

Moral-García, J.E.; Román-Palmero, J.; López García, S.; García-Cantó, E.; Pérez-Soto, J.J.; Rosa-Guillamón, A. y Urchaga-Litago, J.D. (2021) Self-Esteem and Sports Practice in Adolescents. Revista Internacional de Medicina y Ciencias de la Actividad Física y el Deporte vol. 21 (81) pp. 157-174 [Http://cdeporte.rediris.es/revista/revista81/artcantidad1234.htm](http://cdeporte.rediris.es/revista/revista81/artcantidad1234.htm)
DOI: <https://doi.org/10.15366/rimcafd2021.81.011>

ORIGINAL

AUTOESTIMA Y PRÁCTICA DEPORTIVA EN ADOLESCENTES

SELF-ESTEEM AND SPORTS PRACTICE IN ADOLESCENTS

Moral-García, J.E.¹; Román-Palmero, J.²; López García, S.¹; García-Cantó, E.³; Pérez-Soto, J.J.³; Rosa-Guillamón, A.³ y Urchaga-Litago, J.D.⁴

¹ Doctores en Ciencias de la Actividad Física y del Deporte. Profesor del departamento de Ciencias Actividad Física y Deporte, Facultad de Educación, Universidad Pontificia de Salamanca (España) jemoralga@upsa.es, slopezga@upsa.es

² Graduado en ciencias de la Actividad Física y del Deporte (España) jorgeromi@hotmail.com

³ Doctores en Ciencias de la Actividad Física y del Deporte. Profesor didáctica de la Educación Física, Plástica y Musical, Facultad de Educación, Universidad de Murcia (España) eliseo.garcia@um.es, jupeso@hotmail.com, andres.rosa@um.es

⁴ Doctor en Ciencias de la Actividad Física y del Deporte. Profesor de la Facultad de Psicología, Universidad Pontificia de Salamanca (España) jdurchagali@upsa.es

Código Unesco / UNESCO Codes: 2411.99 Actividad Física y Salud / Physical activity and health; 6310.09 Calidad de vida / Quality of Life; 6102 Psicología del niño y del adolescente / Adolescent and child psychology; 6102.01 Psicología del deporte

Consejo de Europa: 15. Psicología del deporte, 4. Educación Física y deporte comparado;

Recibido 29 de marzo de 2019 **Received** March 29, 2019

Aceptado 7 de octubre de 2019 **Accepted** October 7, 2019

RESUMEN

El estudio planteó como objetivos analizar la autoestima y su relación e influencia con la práctica deportiva, género y edad de los escolares. La muestra estuvo compuesta por 715 adolescentes, de entre 12 y 16 años (54.12% mujeres), clasificados en sedentarios, practicantes deportes individuales y practicantes deportes colectivos. Para los sujetos activos se diseñó un programa de intervención de 16 semanas de duración. Se utilizaron la Rosenberg Self Esteem Scale y el international questionnaire MVPA. La mayor autoestima corresponde con la autoestima positiva, evidenciándose diferencias significativas favorables a los hombres y a los adolescentes activos físicamente. Los adolescentes practicantes de deportes colectivos presentan mayor autoestima que los

practicantes de deportes individuales. Concluyendo que la cantidad y el tipo de deporte practicado modulan la autoestima. La edad no es un factor determinante y el sexo sí influye en la autoestima. Se confirma el modelo bifactorial de la Rosenberg Self Esteem Scale.

PALABRAS CLAVE: Autoestima; actividad física; análisis psicométrico; regresión lineal.

ABSTRACT

The study aimed to analyze self-esteem and its relationship and influence with sports, gender and age of schoolchildren. The sample consisted of 715 adolescents, between 12 and 16 years old (54.12% women), classified as sedentary, practicing individual sports and practicing collective sports. For the active subjects, a 16-week intervention program was designed. The Rosenberg Self Esteem Scale and the international questionnaire MVPA were used. The highest self-esteem corresponds to positive self-esteem, showing significant differences favorable to men and physically active adolescents. Teenagers who practice collective sports have greater self-esteem than do individual sports practitioners. Concluding that the amount and type of sport practiced modulate self-esteem. Age is not a determining factor and sex does influence self-esteem. The two-factor model of the Rosenberg Self Esteem Scale is confirmed.

KEY WORD: Self-esteem; physical activity; psychometric analysis; linear regression.

INTRODUCCIÓN

La autoestima ha sido ampliamente analizada, pero no por ello deja de ser un tema interesante de estudiar por las controversias que la rodean, que abarcan desde aspectos conceptuales hasta metodológicos (Caballo, Salazar y Equipo de Investigación CISO-A España, 2018). Conceptualmente, la autoestima se puede definir como el juicio que cada persona emite sobre sí misma (Espinoza, Rodríguez, Gálvez, Vargas y Yáñez, 2011; Reber, Reber y Allen, 2010; Simkin, Azzollini y Voloschin, 2014), valoración que puede ser positiva o negativa y que puede fluctuar por las circunstancias que envuelvan a la persona (Marsh y O'Mara, 2008; Rosenberg, 1965). Es considerado un concepto multidimensional, donde variables como la familia, amigos, trabajo o la pareja influyen en la conformación de esa percepción personal (Gálvez y cols., 2015; Wood, Tesser y Holmes, 2013). En el ámbito escolar aspectos como rendimiento académico, físico y componente social también tienen relevancia (Swanepoel, Surujlal y Dhurup, 2015). A pesar de que hay estudios que indican que la autoestima positiva suele ser superior a la negativa en los adolescentes (Garaigordobil, Pérez y Mozaz, 2008; Martín-Albo, Nuñez, Navarro y Grijalvo, 2007; Salvador, García-Gálvez y De la Fuente, 2010; Vázquez, Vázquez-Morejón y Bellido, 2013), sigue siendo importante desarrollar una autoestima elevada y positiva, ya que puede influir sobre el bienestar psicológico y satisfacción de vida (Hewstone,

Stroebe y Jonas, 2008), mejorando así la autopercepción personal y física (Curran, 2012; Haugen, Ommundsen y Seiler, 2013).

La adolescencia es una etapa crucial, ya que en estos años se generan los hábitos y estilos de vida saludable, que tiene su reflejo en la edad adulta (Ahamed y cols., 2016). De hecho, la edad juega un papel muy importante en la autoestima, produciéndose un descenso de la autoestima general a medida que los niños se aproximan a la adolescencia (Robins, Tresniewski, Tracy, Goling y Potter, 2002). En la adolescencia la autoestima atraviesa por un periodo de inestabilidad, puesto para los adolescentes el aspecto físico y su semejanza con los ideales de belleza socialmente aceptados son muy importantes a la hora de tener una percepción positiva de sí mismos (Van der Berg, Mond, Eisinger, Ackard y Neumark-Sztainer, 2010).

A pesar de que existen evidencias de que la práctica físico-deportiva mejora la autoestima (Ahmed, Mladenovic, Ho, Lee y Khan, 2014; Revuelta, Esnaloa y Goñi, 2016; Wagnsson, Lindwall, y Gustafsson, 2014), y se relaciona positivamente con la competencia percibida, en la adolescencia se produce un descenso en la práctica (Altıntaş, et al., 2014), obviando que ser activo físicamente puede mejorar el bienestar psicológico de la persona, siempre y cuando dicha práctica se desarrolle dentro de un contexto y con unas características determinadas, en cuanto a frecuencia, intensidad, duración, tipo de ejercicio, etc. (Ahamed, 2013; Altıntaş, cols., 2014). De igual manera, los adolescentes que se sienten poco satisfechos con su cuerpo presentan niveles más bajos de autoestima (Chen, Fox, Haase y Ku, 2010; Mickūnienė, Pajaujienė y Jankauskienė, 2014; Morano, Colella, Robazza, Bortoli y Capranica, 2011). D'Anna, Rio y Gómez (2015) determinaron que los adolescentes activos tenían mayor autoestima que los sedentarios, pero no hallaron diferencias entre el tipo de deporte practicado (individual y colectivo). Parámetros relacionados con la autoestima, como puede ser la autoconfianza, no manifiestan un claro consenso con respecto al tipo de deporte practicado, si bien hay estudios que relacionan mayores niveles de autoconfianza con deportes colectivos Zeng (2003) y otros en deportes individuales (Fradejas, Espada y Garrido, 2017; Radzi, Yusof y Zakaria, 2013; Sagar y Jowett, 2012).

La autoestima también puede verse afectada negativamente por las diferencias de género asociadas al descenso en la práctica deportiva, sobre todo entre las mujeres (Zaborskis y Raskilas, 2011), encontrándose mayores niveles de autoconfianza en los hombres en deportes individuales (Fradejas y Espadas, 2018). De hecho, Ahamed (2013) encontró que los adolescentes activos sentían mejor bienestar personal que los inactivos, fundamentalmente en los hombres. Estas diferencias se instalan desde la infancia cuando los niños practican los deportes socialmente asociados a los roles de género (Eime cols., 2013; Telford cols., 2016), por la presión que ejerce la sociedad al respecto de la imagen corporal (Latorre-Román, López, Izquierdo y García-Pinillos, 2018). Para superar estos estigmas sociales, y favorecer la práctica deportiva femenina, es necesario programar rigurosamente la actividad, hacerla más atractiva y ajustada a sus intereses y necesidades (Swanepoel, Surujal y Dhurup, 2015).

Resulta necesario, si se quiere investigar sobre la autoestima, saber evaluarla con los instrumentos adecuados. Como señalan Caballo, Salazar y Equipo de Investigación CISO-A España (2018) hay diferentes métodos de evaluar la autoestima, indirectos como el test de asociación implícita (Graenwald, McGhee y Schawart, 1998), o autoinformes como la Escala Rosenberg de Autoestima (Rosenberg Self-Esteem Scale, RSES; Rosenberg, 1965), la cual ha sido ampliamente utilizada a nivel internacional y validada su consistencia interna en diversos grupos poblacionales como adolescentes, universitarios y adultos (Atienza, Moreno y Balaguer, 2000), presentando una elevada consistencia interna (DiStefano y Molt, 2006; Lindwall cols., 2012; Moral, Valle, García y Pérez, 2014).

Aunque la autoestima y la práctica deportiva han sido analizadas con anterioridad, no existe información suficiente que relacione la autoestima con la modalidad físico-deportiva practicada. Por tanto, los objetivos del presente trabajo son estudiar las diferencias de la autoestima en función de la práctica deportiva, tipo de deporte, edad y sexo. Como hipótesis de trabajo se plantearon que: las personas que realizan actividad física (AF) tienen una mayor autoestima que los sedentarios; la autoestima es superior entre los practicantes de deportes colectivos en comparación a los de individuales; el incremento de la edad de las personas reduce su autoestima; los hombres tienen mayor autoestima que las mujeres.

MÉTODO

Diseño y participantes

Se trata de un cuasi-experimental y comparativo, con tres grupos aleatorizados, un grupo control y dos grupos experimentales. Participaron un total de 715 alumnos españoles (54.12% chicas) de edades comprendidas entre 12 y 16 años (14.22 ± 1.59 años). Se trabajó con un error $< .03$, con un nivel de confianza del 95%. Todos los participantes pertenecían a 9 centros de Educación Secundaria Obligatoria (ESO) situados en zonas urbanas (Castilla y León, Andalucía y Madrid). En este trabajo consideramos entornos urbanos a las localidades con más de 10.000 habitantes. Los alumnos participantes fueron distribuidos en tres grupos (figura 1): grupo control (GC), todos sedentarios; grupo experimental deportes individuales (GEDI); grupo experimental deportes colectivos (GEDC).

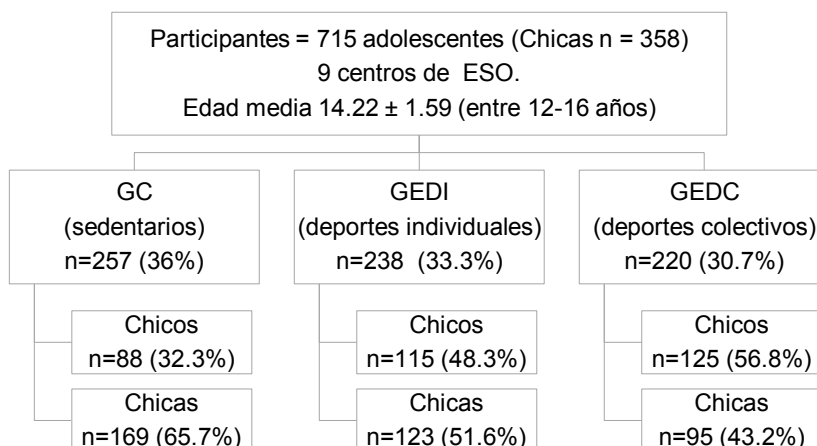


Figura 1. Flujo de participantes según el nivel de práctica de AF (grupo control, grupo experimental deportes individuales y grupo experimental deportes colectivos) y sexo.

El seguimiento del trabajo realizado por los alumnos, así como la administración de todas las pruebas y test fue supervisado por el investigador principal, y desarrollado en la práctica por profesores especialistas en educación física, con al menos diez años de experiencia docente, y que habían sido debidamente entrenados con los diferentes instrumentos y materiales utilizados en esta investigación.

Instrumentos

Cuestionarios práctica de AF. Para evaluar el nivel de práctica de AF, se utilizó el International cuestionario “MVPA” (Prochaska, Sallis y Long, 2001). Este instrumento está compuesto por dos ítems que recogen información sobre los días a la semana que se hace al menos una hora de AF de moderada a vigorosa, tanto en la semana anterior como en una semana típica. La escala de respuesta para ambos fue la misma (0=ningún día, 1=un día, 2=dos días, 3=tres días, 4=cuatro días, 5=cinco días, 6=seis días, y 7=siete días). En ese estudio se utilizaron los dos ítems, hallándose la media de ambos, al igual que se hizo en estudios anteriores (Martínez-López cols., 2015; Martínez-López, Cerceda, Manzano y Ruiz-Ariza, 2018). Se halló la consistencia interna del cuestionario dando valores elevados (Alpha de Cronbach = .881). Este cuestionario sirvió para hacer dos agrupamientos iniciales de AF baja (sedentarios) y nivel de práctica de AF moderado-vigorosa (activos).

Cuestionario de autoestima. Para analizar la autoestima se utilizó Rosenberg Self Esteem Scale (RSES) originaria de Rosenberg (1965), en concreto la versión adaptada al español de Atienza, Moreno y Balaguer (2000). Este instrumento consta de 10 afirmaciones que describen los sentimientos que tiene una persona sobre ella misma, empleando una escala tipo Likert con 4 opciones de respuestas (desde 1: Muy en desacuerdo hasta 4: Muy de acuerdo). Se asigna el puntaje inverso a las afirmaciones direccionadas negativamente (ítems 2, 5, 8, 9 y 10). Coincidiendo con Caballo, Salazar y CISO-A España (2018), este reparto de ítems provoca en algunas ocasiones diferentes estructuras factoriales, siendo conscientes que hay una mayor tendencia a tratar la escala

desde la unidimensionalidad (Aluja, Rolland, García y Rossier, 2007), aunque no se puede negar que la propia estructura factorial de RSES no es sencilla, pudiendo esto afectar a la propia interpretación de las respuestas emitidas los encuestados. A pesar de todo, diferentes estudios han acreditado una elevada fiabilidad con alfas de Cronbach de .81 (Cheng, Zhang y Ding, 2015), 0.88 (Fleming y Courtney, 1984) y una aceptable fiabilidad test-retest de 0.82 (Fleming y Courtney, 1984). Los valores teóricos fluctúan entre 10 (baja autoestima) y 40 (alta autoestima). La fiabilidad de la escala en la versión española (Atienza, Balaguer y Moreno, 2000) es de .80, y la consistencia interna de la escala se encuentra entre .76 y .87.

Procedimiento

El estudio se ajustó a la normativa legal vigente española que reglamenta la investigación en seres humanos (Real Decreto 561/1993), respetando en todo momento la ley de protección de datos de carácter personal (Ley Orgánica 15/1999) y cumpliendo siempre con las directrices éticas establecidas en la Declaración de Helsinki (revisión de 2013). Se informó mediante carta al centro escolar y a los padres; posteriormente se recibió consentimiento informado de los padres o tutores legales y el visto bueno por parte del centro.

Como criterios de exclusión se establecieron contestar de forma incompleta a todos los cuestionarios, no presentar la autorización parental o tutor legal, mostrar algún tipo de enfermedad durante el periodo de estudio incompatible con la práctica de AF o no cumplimentar el programa en la totalidad de las semanas estipuladas. En todo momento se garantizó el anonimato de los participantes puesto que se trabajó con un sistema de códigos, lo cual favorecía la confidencialidad de las respuestas emitidas. También se realizó un seguimiento de los participantes, aplicando análisis de attrition que ayuda a identificar qué participantes se han retirado del estudio y cuáles han formado parte durante todo el proceso.

El cuestionario MVPA permitió identificar a los participantes que no practicaban AF de forma regular o dicha práctica era esporádica y siempre inferior a un día a la semana, lo cual permitió elegir a los alumnos sedentarios (GC) y tras esta evaluación inicial se crearon los grupos experimentales (GEDI y GEDC). Se diseñó un programa de trabajo para ambos grupos experimentales, durante 16 semanas, hicieron 3 sesiones semanales, de al menos 60 minutos de AF, cada uno de ellos en la modalidad deportiva correspondiente (deportes individuales o deportes colectivos). El terreno de juego fue una pista polideportiva de 40x20 metros. Las sesiones de práctica estuvieron dirigidas por profesores de educación física. Al grupo control se les indicó que no alterasen su rutina diaria, que siguieran siendo sedentarios.

Para verificar que en todo momento se había cumplido con el programa de trabajo previsto, se pidió a los participantes que semanalmente, y de forma individual, antes de irse a dormir el domingo, cumplimentaran una hoja de registro con las sesiones semanales de deporte individual o colectivo practicado, así durante las 16 semanas que duró el estudio. Posteriormente, en horario de

tutoría, el investigador responsable cotejaba esa hoja de registro (de la semana anterior) con cada alumno y tras pasaba esa información a su propia base de datos. Este registro se hacía de forma individual con cada alumno y el tiempo aproximado era de unos 5 minutos. De esta manera se comprobó si la totalidad de la muestra final había cumplido con los requisitos de participación contemplados en los criterios de inclusión (análisis de attrition); los alumnos que no cumplieron con el trabajo previsto en alguna semana fueron apartados del estudio. Los cuestionarios que hubo que cumplimentar fueron administrados por un mismo investigador dentro de una sola sesión, de 20 minutos de duración, en el horario habitual de clase. Se ofrecieron unas breves instrucciones y se aseguró a los participantes la confidencialidad de las respuestas emitidas. La participación fue totalmente voluntaria. Los encuestados no recibieron ninguna compensación académica o monetaria por su contribución. Para evitar la posibilidad de que las respuestas de los entrevistados fueran condicionadas, se estableció el sistema de códigos que garantizaba en todo momento el anonimato y confidencialidad de los participantes

Análisis de datos

Los análisis se realizaron con el programa estadístico Statistical Package for Social Science® software (SPSS - 22,0 v. Chicago, Illinois, EEUU) y el paquete Amos, estableciéndose la significancia estadística en un valor de $p \leq 0.05$. Se realizaron pruebas de normalidad (test de Kolmogorov-Smirnov) y valores perdidos. Se realizó estudio descriptivo mediante análisis de frecuencias (prueba T para variables continuas y χ^2 para variables categóricas), que permitió extraer una información lo más exacta posible a cerca de las características de la muestra. Se estudió el coeficiente de fiabilidad y la consistencia interna de la escala mediante la prueba *Alfa* de Cronbach y test de las Dos Mitades. Se llevó a cabo un análisis factorial confirmatorio. Se analizaron las correlaciones bivariadas y comparaciones de valores promedio con la prueba ANOVA entre RSES (variables dependientes) y las variables independientes utilizadas (género, edad y grupo de práctica de AF). Análisis de regresión lineal para determinar la influencia que ejerce la variable independiente práctica físico-deportiva (GC, GEDI y GIDC) sobre la variable dependiente autoestima, ajustado todo ello por género y edad como covariables.

RESULTADOS

La fiabilidad fue analizada para esta muestra obteniéndose un coeficiente para la escala completa de $\alpha = .778$ lo que indica una fiabilidad satisfactoria de la prueba. Teniendo en cuenta los dos factores el que mejor se ajusta a los parámetros deseados es la autoestima positiva ($\alpha = .759$) seguido de autoestima negativa ($\alpha = .631$). Se decidió mantener la misma estructura factorial propuesta en la versión original, tomada como referencia en este estudio, la cual explica el 48.45 % de varianza.

Se realizó un estudio factorial confirmatorio (programa AMOS 6) para cada una de las dimensiones con el modelo más parsimonioso posible, es decir, sin correlaciones entre las variables observadas (tabla 1). Según las

recomendaciones de los diferentes autores, tanto el factor autoestima positiva como autoestima negativa cumplen la mayoría de los criterios de bondad elegidos en las diferentes pruebas calculadas. A este respecto, hay que matizar que la dimensión autoestima positiva es la única que cumplía los indicadores de ajuste total ($P_{CMIN} > .05$). En los parámetros de ajuste global (GFI y AGFI) la puntuación obtenida siempre estuvo por encima de los valores recomendados ($> .90$) para dicha prueba. Para las diferentes pruebas de ajuste incremental, casi todos los valores se mantuvieron por encima de lo recomendado ($> .90$).

Tabla 1. Análisis Factorial Confirmatorio.

	Prueba	Criterio Bondad	Global	Autoestima Positiva	Autoestima Negativa
Ajuste Total	P_{CMIN}^1	$>.05$	$<.000$.133	$<.027$
	RMSEA ²	$\leq .06$.087	.47	.070
	(p-close) ²	($>.05$)	(.000)	(.467)	(.205)
	RMR ³	$>.80$.029	.009	.030
Ajuste Global	GFI ⁴	$>.90$.930	.989	.984
	AGFI ⁵	$>.90$.886	.967	.951
Ajuste Incremental	NFI ⁶	$>.90$.846	.978	.914
	RFI ⁷	$>.90$.796	.956	.828
	IFI ⁸	$>.90$.887	.991	.946
	CFI ⁹	$>.90$.848	.981	.888
	TLI ¹⁰	$>.90$.885	.991	.944

¹ P_{CMIN} : P-valor del Minimum Chi-Square (Brown, 2006) calculado a partir de $\chi^2/g.l.$

²RMSEA (Root Mean Square Error of Approximation) (Hu & Bentler, 1999).

³RMR (Root Mean Square Residual) (Joreskog y Sorbom, 1993).

⁴GFI (Goodness of Fit *index*) (Joreskog y Sorbom, 1989).

⁵AGFI (Adjusted Goodness of Fit *Index*) (Joreskog y Sorbom, 1989).

⁶NFI (Normed Fit Index) (Bentler & Bonet, 1980).

⁷RFI (Relative Fit *Index*).

⁸IFI (Incremental Fit Index) (Bollen, 1989).

⁹CFI (Comparativa Fit Index) (Bentler, 1990).

¹⁰TLI (Tucker-Lewis Index) (Bentler & Bonet, 1980).

Para la descripción de los ítems y de cada escala (unidimensional: autoestima global y bidimensional: autoestima positiva y autoestima negativa) se calcularon los descriptivos de media, mediana, desviación típica, asimetría y curtosis. Las medias más altas se corresponden a los elementos que componen la escala autoestima positiva (17.5 ± 2.1), de la cual los ítems 1, 4, 6 y 7 son los que presentan valores medios más elevados. Sin embargo, la escala autoestima negativa tiene unos promedios más bajos (8.7 ± 2.5), siendo los ítems 2 y 5 los que manifiesta menor puntuación. La puntuación global de la escala fue de 26.2 puntos.

Como se puede observar en la tabla 2 la autoestima a nivel global presenta diferencias significativas entre los tres grupos de práctica de AF ($F(2,713)=19.46$; $p= .008$), presentando los sujetos del GEDI (19.30 ± 1.93) y GEDC (19.79 ± 1.83) (sobre todo los deportes colectivos) una mayor autoestima que los del GC (18.92 ± 2.31). En la autoestima positiva las diferencias significativas son favorables a los hombres ($F(1,713)=19.05$; $p= .036$) (17.71 ± 2.10 vs. 17.22 ± 2.04). Por su parte, la autoestima negativa refleja diferencias significativas en la AF ($F(2,713)=4.83$; $p= .009$), siendo los sedentarios (GC) (9.29 ± 2.82) los que perciben más negativamente su autoestima con respecto a los GEDI (8.75 ± 2.59) y GEDC (8.18 ± 2.23). En el resto de variables analizadas no se han encontrado diferencias significativas.

Tabla 2. Análisis descriptivo y de varianza de la escala de autoestima de Rosenberg según género (H: hombre y M: mujer), edad (12-13, 14-15 y 16 años) y nivel de AF (GC: sedentarios, GEDI: activos deportes individuales y GEDC: activos deportes colectivos).

Factor	Grupo	Descriptivos			ANOVA				
		Media	Desv. Típica	Error típico	Suma de cuadrados	GI (D,N)	Media cuadrática	F	Sig.
AUTOESTIMA GLOBAL	H	26.29	2.29	.18	Inter G: 8.85 Intra G: 1649.211	1,713	8.95	1.70	.19
	M	25.95	2.29	.18					
	12-13	26.16	2.62	.23	Inter G: 1.69 Intra G: 1656.47	2,712	.85	.16	.85
	14-15	26.17	1.91	.17					
	16	26.00	2.29	.25					
	GC	18.92	2.31	.25	Inter G: 38.93 Intra G: 1250.20	2,713	19.46	4.85	.008
	GEDI	19.30	1.93	.18					
GEDC	19.79	1.83	.16						
AUTOESTIMA POSITIVA	H	17.71	2.10	.17	Inter G: 19.51 Intra G: 1347.34	1,713	19.05	4.426	.036
	M	17.22	2.04	.16					
	12-13	17.33	2.15	.19	Inter G: 3.46 Intra G: 1362.93	2,712	1.73	.397	.673
	14-15	17.55	1.99	.18					
	16	17.53	1.11	.23					
	GC	17.13	2.35	.26	Inter G: 21.90 Intra G: 1344.49	2,713	10.95	2.54	.080
	GEDI	17.35	2.05	.20					
GEDC	17.76	2.08	.11						
AUTOESTIMA NEGATIVA	H	8.58	2.51	.20	Inter G: 1.81 Intra G: 2039.09	1,713	1.81	.289	.591
	M	8.73	2.58	.20					
	12-13	8.83	2.62	.23	Inter G: 7.04 Intra G: 2033.92	2,712	3.52	5.41	.583
	14-15	8.61	2.25	.21					
	16	8.46	2.81	.31					
	GC	9.29	2.82	.31	Inter G: 61.40 Intra G: 1979.56	2,713	30.70	4.83	.009
	GEDI	8.75	2.59	.25					
GEDC	8.18	2.23	.19						

Inter G: Inter Grupos, Intra G: Intra Grupos, GL: Grados de Libertad, N: Numerador, D: Denominador
H: hombre, M: mujer, 12-13: escolares de entre 12 y 13 años de edad, 14-15: escolares de entre 14 y 15 años de edad;
16: escolares de 16 años de edad, GC: grupo control, GEDI: grupo experimental deportes individuales, GEDC: grupo experimental deportes colectivos.

El análisis de correlaciones bivariadas, muestra que la relación entre la autoestima y el resto de variables evidencia que la práctica de AF correlaciona positivamente con la autoestima global ($r=.173$, $p \leq .01$) y la autoestima positiva ($r=.125$, $p \leq .05$), lo cual indica que a mayor nivel de práctica de AF se incrementa la autoestima global y positiva. En cambio, la autoestima negativa correlaciona negativamente con las demás variables (tabla 3).

Tabla 3. Correlación entre autoestima y género, edad y práctica de actividad física.

		Autoestima Global	Autoestima Positiva	Autoestima Negativa	Sexo	Edad	AF (GC, GEDI y GEDC)
Autoestima Global	CP	1	.844	-.899	.080	.065	.173
	Sig.		.000	.000	.157	.247	.002
Autoestima Positiva	CP		1	-.524	.118	.049	.125
	Sig.			.000	.036	.387	.027
Autoestima Negativa	CP			1	-.030	-.064	-.173
	Sig.				.591	.257	.002
Sexo	CP				1	.000	.206
	Sig.					.994	.000
Edad	CP					1	-.052
	Sig.						.360
AF (GC, GEDI y GEDC)	CP						1

CP: correlación de Pearson; Sig.: significatividad.

GC: grupo control, GEDI: grupo experimental deportes individuales, GEDC: grupo experimental deportes colectivos.

Se aplicó un análisis de regresión lineal utilizando el método Enter. Se introdujo la autoestima como variable dependiente y la práctica de AF como variable independiente, el género y edad actuaron como covariables. Se evidencia una significativa influencia de la AF sobre la autoestima global (B= .423; Error Típico= .144; t= 2.947; R= .038 F_{1,711}= 4.044; p<.01) y autoestima negativa (B= .423; Error Típico= .144; t= 2.947; R= .038 F_{1,711}= 4.044; p<.01). El resto de los resultados se muestran en la tabla 4.

Tabla 4. Análisis de regresión: autoestima (variable dependiente) y nivel de práctica de actividad física (variable independiente), ajustado con las covariables independientes género y edad.

		Coeficientes no estandarizados		Coeficientes estandarizados		One Way ANOVA				
		B	Error típico	Beta	T	Sig.	Suma de cuadrados RG(RS)	Media cuadrática RG(RS)	F	Sig.
Autoestima Global	Cons	18.418	.593	-	31.046	.000	48 (1240.743)	16.133 (3.990)	4.04	.00
	Sexo	-.183	.230	-.045	-.797	.426			4	9
	Edad	.187	.140	.074	1.332	.184				
	AF	.423	.144	.168	2.947	.003				
	R: .194 - R ² : .038 - R ² ajustado: .028 - gl: 3, 711 - Durbin-Watson: 1.766									
Autoestima Positiva	Cons	17.199	.614	-	28.013	.000	37.450 (1328.950)	12.483 (4.273)	2.92	.03
	Sexo	-.399	.238	-.096	-1.677	.094			1	4
	Edad	.141	.145	.054	.973	.331				
	AF	.280	.149	.108	1.881	.061				
	R: .166 - R ² : .027 - R ² ajustado: .018 - gl: 3, 711 - Durbin-Watson: 1.765									
Autoestima Negativa	Cons	10.363	.747	-	13.869	.000	72.390 (1968.582)	24.130 (6.330)	3.81	.01
	Sexo	-.033	.290	-.006	-.113	.910			2	0

Edad	-.232	.176	-.073	-1.315	.190
AF	-.567	.181	-.179	-3.133	.002

R: .188 - R²: .035 - R² ajustado: .026 - gl: 3, 711 - Durbin-Watson: 1.841

Cons.: constante; AF: (GC, CEDI y GEDC); RG: Regresión; RS: Residual

DISCUSIÓN

Este estudio propuso como objetivo general estudiar las diferencias de la autoestima en función de la práctica deportiva, tipo de deporte, edad y sexo.

La fiabilidad global de la escala se posiciona dentro de los valores recomendables (Nunnaly y Bernstein, 1998), coincidiendo nuestros hallazgos con los encontrados en otros estudios (Moral, Valle, García y Pérez, 2014; Rosenberg, 1965; Vázquez, Vázquez-Morejón y Bellido, 2013). Los resultados del análisis descriptivo muestran como los estudiantes adolescentes presentan valores superiores de autoestima positiva que negativa, según la puntuación global de la escala la autoestima se puede entender como elevada, en comparación a lo hallado Castro (2015), siendo estos resultados similares a los encontrados por Vázquez, Vázquez-Morejón y Bellido (2013), aunque ligeramente inferiores a los de Salvador, García-Gálvez y De la Fuente (2010), Garaigordobil, Pérez y Mozaz (2008) y Martín-Albo, Nuñez, Navarro y Grijalvo (2007) los cuales obtuvieron una autoestima global superior. El análisis factorial exploratorio tiende a separar los factores positivos y negativos, circunstancia que coincide con otros estudios (Alessandri, Vecchione, Einsenberg y Laguna, 2015; Caballo, Salazar y equipo de investigación CISO-A España, 2018). Tras el análisis factorial confirmatorio, mediante el programa estadístico Amos 6, se verificó un adecuado ajuste global en la mayoría de los indicadores, mostrando también un adecuado ajuste al modelo de un factor. Por factores, nuestros datos muestran resultados satisfactorios en la mayor parte de los parámetros analizados, en la escala de autoestima negativa y positiva, sobre todo en ésta última. Datos que concuerdan con Moral cols. (2014), y parcialmente con Martín-Albo cols. (2007). Coincidimos con Caballo, Salazar y Equipo de Investigación CISO-A España (2018) en la importancia que tiene la RSES como instrumento muy aceptado por la comunidad científica en la evaluación de la autoestima.

La hipótesis primera queda confirmada, puesto que el nivel de AF se relaciona positivamente con la autoestima global y con la autoestima positiva, tendencia similar a la encontrada por Mahoney (2014), Wagnsson, Lindwall, y Gustafsson (2014) y Legrand (2014). Por eso, algunos autores ponen de manifiesto la importancia de hacer AF a edades tempranas (Inchley, Kirby y Currie, 2011; Mickūnienė, Pajaujienė y Jankauskienė, 2014), ya que se ha confirmado que los adolescentes que tienen mejor condición física presentan mayor nivel de autoestima global (Ng, Välimaa, Rintala, Tynjälä, Villberg y Kannas, 2014).

El análisis de correlaciones, completado con el análisis de regresión, refleja la influencia que ejerce la práctica de AF como actividad moduladora sobre la autoestima, siendo los sedentarios los que manifiestan menor autoestima global

y mayor autoestima negativa. Algo muy similar a lo encontrado por Scarpa (2011), Swanepoel, Surujlar y Dhurup (2015) o D'Anna, Rio y Gómez (2015). Según nuestros resultados, se confirma la hipótesis segunda, puesto que los sujetos activos que practican deportes colectivos son los que tienen niveles más elevados de autoestima global y positiva. Eso se asemeja a lo encontrado por Zeng (2003), donde en un estudio similar que valoraba la autoconfianza determinaron que ésta era mayor en los deportistas que practicaban deportes colectivos. Lo cual contrasta en parte con otros estudios donde sujetos practicantes de deportes individuales tenían mayor autoconfianza que los de deportes colectivos (Fradejas, Espada y Garrido, 2017; Radzi, Yusof y Zakaria, 2013; Sagar y Jowett, 2012).

Los resultados de la presente investigación no confirman plenamente la hipótesis tercera, ya que no siempre la autoestima es menor en el grupo de adolescentes de mayor edad, presentando la autoestima unos niveles similares en todos los grupos etarios. A pesar de todo, la percepción sobre sí mismos que tienen los adolescentes suele sufrir oscilaciones a lo largo del tiempo (Van der Berg, Mond, Einsberg, Ackard y Neumark-Sztainer, 2010).

Se confirma la hipótesis cuarta, ya que según el análisis de la varianza los chicos tienen mayor autoestima global que las chicas, haciéndose significativa esta diferencia en la autoestima positiva, tal y como ocurrió en los estudios de Martín-Albo cols. (2007), Garaigordobil, Pérez y Mozaz (2008), Salvador, García-Gálvez y De la Fuente (2010) y Caballo, Salazar y Equipo de Investigación CISO-A España (2018).

CONCLUSIONES

La cantidad y el tipo de deporte practicado modulan la autoestima, de hecho ésta es superior entre los adolescentes practicantes de deportes colectivos. La edad no es un factor determinante en la autoestima. El sexo influye en la autoestima, presentando los hombres niveles superiores a las mujeres. Por otro lado, se confirma el modelo bifactorial de la RSES.

LIMITACIONES Y PROSPECTIVAS DE FUTURO

Este estudio no estuvo exento de limitaciones, entre las que se encuentran la no realización de un post test. También hay que ser consciente de que a pesar de que el uso de medidas de autoinforme es una herramienta aceptada y útil (Pintrich, 2004, p. 391), puede presentar carencias a la hora de extraer información, siendo para ello fundamental el diseño de unas sesiones prácticas previas formativas que expliquen con mayor claridad todas las conductas observables, lo cual ayudaría a los estudiantes a observar mejor su comportamiento, actitudes o emociones (Núñez, Solano, González-Pienda y Rosário, 2006).

Para futuras líneas de investigación, se podría diseñar un estudio longitudinal que permita analizar cómo fluctúa la autoestima en base al nivel y tipo de práctica físico-deportiva realizada, y poder así extraer relaciones de causalidad más

sólidas. Una de las aplicaciones prácticas más importantes puede ser la contribución en las clases de educación física, ayudando al profesorado en la adecuada elección de contenidos deportivos con vistas a mejorar la autoestima y motivación de los estudiantes, incrementando el tiempo de práctica físico-deportiva. Teniendo en cuenta que cuando el profesorado promueve la corresponsabilidad en el proceso de enseñanza-aprendizaje, en cierta medida, se favorece también la adopción de hábitos saludables (González-Cutre et al., 2014; Merino-Barrero, Valero-Valenzuela y Belando Pedreño, 2019; Moreno-Murcia, Huéscar y Cervelló, 2012; Moreno-Murcia y Sánchez-Latorre, 2016).

REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

- Ahmed, M. D., Ho, W. K. Y., Zazed, K., Van Niekerk, R. L. y Lee, J. Y. L. (2016). The adolescent age transition and the impact of physical activity on perceptions of success, self-esteem and well-being. *Journal of Physical Education and Sport*, 16(3), 776. <https://doi.org/10.7752/jpes.2016.03124>
- Ahmed, M.D. (2013). Comparative Study of Well Being, Thought Control, Academic Achievement and Health Related Physical Fitness of Active And Inactive Adolescent School Students. *International Leisure Review*, 2(2), 135-156. <https://doi.org/10.6298/ILR.2013.2.2>
- Ahmed, M.D., Mladenovic, M., Ho, WKY, Lee, K.C. y Khan, B.A. (2014). Exploring the perception of self-esteem among high school athletes. *Sport Logia Journal*, 10(2), 81–88. <https://doi.org/10.5550/sgia.141002.en.004A>
- Alessandri, G., Vecchione, M., Eisenberg, N. y Laguna, M. (2015). On the factor structure of the Rosenberg (1965) General Self-Esteem Scale. *Psychological Assessment*, 27, 621-635. <http://dx.doi.org/10.1037/pas0000073>
- Altıntaş, A., Aşçı, F. H., Kin-İşler, A., Güven-Karahan, B., Kelecek, S., Özkan, A. y Kara, F. M. (2014). The role of physical activity, body mass index and maturity status in body-related perceptions and self-esteem of adolescents. *Annals of human biology*, 41(5), 395-402. <https://doi.org/10.3109/03014460.2013.857721>
- Aluja, A., Rolland, J. P., García, L. F. y Rossier, J. (2007). Dimensionality of the Rosenberg Self-Esteem Scale and its relationships with the three- and the five-factor personality models. *Journal of Personality Assessment*, 88, 246-249. <https://doi.org/10.1080/00223890701268116>
- Atienza, F.L., Moreno, Y. y Balaguer, I. (2000). Análisis de la dimensionalidad de la de la escala de autoestima de Rosenberg en una muestra de adolescentes valencianos. *Revista de Psicología Universitas Tarraconensis*, 22(1-2), 29-42.
- Bentler, P. M. (1990), Comparative fit indexes in structural models. *Psychological Assessment*. <https://doi.org/10.1037/0033-2909.107.2.238>
- Bentler, P. M. y Bonett, D. G. (1980). Significance tests and goodness of fit in the analysis of covariance structures. *Psychological bulletin*, 88(3), 588.
- Bollen, K. A. (1989). *Structural equations with latent variables*. New York: John. <https://doi.org/10.1002/9781118619179>
- Brown, T. A. (2006). *Confirmatory Factor Analysis for Applied Research*. New York: Guildford Press.

- Caballo, V. E., Salazar, I. C. y Equipo de Investigación CISO-A España. (2018). La autoestima y su relación con la ansiedad social y las habilidades sociales. *Psicología Conductual*, 26(1), 23-53.
- Castro, J. (2015). Identidad vocacional, claridad de autoconcepto y autoestima en adolescentes peruanos. *Psychology, Society, & Education*, 7(1), 23-39. <https://doi.org/10.25115/psye.v7i1.538>
- Chen, L. J., Fox, K. R., Haase, A. M. y Ku, P. W. (2010). Correlates of body dissatisfaction among Taiwanese adolescents. *Asia Pacific journal of clinical nutrition*, 19(2), 172-179. <https://doi.org/10.6133/apjcn.2010.19.2.03>
- Cheng, G., Zhang, D. y Ding, F. (2015). Self-esteem and fear of negative evaluation as mediators between family socioeconomic status and social anxiety in Chinese emerging adults. *International Journal of Social Psychiatry*, 61, 569-576. <https://doi.org/10.1177/0020764014565405>
- Curran, A. (2012). An investigatory study of the effects of sport participation on aggression, self-esteem and life satisfaction. Submitted in partial fulfilment of the requirements of the Bachelor of Arts degree at DBS Schools of Arts, Dublin.
- D'Anna, C., Rio, L. y Gómez-Paloma, F. (2015). Competitive sport and self-concept in adolescent. 9th INSHS International Christmas Sport Scientific Conference, 4-6 December 2014. *Journal of Human Sport & Exercise*, 10(proc1), 24-29. <https://doi.org/10.14198/jhse.2015.10.Proc1.35>
- DiStefano, C. y Motl, R.W. (2006). Further investigating method effects associated with negatively worded items on self-report surveys. *Structural Equation Modeling*, 13(3): 440-464. https://doi.org/10.1207/s15328007sem1303_6
- Eime, R. M., Young, J. A., Harvey, J. T., Charity, M. J. y Payne, W. R. (2013). A systematic review of the psychological and social benefits of participation in sport for adults: informing development of a conceptual model of health through sport. *International Journal of Behavioral Nutrition and Physical Activity*, 10(1), 1-21. <https://doi.org/10.1186/1479-5868-10-98>
- Espinoza, O., Rodríguez, F., Gálvez, J., Vargas, P. y Yáñez, R. (2011). Valoración del autoconcepto físico en estudiantes universitarios y su relación con la práctica deportiva. *Revista de Motricidad Humana*, 12(1), 22-26. [https://doi.org/10.5027/jmh-Vol12-Issue1\(2011\)art31](https://doi.org/10.5027/jmh-Vol12-Issue1(2011)art31)
- Fleming, J. S. y Courtney, B. E. (1984). The dimensionality of self-esteem: II. Hierarchical facet model for revised measurement scales. *Journal of Personality and Social Psychology*, 46, 404-421.
- Fradejas, E. y Espadas, M. (2018). Evaluación de la motivación en adolescentes que practican deportes en edad escolar. Retos: nuevas tendencias en educación física, deporte y recreación, (33), 27-33.
- Fradejas, E., Espada, M. y Garrido, R. (2017). La autoconfianza en el deporte en edad escolar= Self-Confidence in Sport in School Age. *Revista Iberoamericana de Diagnóstico y Evaluación—e Avaliação Psicológica. RIDEP*, 44(2), 158-171.
- Gálvez, A., Rodríguez-García, P.L., Rosa, A., García-Cantó, E., Pérez-Soto, J.J., Loreto Tárraga, L. y Tárraga, P. (2015). Relación entre el estatus de peso corporal y el autoconcepto en escolares. *Nutrición Hospitalaria*, 31(2), 723-729. <https://doi.org/10.3305/nh.2015.31.2.8467>

- Garaigordobil, M., Pérez, J.I. y Mozaz, M. (2008). Self-concept, self-esteem and psychopathological symptoms. *Psicothema*, 30(1), 114-123.
- González-Cutre, D., Sicilia, A., Beas-Jiménez, M. y Hagger, M. S. (2014). Broadening the trans-contextual model of motivation: A study with Spanish adolescents. *Scandinavian Journal of Medicine & Science in Sports*, 24(4), 306-319. <https://doi.org/10.1111/sms.12142>
- Greenwald, A. G., McGhee, D. E. y Schwartz, J. L. K. (1998). Measuring individual differences in implicit cognition: the implicit association test. *Journal of Personality and Social Psychology*, 74, 1464-1480. <https://doi.org/10.1037/0022-3514.74.6.1464>
- Haugen, T., Ommundsen, Y. y Seiler, S. (2013). The relationship between physical activity and physical self-esteem in adolescents: The role of physical fitness indices. *Pediatric Exercise Science*, 25, 138-153. <https://doi.org/10.1123/pes.25.1.138>
- Hewstone, M., Stroebe, W. y Jonas, K. (2008). *Introduction to Social Psychology* (4th ed.) UK: BPS Blackwell.
- Hu, L. T. y Bentler, P. M. (1999). Cutoff criteria for fit indexes in covariance structure analysis: Conventional criteria versus new alternatives. *Structural equation modeling: a multidisciplinary journal*, 6(1), 1-55. <https://doi.org/10.1080/10705519909540118>
- Inchley, J., Kirby, J. y Currie, C. (2011). Longitudinal changes in physical self-perceptions and associations with physical activity during adolescence. *Pediatric Exercise Science*, 23(2), 237-249. <https://doi.org/10.1123/pes.23.2.237>
- Jöreskog, K. G. y Sörbom, D. (1989). *LISREL 7: a guide to the program and applications*. Chicago: SPSS.
- Jöreskog, K. G. y Sörbom, D. (1993). *LISREL 8: Structural equation modeling with the SIMPLIS command language*. Scientific Software International.
- Latorre-Román, P. A., López, R., Izquierdo, T., & García-Pinillos, F. (2018). Body Satisfaction in Spanish Adults, Influence of Sex, Age and Weight State. *Revista iberoamericana de diagnóstico y evaluación-e avaliacao psicologica*, 2(47), 83-94. <https://doi.org/10.21865/RIDEP47.2.06>
- Legrand, F.D. (2014). Effects of exercise on physical self-concept, global self-esteem, and depression in women of low socioeconomic status with elevated depressive symptoms. *Human Kinetics Journals*, 36, 357-365. <https://doi.org/10.1123/jsep.2013-0253>
- Lindwall, M., Barkoukis, V., Grano, C., Lucidi, F., Luikkonen, J., Raudsepp, L. y Thøgersen-Ntoumani, C. (2012). Method effects: The problem with negatively versus positively keyed items. *Journal of Personality Assessment*, 94(2): 196-204. <https://doi.org/10.1080/00223891.2011.645936>
- Mahoney, J.W., Gucciardi, D.F., Ntoumanis, N. y Mallett, A.J. (2014). Mental toughness in sport: motivational antecedents and associations with performance and psychological health. *Human Kinetics Journals*, 26, 281-292. <https://doi.org/10.1123/jsep.2013-0260>
- Marsh, H. W. y O'Mara, A. (2008). Reciprocal effects between academic self-concept, self-esteem, achievement, and attainment over seven adolescent years: unidimensional and multidimensional perspectives of self-concept.

- Personality and Social Psychology Bulletin*, 34, 542-552.
<https://doi.org/10.1177/0146167207312313>
- Martín-Albo, J., Núñez, J.L., Navarro, J.G. y Grijalvo, F. (2007). The Rosemberg Self-Esteem Scale: Translation and Validation in University Students. *The Spanish Journal of Psychology*, 10(2), 458-467.
<https://doi.org/10.1017/S1138741600006727>
- Martínez-López, E. J. M., Cerceda, J. M., Manzano, S. S. y Ruiz-Ariza, A. (2018). Efecto y satisfacción de un programa de actividad física controlada por pulsómetro en el índice de masa corporal de escolares con sobrepeso-obesidad. Retos: nuevas tendencias en educación física, deporte y recreación, (33), 179-184. <https://doi.org/10.47197/retos.v0i33.58019>
- Martínez-López, E. J., Hita-Contreras, F., Moral-García, J. E., Grao-Cruces, A., Ruiz, J. R., Redecillas-Peiró, M. T. y Martínez-Amat, A. (2015). Association of low weekly physical activity and sedentary lifestyle with self-perceived health, pain, and wellbeing in a Spanish teenage population. *Science & Sports*, 30(6), 342-351.
<https://doi.org/10.1016/j.scispo.2015.04.007>
- Merino-Barrero, J.A., Valero-Valenzuela, A. y Belando Pedreño, N. (2019) Self-Determined Psychosocial Consequences through the Promotion of Responsibility in Physical Education. *Revista Internacional de Medicina y Ciencias de la Actividad Física y el Deporte*, 19(75), 415-430.
<https://doi.org/10.15366/rimcafd2019.75.003>
- Mickūnienė, R., Pajaujienė, S. y Jankauskienė, R. (2014). The relation between the sociocultural attitudes towards appearance and the lifestyle and self-esteem of adolescents. *Education Physical Training*, 2(29), 34-39.
<https://doi.org/10.33607/bjshs.v2i93.116>
- Moral, J., Valle, A., García, C.H. y Pérez, L.A. (2014). Percieved stress, self-esteem and prcieved life expectancy among Tai Chi practitioners and sedentary persons. *International Journal If Good Conscience*, 9(3), 86-110.
- Morano, M., Colella, D., Robazza, C., Bortoli, L. y Capranica, L. (2011). Physical self-perception and motor performance in normal-weight, overweight and obese children. *Scandinavian journal of medicine & science in sports*, 21(3), 465-473. <https://doi.org/10.1111/j.1600-0838.2009.01068.x>
- Moreno-Murcia, J. A. y Sánchez-Latorre, F. (2016). The effects of autonomy support in physical education classes. *Revista Internacional de Ciencias del Deporte*, 3, 79-89. <https://doi.org/10.5232/ricyde>
- Moreno-Murcia, J. A., Huéscar, E. y Cervelló, E. (2012). Prediction of adolescents doing physical activity after completing secondary education. *The Spanish Journal of Psychology*, 15(01), 90-100.
https://doi.org/10.5209/rev_SJOP.2012.v15.n1.37288
- Ng, K., Välimaa, R., Rintala, P., Tynjälä, J., Villberg, J. y Kannas, L. (2014). Self-esteem and intentions mediates perceived fitness with physical activity in Finnish adolescents with long-term illness or disabilities. *Acta Gymnica*, 44(4), 185-192. <https://doi.org/10.5507/ag.2014.019>
- Nunnally, J. C. y Bernstein, I. H. (1998). *Psychometric theory*. New York: McGraw-Hill.

- Núñez, J. C., Solano, P., González-Pianda, J. A. y Rosário, P. (2006). Evaluación de los procesos de autorregulación mediante autoinforme. *Psicothema*, 18(3), 353-358.
- Pintrich, P. R. (2004). A conceptual framework for assessing motivation and self-regulated learning in college students. *Educational Psychology Review*, 16(4), 385-407. <https://doi.org/10.1007/s10648-004-0006-x>
- Prochaska, J. J., Sallis, J. F. y Long, B. (2001). A physical activity screening measure for use with adolescents in primary care. *Archives of Pediatrics & Adolescent Medicine*, 155(5), 554-559. <https://doi.org/10.1001/archpedi.155.5.554>
- Radzi, J., Yusof, S. y Zakaria, A. (2013, junio). Pre-competition anxiety levels in individual and team sports athletes. *Proceeding of the International Conference on Social Science Research*, Penang, Malaysia.
- Reber, A., Reber, E. y Allen, R. (2010). Penguin Dictionary of Psychology (4th ed). Available at: <http://Pshychcentral.com>. Accessed on 2015/07/15.
- Revuelta, L., Esnaola, I. y Goñi, A. (2016). Relaciones entre el autoconcepto físico y la actividad físico-deportiva adolescente. *Revista internacional de Medicina y Ciencias de la Actividad Física del Deporte*, 16(12), 561-581. <http://dx.doi.org/10.15366/rimcafd2016.63.010>
- Robins, R. W., Trzesniewski, K. H., Tracy, J. L., Gosling, S. D. y Potter, J. (2002). Global self-esteem across the life span. *Psychology and aging*, 17(3), 423. <https://doi.org/10.1037/0882-7974.17.3.423>
- Rosenberg, M. (1965) La autoimagen del adolescente y la sociedad. Buenos Aires. Paidós.
- Sagar, S. y Jowett, S. (2012). The effects of age, gender, sport type and sport level on athletes fear of failure: Implications and recommendations for sport coaches. *International Journal of Coaching Science*, 6(2), 61-82.
- Salvador, M., García-Gálvez, C. y De la Fuente, M. (2010). Creencias y estrategias para el control del peso, satisfacción con la imagen corporal y autoestima. *European Journal of Education and Psychology*, 3(2), 257-273. <https://doi.org/10.30552/ejep.v3i2.39>
- Scarpa, S. (2011). Physical self-concept and self-esteem in adolescents and young adults with and without physical disability: the role of sports participation. *European Journal of adapted physical activity*, 4(1), 38-51. <https://doi.org/10.5507/euj.2011.003>
- Simkin, H. Azzollini, S. y Voloschin, C. (2014). Autoestima y problemáticas psicosociales en la infancia, adolescencia y juventud. *Revista de investigación en psicología social*, 1(1), 59-96.
- Swanepoel, E., Surujlal, J. y Dhurup, M. (2015). Attitude towards sport and physical activity, self-esteem, life satisfaction relationships and variations in terms of gender: perspectives from university students: physical activity and health. *African Journal for Physical Health Education, Recreation and Dance*, 21(Supplement 1), 14-28. <http://hdl.handle.net/10520/EJC183685>
- Telford, R. M., Telford, R. D., Cochrane, T., Cunningham, R. B., Olive, L. S. y Davey, R. (2016). The influence of sport club participation on physical activity, fitness and body fat during childhood and adolescence: the LOOK Longitudinal Study. *Journal of science and medicine in sport*, 19(5), 400-406. <https://doi.org/10.1016/j.jsams.2015.04.008>

- Van den Berg, P. A., Mond, J., Eisenberg, M., Ackard, D. y Neumark-Sztainer, D. (2010). The link between body dissatisfaction and self-esteem in adolescents: Similarities across gender, age, weight status, race/ethnicity, and socioeconomic status. *Journal of Adolescent Health*, 47(3), 290-296. <https://doi.org/10.1016/j.jadohealth.2010.02.004>
- Vázquez, A.J., Vázquez-Morejón, R. y Bellido, G. (2013). Fiabilidad y validez de la Escala de Autoestima de Rosenberg (EAR) en pacientes con diagnóstico de psicosis. *Apuntes de Psicología*, 31(1), 37-43.
- Wagnsson, S., Lindwall, M. y Gustafsson, H. (2014). Participation in organized sport and self-esteem across adolescence: The mediating role of perceived sport competence. *Human Kinetics Journals*, 36, 584-594. <https://doi.org/10.1123/jsep.2013-0137>
- Wood, J. V., Tesser, A. y Holmes, J. G. (2013). The self and social relationships. Psychology Press. <https://doi.org/10.4324/9780203783061>
- Zaborskis, A. y Raskilas, A. (2011). Lietuvos mokinių fizinio aktyvumo pokyčiai 1994–2010 metais. *Visuomenės sveikata*, 3(54), 78–86.
- Zeng, H.Z. (2003). The differences between anxiety and self-confidence between team and individual sports college varsity athletes. *International Sports Journal Winter*, 7(1), 28-34.

Número de citas totales / Total references: 69 (100%)

Número de citas propias de la revista /Journal's own references: 2 (2,89%)