



Quesada, D.; Gómez-López, M. (2017). Perfiles motivacionales de los usuarios de un centro deportivo público. *Journal of Sport and Health Research*. 9(1):85-96.

Original

PERFILES MOTIVACIONALES DE LOS USUARIOS DE UN CENTRO DEPORTIVO PÚBLICO

MOTIVATIONAL PROFILES OF USERS OF A PUBLIC SPORT CENTER

Quesada, D.¹; Gómez-López, M.¹

¹*Facultad de Ciencias del Deporte. Universidad de Murcia (España)*

Correspondence to:
Manuel Gómez-López
 Facultad de Ciencias del Deporte. Universidad de Murcia
 C/ Argentina, s/n – 30720 (Santiago de la Ribera)
 Teléfono: +34868888674
 mgomezlop@um.es

*Edited by: D.A.A. Scientific Section
 Martos (Spain)*



Received: 1/6/2016
 Accepted: 1/8/2016



RESUMEN

Los estudios demuestran la existencia de altas tasas de sedentarismo y abandono de la práctica deportiva. Aun así, escasean las investigaciones sobre las razones que favorecen la práctica de actividad física en el ámbito no competitivo. Como consecuencia, existe la necesidad de realizar investigaciones que establezcan perfiles motivacionales de los usuarios de servicios deportivos. El objetivo del estudio fue definir y comparar los diferentes perfiles motivacionales existentes entre los practicantes de actividades físico-deportivas no competitivas, analizando su relación con las variables sociodemográficas (sexo, edad, ocupación, zona de práctica y tiempo de práctica diaria, semanal y total). La muestra estuvo compuesta por 94 usuarios de un centro deportivo público de la Región de Murcia (España), con edades comprendidas entre los 16 y 73 años. El instrumento utilizado para conocer los motivos de práctica fue la escala Medida de Motivos de la Actividad Física Revisada (MPAM-R). Tras el análisis de conglomerados, los resultados mostraron la existencia de tres perfiles motivacionales: un perfil donde primaron los factores de diversión y social, conformado por mujeres adultas con trabajo cuya zona preferida de práctica era la piscina; un segundo perfil, el más motivado, apoyado en los factores de competencia, salud y diversión con un matiz de usuario joven con trabajo, siendo la zona de actividades fitness la preferida para la práctica; el tercer grupo caracterizado por una motivación apoyada en el factor apariencia y en menor medida salud y competencia, con un perfil de varón joven y estudiante, cuya zona preferida de práctica fue la sala de musculación

Palabras clave: Motivos de práctica; actividad física; motivación; fitness; perfiles

ABSTRACT

High rates of inactivity and sport neglect and the lack of studies on the basis of practicing in the field of non-competitive physical activity has generated the need to carry out researches to establish motivational profiles in the users of sport services. The aim of the study was to define and compare the different existing motivational profiles among the people who do non-competitive physical sports activities, analyzing its relationship with the sociodemographic variables (gender, age, occupation, practice area, time of daily practice, weekly and total practice). The sample consisted of 94 users of a public sport centre in the Region of Murcia (Spain). The instrument used to know the reasons of practice was the scale Motives for Physical Activity Measure-Revised (MPAM-R). After the cluster analysis, the results showed the existence of three motivational profiles: a profile where leisure and social factors were the most important ones, formed by adults worker women whose preferred area of practice was the pool; a second profile, the most motivated, supported by competition factors, health and fun, formed by young worker people whose preferred fitness activities for practice; the last profile characterized by motivation supported by the physical appearance and less health and competence, formed by young male and student, whose favourite practice area was the muscle-building room

Keywords: Practice motives; physical activity; motivation; fitness; profiles



INTRODUCCIÓN

Diversas investigaciones confirman que la práctica regular de actividad física provoca un incremento en el bienestar y en la calidad de vida de quienes la practican (Moreno, Martínez & Alonso, 2006). Entendemos por actividad física, cualquier movimiento corporal producido por los músculos esqueléticos que deriva un gasto de energía (Caspersen, Powell & Christenson, 1985). Aun sabiendo que lo lógico sería que se produjese un incremento paulatino de participación en esta práctica, debido al nacimiento de las sociedades postindustriales y tecnológicas el estilo de vida en los últimos años se ha alterado drásticamente (Goñi & Infante, 2010), originando un incremento sustancial del sedentarismo (Delgado & Tercedor, 1998) y del abandono deportivo (Nuviala, Tamayo, Nuviala, Pereira & Carvalho, 2012; Teva-Villén et al., 2014). Este hecho está altamente relacionado con enfermedades cardiovasculares, metabólicas y problemas psicosociales (Stephen, Christine, Jhon, Nissa & Owen, 2010).

Por ello las organizaciones de salud e instituciones educativas deben informar al público de las dosis y tipos de actividad física que se necesitan para prevenir enfermedades y promover la salud (Pate et al., 1995). Se ha demostrado que la edad, el sexo, el estado de salud, la autoeficacia y la motivación están asociados con la actividad física (Bauman et al., 2012). Este hecho requiere la necesidad de saber qué factores motivacionales influyen en la población a la hora de comenzar la práctica de actividad física y mantenerla en el tiempo o adherirse a ella.

Entre las diferentes definiciones de motivación en el ejercicio físico, hay que resaltar la siguiente: impulso que te lleva a participar en una actividad físico-deportiva, realizándola con una mayor regularidad (Egli, Bland, Melton, & Czech, 2011). No podríamos hablar de motivación y ejercicio físico sin la teoría de la autodeterminación (Deci & Ryan, 1985), la cual no se centra solo en la cantidad sino que tiene en cuenta los tipos de motivación que te llevan a la práctica de actividad físico-deportiva (Deci & Ryan, 2008). En un extremo se localizaría la desmotivación (ausencia de motivación) y en el otro extremo la motivación intrínseca (grado más alto de motivación), situándose entre ambas la motivación extrínseca (Sicilia et al., 2014). Una persona está motivada intrínsecamente

cuando realiza la actividad únicamente por la satisfacción y diversión que dicha actividad le produce, sin embargo el motivo que lleva al individuo extrínsecamente motivado a ejecutar la actividad es por una razón externa ajena a la propia actividad (Niemiec, Ryan & Deci, 2009). Por otro lado un participante está desmotivado cuando no tiene ninguna voluntad de desarrollar la actividad porque no se encuentra capacitado para ello o porque piensa que no va a alcanzar el objetivo deseado (Muyor, Águila, Sicilia & Orta 2009).

Las razones que llevan a una persona a iniciarse en la práctica de la actividad física suelen estar vinculadas con la salud física y mental y el control del peso, mientras que la adherencia al ejercicio físico se asocia con el disfrute, el interés y la interacción social (Allender, Cowburn & Foster, 2006), es decir, aquellos que inician la actividad física con altos niveles de motivación intrínseca acuden con más frecuencia a las distintas sesiones de actividad física en comparación con aquellos que poseen niveles más altos de motivación extrínseca (Ryan, Frederick, Lepes, Rubio & Sheldon, 1997). Diferentes investigaciones han analizado los motivos de práctica de actividad física diferenciándolos en función del sexo y la edad (Afthinos, Theodorakis & Nassis, 2005; Moreno, Cervelló & Martínez, 2007; Nuviala et al., 2013b; Rodríguez-Romo, Boned-Pascual & Garrido-Muñoz, 2009; Sicilia, Águila, Muyor, Orta & Moreno, 2009) e incluso la posición social (Rodríguez-Romo et al., 2009).

Existen diferencias en los niveles de motivación intrínseca o participación en función de la actividad o deporte realizado (Moliner, Salguero & Márquez, 2011) siendo las personas implicadas en actividades deportivas las más motivadas intrínsecamente contrastando con los participantes en actividades de fitness, los cuales se encuentran interesados por los aspectos relacionados con el cuerpo y menos con la diversión (Frederick & Ryan, 1993). Centrándonos en el ámbito de las actividades físico-deportivas no competitivas, existen diferentes elementos que afectan a la adherencia a la práctica de actividades físicas. Entre ellos hay que resaltar, el poco compromiso motor, lesiones deportivas, la falta de seguimiento del progreso, escasa atención por parte del monitor, los problemas de disponibilidad de tiempo para realizar actividad física y la falta de



apoyo y aprobación por parte de los amigos y/o la pareja (Latiesa, Martos & Paniza, 2001).

Haciendo una revisión de la literatura podemos observar como la mayoría de investigaciones sobre la motivación han sido planteadas en ámbitos de la actividad física competitiva o en las clases de Educación Física. Por otro lado también existen otros estudios que han hallado diferencias motivacionales al comparar tres contextos de práctica de actividad física diferentes, las clases de Educación Física, el deporte competitivo y el ámbito de ejercicio físico no competitivo (Moreno-Murcia et al., 2014).

Para conocer el tipo de motivación que presentan los usuarios de actividades físico-deportivas no competitivas, hemos optado por utilizar la escala Motives for Physical Activity Measure-Revised (MPAM-R) de Ryan et al. (1997), validada en España por Moreno et al. (2007), compuesta por cinco subescalas, de las cuales, el disfrute y la competencia han sido empleadas para revelar una orientación motivacional intrínseca, mientras que las otras tres subescalas (social, fitness/salud y apariencia) reflejan varios niveles de motivación extrínseca. (Nuviala, Gómez-López, Grao-Cruces, Granero-Gallegos & Nuviala, 2013a).

Señalar finalmente, que el objetivo del estudio fue definir y comparar los diferentes perfiles motivacionales existentes entre los practicantes de actividades físico-deportivas no competitivas, analizando su relación con las variables sociodemográficas (sexo, edad, ocupación, zona de práctica y tiempo de práctica diaria, semanal y total).

MATERIAL Y MÉTODO

Participantes

La muestra estuvo compuesta por 94 participantes de un centro deportivo situado en la Región de Murcia. Del total de la muestra analizada el 48.9% eran hombres y el 51.1% mujeres, con edades comprendidas entre los 16 y 73 ($M = 39,29$, $DT = 16,50$).

Instrumentos

Se utilizó el Cuestionario de Medida de Motivos para Actividades Físicas-Revisado (MPAM-R). Este cuestionario es la versión validada al español por Moreno et al. (2007), de la escala original denominada Motives for Physical Activities Measure

revised (MPAM-R; Ryan et al., 1997). El instrumento está compuesto por un total de 30 ítems contemplando cinco motivos para la participación en actividades físico-deportivas. Los cinco motivos son los siguientes: (a) salud o deseo de ser físicamente sano, fuerte y enérgico (cinco ítems; e.g. “Yo hago ejercicio físico porque quiero mejorar mi estado cardiovascular”.); (b) apariencia, que se refiere al deseo de llegar a ser físicamente más atractivo, tener músculos definidos, verse mejor y alcanzar o mantener un peso deseado (seis ítems; e.g. “yo hago ejercicio físico porque yo quiero definir o marcar mis músculos y verme mejor”.); (c) competente o deseo de mejorar en una actividad, de resolver desafíos, y de adquirir nuevas habilidades (7 ítems; e.g. “yo hago ejercicio físico porque me gusta realizar actividades que sean físicamente un reto para mí”.); (d) social, que se refiere a ser físicamente activo para estar con los amigos y gente con la que practica el deporte (cinco ítems; e.g. “yo hago ejercicio físico porque me divierte ocupar mi tiempo con otros realizando esta actividad”.) ; y (e), disfrute, que refiere a ser físicamente activo porque es divertido, le hace feliz, y la actividad en sí misma le resulta estimulante y agradable (7 ítems; e.g. “yo hago ejercicio físico porque me gusta la emoción que produce participar”). Los practicantes de actividades deportivas debían contestar en una escala de 7 puntos (tipo Likert) el grado en el que la frase que aparecía era cierta para él (7) o nada cierto para él (1). Los valores alfa de Cronbach obtenidos fueron: 0.873 para el factor disfrute, 0.853 para el factor competencia, 0.906 para el factor apariencia, 0.793 para el factor salud y 0.768 para el factor social. Se introdujeron en el cuestionario una serie de variables demográficas tales como: sexo, edad (16-34 años, 35-55 años y > 55 años) ocupación (estudiante, trabajador, desempleado y jubilado), zona de práctica de ejercicio físico (sala de musculación, actividades dirigidas fitness, zona de piscina), tiempo de práctica diaria (0-45 minutos, 46-90 minutos, y más 90 minutos), tiempo de práctica semanal (1-2 veces, 3-4 veces y 5-6 veces) y tiempo de práctica total en el centro (1 año, 1-3 años, y más 3 años)

Procedimiento

El trabajo de campo se realizó durante la primera y segunda semana de Marzo de 2016, mediante un cuestionario autoadministrado con presencia del encuestador. Los participantes fueron seleccionados



aleatoriamente, al azar, distribuyendo la cuota proporcionalmente a la asistencia en función de los días de la semana y las franjas horarias. Se solicitó a los participantes que cumplimentaran el cuestionario y que consultaran cualquier duda que tuvieran con los ítems. El tiempo invertido en la realización fue de unos 10 minutos. Antes de proceder a la recogida de datos se pidió permiso a los responsables del centro deportivo. De la misma forma, todos los deportistas aceptaron participar voluntariamente en este.

RESULTADOS

Análisis descriptivo

En la tabla 1 podemos observar las características de la muestra analizada.

Tabla 1. Características de la muestra total analizada

Variables Sociodemográficas		% Total
Sexo	Hombre	48.9
	Mujer	51.1
Edad	16-34	40.4
	35-55	34.1
	>55	25.5
Ocupación	Estudiante	19.1
	Trabajador	39.4
	Desempleado	25.5
	Jubilado	16
Zona de Práctica	Sala de Musculación	36.2
	Actividades Dirigidas Fitness	33
	Zona de Piscina	30.9
Tiempo de Práctica diario	0-45 minutos	25.5
	46-90 minutos	51.1
	> 90 minutos	23.4
Tiempo de Práctica semana	1-2 veces	21.3
	3-4 veces	53.2
	5-6 veces	25.5
Tiempo de Práctica total	-1 año	34
	1-3 años	23.5
	> 3 años.	42.6

Análisis de Conglomerados

Para clasificar a los participantes de manera homogénea, se realizó el análisis de conglomerados con la aplicación del método k-medias, donde se obtuvieron tres clústeres bien diferenciados como ilustra la tabla 2.

Tabla 2. Distancia entre los centros de conglomerados

Conglomerados	1 (*)	2 (**)	3 (***)
1		2,768	3,385
2	2,768		2,271
3	3,385	2,221	

(*) Factores de diversión y social (**) Factores de competencia, salud y diversión (***) Factor apariencia

Estos clústeres también presentaron una correcta variabilidad, siendo el factor Apariencia, con una prueba $F(2, 91) = 121,213$, el que contribuyó en mayor medida a establecer diferencias entre grupos. Son los factores Social, $F(2, 91) = 17.833$, y Salud, $F(2, 91) = 6.215$ los que han contribuido en menor medida (tabla 3).



Tabla 3. Variabilidad de las pruebas F de las cinco dimensiones en los tres conglomerados (*: p<0.05; **: p<0.01; ***: p<0.001).

	Conglomerados		Error		F	Sig
	Media cuadrática	gl	Media cuadrática	gl		
Social	10.440	2	0.585	91	17.833	***
Apariencia	64.624	2	0.533	91	121.213	***
Competencia	29.702	2	0.458	91	64.884	***
Diversión	20.911	2	0.352	91	59.459	***
Salud	1.430	2	0.230	91	6.215	***

F: Estadístico F de Fisher-Snedecor; gl: Grados de libertad

En una escala tipo Likert de 7 puntos, los estadísticos descriptivos generados por el total de la muestra revelaron que los usuarios del centro deportivo estaban motivados principalmente por el factor Salud (M = 5.89). Este motivo fue seguido por los factores de Diversión (M = 5.46) y Competencia (M = 5.12). Fueron los factores Apariencia (M = 4.75) y Social (3.55) los que obtuvieron un índice de motivación más bajo (tabla 4).

Tabla 4. Centro de los conglomerados y media del factor

	Conglomerado			Media
	1 (*)	2 (**)	3 (***)	
Social	3.90	3.67	2.74	3.55
Apariencia	3.53	5.52	6.19	4.75
Competencia	4.33	6.18	5.39	5.12
Diversión	5.69	6.06	4.32	5.46
Salud	5.85	6.13	5.86	5.89

(*) Factores de diversión y social (**) Factores de competencia, salud y diversión (***) Factor apariencia

A continuación analizaremos las características de cada uno de los conglomerados de manera interna (tabla 5):

Tabla 5. Composición interna de los conglomerados

		Conglomerados (%)		
		1 (*)	2 (**)	3 (***)
Sexo	Hombre	40.9	55.6	69.6
	Mujer	59.1	44.4	30.4
Edad	16-34	18.2	51.9	59.3
	35-55	38.6	29.6	21.7
	>55	43.2	17.3	8.7
Ocupación	Estudiante	9.1	18.5	39.1
	Trabajador	36.4	44.4	39.1
	Desempleado	31.8	25.9	8.7
	Jubilado	22.7	11.1	13.1
Zona de Práctica	Sala de Musculación	11.3	22.2	86.9
	Actividades Dirigidas Fitness	36.4	59.3	8.7
	Zona de Piscina	52.3	18.5	3.7
Tiempo de Práctica diario	0-45 minutos	25.0	25.9	26.1
	46-90 minutos	52.3	55.5	43.5
	> 90 minutos	22.7	18.5	30.4
Tiempo de Práctica semana	1-2 veces	25.0	18.5	17.4
	3-4 veces	65.9	33.3	56.5
	5-6 veces	9.1	48.1	26.1
Tiempo de Práctica Total	-1 año	34.1	33.3	34.8
	1-3 años	22.7	25.9	21.7
	> 3 años.	43.2	40.8	43.5

(*) Factores de diversión y social (**) Factores de competencia, salud y diversión (***) Factor apariencia



El conglomerado 1, el clúster más numeroso, destacó por una motivación apoyada en los factores de diversión y social, únicas dimensiones que estuvieron por encima de la media, y en menor medida el factor salud, con valores muy cercanos a la media. Fue el factor apariencia el que obtuvo los valores más bajos de los tres grupos. El grupo en cuanto a las variables sociodemográficas, se observa un mayor porcentaje del sexo femenino con respecto al masculino. Igualmente se aprecia una mayor proporción de participantes adultos que superan los 55 años de edad, enlazado con mayores puntuaciones de usuarios con trabajo y desempleados. Se caracterizó por obtener un porcentaje más elevado en practicar la actividad en la zona de piscina. En cuanto al tiempo de práctica el grupo destacó por realizar la actividad entre 46 y 90 minutos, 3 o 4 veces a la semana, teniendo los usuarios una antigüedad en el centro superior a 3 años.

El conglomerado 2, el clúster intermedio, destacó por ser el grupo más motivado, al encontrarse todos los factores por encima de la media, predominando el factor competencia, salud y diversión. En cuanto a las variables sociodemográficas se observa un leve matiz del sexo masculino con respecto al femenino. Igualmente se aprecia una mayor proporción de participantes jóvenes, entre los 16 y 34 años, con trabajo. Destacó por obtener un porcentaje elevado en las actividades dirigidas fitness como zona de práctica. Teniendo en cuenta el tiempo de práctica, el grupo se desplazaba al centro 5 o 6 veces a la semana entre 46 y 90 minutos diarios, teniendo los usuarios una antigüedad en el centro superior a 3 años.

El conglomerado 3, el clúster menos numeroso, se caracterizó por una motivación apoyada en el factor apariencia y en menor medida la salud y la competencia. Fue el factor social el que obtuvo los valores más bajos de los tres grupos. En cuanto a las variables sociodemográficas se aprecia una mayor proporción del sexo masculino con respecto al sexo femenino. Se caracterizó por un elevado número de usuarios jóvenes estudiantes entre los 16 y 34 años. Asimismo destacó por un alto porcentaje de participantes que practicaban actividades físico-deportivas en la sala de musculación. En cuanto al tiempo de práctica, el grupo se trasladaba al centro 3 o 4 veces a la semana entre 46 y 90 minutos diarios, teniendo los usuarios una antigüedad en el centro

superior a 3 años.

DISCUSIÓN

Debido a la importancia que tiene prestar atención a los aspectos motivacionales de los usuarios, por su influencia en la adherencia a la práctica físico-deportiva (Gutiérrez, 2004), se planteó como objetivo del estudio, definir los perfiles de los usuarios de un centro deportivo en Murcia y los motivos que le llevan a la realización de sus actividades físico-deportivas, relacionando así los diferentes perfiles motivacionales con la ocupación del usuario, el tiempo, la zona de práctica, el sexo y la edad.

Teniendo en cuenta los resultados obtenidos del análisis descriptivo sobre los motivos que llevan a los usuarios de un centro deportivo a la práctica de actividad físico-deportiva, apreciamos como es el factor salud el que prevalece para la práctica, seguido muy de cerca por el factor disfrute. Esto no es novedoso ya que coincide con otros estudios realizados con muestras similares, que practicaban actividades físicas no competitivas (Moreno et al., 2007; Moreno, Martínez, González-Cutre, & Marcos, 2009; Nuviala et al., 2013a; Nuviala et al., 2014; Ponce, Oviedo, Bueno & Munguía, 2015)

Además, se observa cómo el predominio de ambos factores concuerda con estudios llevados a cabo con practicantes universitarios (García, Herazo & Tuesca, 2015). No nos asombra teniendo en cuenta que Hellín, Moreno y Rodríguez (2004), indicaban que para la mayoría de los habitantes de la región de Murcia realizar actividades físico-deportivas es un hábito que mantiene y mejora la salud.

Aquellas razones que menos interesan a los usuarios para la realización de actividades físico-deportivas son la apariencia y las relaciones sociales, coincidiendo de nuevo con la literatura revisada (Moreno et al., 2007; Moreno et al., 2009). Por otro lado diferentes estudios señalan que se da prioridad a las relaciones sociales antes que a la competencia (Nuviala et al., 2013a; Nuviala et al., 2014), siendo incluso la razón social la que más les motiva (Granero-Gallegos, Gómez-López, Abraldes & Rodríguez-Suárez, 2011).

Este resultado era esperado ya que coincidimos con los obtenidos en las encuestas sobre hábitos deportivos de los españoles de García (2015), donde



se evidencia que los motivos más habituales a la hora de practicar actividades físico-deportivas son estar en forma, por diversión o entretenimiento y por motivos de salud. Además estos motivos se vinculan con la búsqueda de bienestar y calidad de vida y benefician la unión con el ejercicio físico (Nuviala et al., 2013a). Asimismo el motivo apariencia es el menos valorado por la muestra analizada, lo que rebate el interés que ha ido adquiriendo valores como la estética en la sociedad posmoderna (Granero-Gallegos et al., 2011)

El análisis de conglomerados descubrió diferencias significativas ($p < 0.001$) entre los tres grupos, en relación a las variables sociodemográficas de sexo, edad, ocupación, zona de práctica de ejercicio físico y tiempo de práctica diaria, semanal y total. Estos resultados no son innovadores, ya que otros autores resaltaron como elementos determinantes para la práctica físico-deportiva las variables sexo, edad y tiempo de práctica (Moreno et al., 2007; Nuviala et al., 2014).

A partir de la revisión bibliográfica realizada, hay que destacar que tan solo hemos hallado tres estudios realizados en España con una muestra similar a la nuestra y que hayan realizado este mismo tratamiento estadístico. Nos estamos refiriendo a los estudios de Nuviala et al. (2013a) y Nuviala et al. (2014) que contaban con más de 2000 usuarios de servicios deportivos andaluces y el trabajo de Moreno et al. (2009) con más de 750 practicantes en la Región de Murcia.

El primer conglomerado formado por mujeres adultas con trabajo, cuya zona preferida era la piscina, destacaron por un interés apoyado en los factores de diversión y social. Atendiendo al estudio de Moreno et al. (2009) apreciamos cómo los usuarios que utilizan el medio acuático obtienen puntuaciones altas en el factor disfrute, sin embargo es en el factor social en el que obtienen las menores. Esto puede venir provocado al no tener en cuenta la variable edad, ya que como se aprecia en el estudio de Ruiz, García y Díaz (2007) las mujeres con edades entre 45 y 64 años les interesa la práctica físico-deportiva por el motivo salud, mientras que los mayores de 65 años realizan la práctica por razones sociales y por el hecho de que sus amistades también las realizan. Por otro lado, no coincidimos con los resultados hallados por Nuviala et al. (2013a) y Nuviala et al. (2014), en los cuales en el grupo en el que prevalecen los

motivos de disfrute y sociales, existe una mayor proporción de hombres y de practicantes con edades menores de 15 años. Esto puede venir provocado por el tamaño de nuestra muestra y el acotar la edad mínima analizada (16 años), siendo estas dos, las principales debilidades del trabajo. Si obviamos este estrato de edad existen mayores coincidencias, siendo los usuarios adultos (>45) los más numerosos. Este hecho concuerda con el trabajo realizado por De Gracia y Marcó (2000) que afirman que en edades adultas las actividades físico-deportivas, son un factor de satisfacción y disfrute, pudiendo intervenir como un elemento de integración social.

El segundo conglomerado formado por jóvenes con trabajo, cuya zona preferida de práctica era la de fitness, destacaron por un interés apoyado en todos los factores, aunque principalmente en los de competencia, disfrute y salud. Estos datos son corroborados en el estudio de Moreno et al. (2007), donde los usuarios del sexo masculino y con edades de entre 24 y 35 años realizaban actividad físico-deportiva por estos mismos motivos. Si lo comparamos con el estudio de Nuviala et al. (2013a) y Nuviala et al. (2014) apreciamos grandes coincidencias, siendo los jóvenes con un leve matiz del sexo masculino los más interesados en realizar actividades físico-deportivas por salud y disfrute. Asimismo, en el trabajo de Moreno et al. (2009), los usuarios que practican actividades físico-deportivas en el medio terrestre obtienen unas puntuaciones superiores a los usuarios del medio acuático, destacando los motivos de salud, diversión y competencia. Otro estudio en el que encontramos resultados similares es el realizado por Gómez (2005), en el que se halló que los principales motivos del alumnado almeriense de secundaria postobligatoria y de la Universidad de Almería para practicar actividades físico-deportivas están relacionados por un lado con el gusto por el deporte y el ejercicio físico y la diversión y estado de relax que crea su práctica, y por otro con aquellas razones que tienen que ver con el mantenimiento y mejora de la condición física y el estado de salud.

Por último, el tercer conglomerado estaba formado por varones jóvenes cuya zona preferida de práctica era la de musculación y su ocupación era la de estudiante. Este grupo se caracteriza por un interés apoyado en los factores de apariencia y salud, lo que



viene unido a su juventud. Estos resultados no pudimos compararlos con los encontrados por Nuviala et al. (2014), al no contar con ningún grupo similar al nuestro, pero sí con el realizado por Nuviala et al. (2013a) donde se aprecian grandes diferencias, ya que el grupo donde destacan los factores de salud y apariencia está formado por mujeres mayores de 45 años. Tampoco coincidimos con el estudio de Moreno et al. (2009) donde es el factor apariencia el menos puntuado en las actividades físico-deportivas realizadas en el medio terrestre. Esto último pudo ser provocado por las razones descritas anteriormente, al no acotar la edad mínima de la muestra estudiada. Sin embargo Moreno et al. (2007) afirman que los participantes más jóvenes dan mayor importancia a la apariencia. Estos datos son similares a los obtenidos por Hellín et al. (2004) con los habitantes de la Región de Murcia de edades comprendidas entre los 15 y los 40 años. Estos habitantes afirmaron preocuparse sobre todo por la estética corporal. Sin embargo García et al. (2007) afirma que los universitarios activos practican la actividad física por motivos de salud y diversión, siendo los factores que menos les inspiran el mantener la apariencia física y la competencia. Resultados similares a los hallados por Gómez (2005) en el que las mujeres practican sobre todo por el mantenimiento o mejora de su salud y el estar en forma, mientras que los hombres practican por el placer de hacer deporte y la diversión que este le crea.

Finalmente resaltar que el presente estudio aporta a los centros deportivos información acerca de la proporción relativa de usuarios con un perfil motivacional determinado y los factores motivacionales característicos de estos perfiles. Diferentes autores señalan que esta información puede ayudar a los gestores y promotores de servicios deportivos a entender la complejidad de la motivación de los usuarios (Granero-Gallegos et al., 2011; Luna-Arocasa & Li-Ping Tangb, 2005; Moreno et al., 2007; Nuviala et al., 2013a; Rial, Alonso, Rial, Picón & Varela, 2009; Sicilia et al., 2009).

Por otro lado, resaltar que una de las principales fortalezas de este estudio son las características sociodemográficas que se han analizado, al incluir variables que ningún otro estudio ha considerado hasta el momento, como son el tiempo total del

usuario en el centro o la ocupación. Además se han ampliado las zonas analizadas de práctica de actividades físico-deportivas con respecto a anteriores estudios (Moreno et al., 2007; Nuviala et al., 2013a).

Con respecto a las limitaciones del estudio, destacar como ya se ha comentado previamente el tamaño de la muestra analizada y el acotamiento de la edad mínima de los practicantes, lo que ha supuesto grandes complicaciones a la hora de comparar nuestro estudio con otros de muestras similares. Como consecuencia de todo lo anterior es imprescindible la realización de futuros trabajos que profundicen en este objeto de estudio, con una mayor muestra de practicantes de actividades físico-deportivas no competitivas. Sería muy interesante también el poder conocer cómo afecta el tipo de práctica físico-deportiva realizada en los diferentes perfiles de usuarios.

CONCLUSIONES

Los diferentes perfiles motivacionales existentes entre los usuarios del centro deportivo estudiado se caracterizan por: el más numeroso es el primer perfil compuesto sobre todo por mujeres en activo, la zona preferida es la piscina y las razones de práctica son sociales y la diversión. Un segundo perfil donde prima el hacer ejercicio físico por competencia, salud y diversión, compuesto en su mayoría por hombres en activo y cuya zona de práctica es la sala de fitness. Por último el tercer perfil, el menos numeroso, motivado sobre todo por la apariencia, donde destacan los hombres jóvenes y los estudiantes, siendo la sala de musculación la preferida por la mayoría para hacer ejercicio físico.

REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

1. Afthinos, Y., Theodorakis, N. D., & Nassis, P. (2005). Customers' expectations of service in Greek fitness centers: Gender, age, type of sport center, and motivation differences. *Managing Service Quality: An International Journal*, 15(3), 245-258.
2. Allender, S., Cowburn, G., & Foster, C. (2006). Understanding participation in sport and physical activity among children and adults: a



- review of qualitative studies. *Health Education Research*, 21(6), 826-835
3. Bauman, A., Reis, R., Sallis, J., Wells, J., Loos, R., & Martín, B. (2012). Correlates of physical activity: why are some people physically active and others not? *The Lancet*, 380(9838), 258-271.
 4. Caspersen, C., Powell, K., & Christenson, G. (1985). Physical Activity, Exercise, and Physical Fitness: Definitions and Distinctions for Health-Related Research. *PublicHealthReports*, 100(2), 126-131.
 5. De Gracia, M., & Marcó, M. (2000). Efectos psicológicos de la actividad física en personas mayores. *Psicothema*, 12(2), 285-292.
 6. Deci, E., & Ryan, R. (1985). The general causality orientations scale: Self-determination in personality. *Journal of Research in Personality*, 19(2), 109-134.
 7. Deci, E., & Ryan, R. (2008). Self-determination theory: A macrotheory of human motivation, development, and health. *Canadian Psychology*, 49(3), 182-185.
 8. Delgado, M., & Tercedor, P. (1998). Actividad física para la salud: reflexiones y perspectivas. En F. Ruiz, A. García & A. Casimiro (Eds.) *Actas del II Congreso Internacional "Nuevos horizontes en la Educación Física y el Deporte escolar"* (pp. 35-44). Málaga: IAD.
 9. Egli, T., Bland, H., Melton, B., & Czech, D. (2011). Influence of age, sex, and race on college students' exercise motivation of physical activity. *Journal of American College Health*, 59(5), 399-406.
 10. Frederick, C., & Ryan, R. (1993). Differences in motivation for sport and exercise and their relations with participation and mental health. *Journal of Sport Behavior*, 16(3), 124-147.
 11. García, F., Herazo, Y., & Tuesca, R. (2015). Factores sociodemográficos y motivacionales asociados a la actividad física en estudiantes universitarios. *Revista Médica de Chile*, 143(11), 1411-1418.
 12. García, M. (2015). *Encuesta de hábitos deportivos en España 2015*. Madrid: Ministerio de Educación, Cultura y Deporte.
 13. Gómez, M. (2005). *La actividad físico-deportiva en los centros almerienses de Educación Secundaria Postobligatoria y en la Universidad de Almería. Evolución de los hábitos físico-deportivos de su alumnado*. Almería: Servicio de Publicaciones de la Universidad de Almería.
 14. Goñi, E., & Infante, G. (2010). Actividad físico-deportiva, autoconcepto físico y satisfacción con la vida. *European Journal of Education and Psychology*, 3(2), 199-208.
 15. Granero-Gallegos, A., Gómez-López, M., Abalde, J. A., & Rodríguez-Suárez, N. (2011). Motivos de práctica en el ámbito de la actividad física no competitiva. *Espiral. Cuadernos del Profesorado*, 4(7), 15-22
 16. Gutiérrez, M. (2004). El valor del deporte en la educación integral del ser humano. *Revista de Educación*, 335, 105-126.
 17. Hellín, P., Moreno, J. A., & Rodríguez, P. L. (2004). Motivos de práctica físico-deportiva en la Región de Murcia. *Cuadernos de psicología del deporte*, 4(1-2), 101-116.
 18. Latiesa, M., Martos, C., & Paniza, J. L. (2001). Deporte y cambio social en el umbral del siglo XXI. En S. Aznar (Coord.) *Adherencia a la actividad física* (pp. 83-92). Madrid: ESM
 19. Luna-Arocas, R., & Li-Ping Tang, T. (2005). The use of cluster analysis to segment clients of a sport center in Spain. *European Sport Management Quarterly*, 5(4), 381-413.
 20. Molinero, O., Salguero, A., & Márquez, S. (2011). Autodeterminación y adherencia al ejercicio: estado de la cuestión. *Revista Internacional de Ciencias del Deporte*, 7(25), 287-304
 21. Moreno, J. A., Cervelló, E., & Martínez, A. (2007). Validación de la escala de medida de los motivos para la actividad física-revisada en



- españoles: diferencias por motivos de participación. *Anales de Psicología*, 23(1), 167-176.
22. Moreno, J. A., Martínez, C., & Alonso, N. (2006). Actitudes hacia la práctica físico-deportiva según el sexo del practicante. *Revista Internacional de Ciencias del Deporte*, 2(3), 20-43.
 23. Moreno, J. A., Martínez, C., González-Cutre, D., & Marcos, P. (2009). Perfiles motivacionales de practicantes en el medio acuático frente al medio terrestre. *Revista Internacional de Medicina y Ciencias de la Actividad Física y el Deporte*, 9(34), 201-216
 24. Moreno-Murcia, J. A., Sicilia, A., Sáenz-López, P., González-Cutre, D., Almagro, B. J., & Conde, C. (2014). Análisis motivacional comparativo en tres contextos de actividad física. *Revista Internacional de Medicina y Ciencias de la Actividad Física y el Deporte*, 14(56), 665-685.
 25. Muyor, J. M., Águila, C., Sicilia, A., & Orta, A. (2009). Análisis de la motivación autodeterminada en usuarios de centros deportivos. *Revista Internacional de Medicina y Ciencias de la Actividad Física y el Deporte*, 9(33), 67-80.
 26. Niemiec, C., Ryan, R., & Deci, E. (2009). The path taken: Consequences of attaining intrinsic and extrinsic aspirations in post-college life. *Journal of Research in Personality*, 43(3), 291-306.
 27. Nuviala, A., Tamayo, J. A., Nuviala, R., Pereira, E., & Carvalho, J. (2012). Predicción del abandono deportivo en la adolescencia a través del estudio de la calidad percibida. *Movimiento*, 18(1), 221-239.
 28. Nuviala, A., Gómez-López, M., Grao-Cruces, A., Granero-Gallegos, A., & Nuviala, R. (2013a). Perfiles motivacionales de usuarios de servicios deportivos públicos y privados. *Universitas Psychologica*, 12(2), 421-431.
 29. Nuviala, A., Grao-Cruces, A., Teva-Villén, R., Pérez-Turpin, J. A., Pérez-Ordás, R., & Tamayo-Fajardo, J. A. (2013b). Duration of membership at sports centers and reasons form quitting. *Perceptual & Motor Skills*, 117(3), 733-741.
 30. Nuviala, R., Teva-Villén, M. R., Pérez-Ordás, R., Grao-Cruces, A., Tamayo, J. A., & Nuviala, A. (2014). Segmentación de usuarios de servicios deportivos. *Retos. Nuevas tendencias en Educación Física, Deporte y Recreación*, 25, 90-94
 31. Pate, R., Pratt, M., Blair, S., Haskell, W., Macera, C., Bouchard, C.,... & Wilmore, J. (1995). Physical activity and public health: a recommendation from the Centers for Disease Control and Prevention and the American College of Sports Medicine. *The Journal of the American Medical Association*, 273(5), 402-407.
 32. Ponce, Y. M., Oviedo, M. Á., Bueno, J., & Munguía, D. (2015). Motivos de práctica de natación en la población adulta de la mancomunidad del norte de Gran Canaria: diferencias entre sexo, grupos de edad e índice de masa corporal. *Movimiento Humano*, 7, 79-91.
 33. Rial, A., Alonso, D., Rial, J., Picón, E., & Varela, J. (2009). Un intent de segmentació integral dels usuaris de centres esportius. *Apunts. Educación Física y Deportes*, 95, 82-91.
 34. Rodríguez-Romo, G., Boned-Pascual, C., & Garrido-Muñoz, M. (2009). Motivos y barreras para hacer ejercicio y practicar deportes en Madrid. *Revista Panamericana de Salud Pública*, 26(3), 244-254.
 35. Ruiz, F., García, M. E., & Díaz, A. (2007). Análisis de las motivaciones de práctica de actividad física y de abandono deportivo en la ciudad de La Habana (Cuba). *Anales de Psicología*, 23(1), 152-166.
 36. Ryan, R., Frederick, C., Lepes, D., Rubio, N., & Sheldon, K. (1997). Intrinsic motivation and



- exercise adherence. *International Journal Sport of Psychology*, 28(4), 335-354.
37. Sicilia, A., Águila, C., Muyor, J. M., Orta, A., & Moreno, J. A. (2009). Perfiles motivacionales de los usuarios en centros deportivos municipales. *Anales de Psicología*, 25(1), 160-168.
 38. Sicilia, Á., González-Cutre, D., Artés, E., Orta, A., Casimiro, A., & Ferriz, R. (2014). Motivos de los ciudadanos para realizar ejercicio físico: un estudio desde la teoría de la autodeterminación. *Revista Latinoamericana de Psicología*, 46(2), 83-91.
 39. Stephen, M., Christine, R., Jhon, T., Nissa, G., & Owen, N. (2010). Physiological and health implications of a sedentary lifestyle. *Applied Physiology, Nutrition, and Metabolism*, 35(6), 725-740.
 40. Teva-Villén, M. R., Pérez-Ordás, R., Grao-Cruces, A., Tamayo-Fajardo, J. A., Nuviala, R., & Nuviala, A. (2014). Abandono de usuarios en un centro deportivo español: segmentación. *Movimento*, 20(2), 619-635.