatry in Medicine*, 3, 15-24.
- Zagalaz, M. L., Martínez, E. y Rodríguez, I. (2005). Anorexia nerviosa y práctica de ejercicio físico para perder peso. *Apunts. Educación física y deportes*, 82, 12-18.