



MHSalud

ISSN: 1659-097X

revistamhsalud@una.cr

Universidad Nacional

Costa Rica

Azofeifa Mora, Christian Alberto  
COMPARACIÓN ENTRE LOS MOTIVOS PARA LA PRÁCTICA DE ACTIVIDAD FÍSICA  
SEGÚN EL GÉNERO Y EL TIEMPO DE PRÁCTICA EN UN GRUPO DE ESTUDIANTES

MHSalud, vol. 14, núm. 2, february-august, 2018, pp. 1-14

Universidad Nacional

Heredia, Costa Rica

Disponible en: <http://www.redalyc.org/articulo.oa?id=237054293001>

### Resumen

El objetivo de este artículo es comparar los diferentes motivos para la práctica de ejercicio físico en un grupo de estudiantes universitarios de educación continua, según el género y el tiempo que llevan practicando ejercicio físico de forma constante. Para ello, se encuestaron 272 sujetos pertenecientes a distintos cursos libres relacionados con el ejercicio físico y temáticas afines. A los sujetos en estudio se les aplicó un cuestionario sociodemográfico (edad, género, tiempo realizando ejercicio de forma continua) y para la evaluación de los motivos para la práctica de ejercicio físico se utilizó el Autoinforme de motivos para la práctica de ejercicio físico (EMI-2 exercise motivations inventory). Los resultados indicaron de manera significativa ( $p > .05$ ) que las mujeres asocian aspectos relacionados con la salud corporal como motivos para la práctica de ejercicio físico en relación con los hombres; además, las personas que llevan más de un año realizando ejercicio de forma continua asocian de manera significativa ( $p > .05$ ) la afiliación y el reconocimiento social como sus principales motivos para la práctica de ejercicio físico en comparación con quienes llevan menor tiempo en la práctica. Se concluye que la mayor afinidad hacia la salud corporal por parte de las mujeres puede asociarse en mayor medida a percepciones de tipo social o personal, y los motivos de vínculo social y afiliación en las personas que llevan más tiempo realizando ejercicio físico se puede asociar a una mayor motivación hacia la pertenencia e interacción social.

### Palabras clave

Motivación, ejercicio, sexo, salud.

- ▶ Cómo citar el artículo
- ▶ Número completo
- ▶ Más información del artículo
- ▶ Página de la revista en redalyc.org

redalyc.org

Sistema de Información Científica

Red de Revistas Científicas de América Latina, el Caribe, España y Portugal

Proyecto académico sin fines de lucro, desarrollado bajo la iniciativa de acceso abierto