

Artículo Original. Análisis del disfrute de los participantes en evento no competitivo: Gimnastrada de Extremadura. Vol. 6, nº. 3; p. 468-487, septiembre 2020. A Coruña. España ISSN 2386-8333

## **Análisis del disfrute de los participantes en evento no competitivo: Gimnastrada de Extremadura**

## **Analysis of the enjoyment of participants in a non-competitive event: Gimnastrada de Extremadura**

Raquel N. Jiménez-Galán, David Mancha-Triguero, Jesús Muñoz-Jiménez, José M. Gamonales, Kiko F. León

Universidad de Extremadura. Grupo de Optimización del Entrenamiento y Rendimiento Deportivo (GOERD).

Contacto: David Mancha-Triguero, email: davidmancha@unex.es

**Cronograma editorial:** Artículo recibido: 13/05/2020 Aceptado: 13/07/2020 Publicado: 01/09/2020

DOI: <https://doi.org/10.17979/sportis.2020.6.3.6532>

## Resumen

La sociedad actual vive preocupada por la imagen corporal, por la calidad de vida y por los hábitos saludables. Múltiples estudios inciden en la necesidad de crear hábitos de vida saludables desde la infancia. El objetivo de este trabajo fue medir, el grado de disfrute al participar en una manifestación deportiva no competitiva, utilizando la Physical Activity Enjoyment Scale (PACES). 627 personas participaron en la investigación de ambos géneros agrupados por grupos de edad. Se realizó Alfa de Cronbach para la fiabilidad de las respuestas y U de Mann Whitney y H de Kruskal-Wallis para conocer las diferencias significativas entre géneros y grupos de edad. Los resultados muestran que existen diferencias significativas en función del grupo de edad y del género en la mayoría de las variables del cuestionario. Estos hallazgos confirman que las competencias artísticas y deportivas se deben incentivar, apoyar y difundir a nivel escolar, extraescolar y fuera del ámbito educativo, para así, favorecer y asegurar la práctica posterior que procurará en el individuo un mayor bienestar físico y psicológico y por tanto ser más felices.

## Palabras clave

Hábitos saludables; disfrute; Gimnastrada; PACES.

## Abstract

Nowadays, society lives concerned about body image, quality of life, and healthy habits. There are currently multiple studies affect the need to create healthy lifestyle habits from childhood. The aim of this study was to measure the joy that children experienced while participating in non-competitive sport manifestation, by using the Physical Activity Enjoyment Scale (PACES). 627 people participated in the research of both genders grouped by age group. Cronbach's Alpha was performed for the reliability of the responses and Mann Whitney's U and Kruskal-Wallis' H to know the significant differences between genders and age groups. The results show that there are significant differences according to age group and gender in most of the variables in the questionnaire. These findings confirm that artistic and sports competencies should be encouraged, supported and disseminated at school, extracurricular and outside the educational environment, in order to favor and ensure subsequent practice that will provide the individual with greater physical and psychological well-being and therefore be happier.

## Keywords

Healthy habits; enjoyment; Gymnastic; PACES.

## Introducción

El ser humano actual surge tras un largo proceso de evolución. En dicho proceso, el hombre como especie, ha sufrido cambios estructurales físicos e intelectuales que le han obligado a sobrevivir adaptando y transformando el medio que le rodea a su medida.

En su afán tecnológico, el trabajo físico que en la antigüedad era tan necesario para el homo habilis se ha suplido con actividades recreativas, hobbies relacionados con el trabajo físico, ocio encaminado a la práctica deportiva y mejora de la salud a través de hábitos de vida sanos conformando por ello un nuevo estilo de vida. En esta línea, Vázquez (2018) confirma que el proceso evolutivo es el proceso culmen de la naturaleza, puesto que tenemos básicamente los mismos genes que hace 10.000 años, pero el entorno es radicalmente diferente.

Es por ello que, a finales de los años 70 del siglo XX, comenzó a haber una gran preocupación dentro del ámbito médico por el gran número de abandonos en los programas de rehabilitación a través del ejercicio físico (Oldridge, 1979; Valero, Ruiz, Gómez, García & De la Cruz, 2009). Además, se empezaba a constatar el hecho de que un estilo de vida activo protegía de problemas o trastornos cardiovasculares y psicológicos (disminución de la ansiedad, superación de situaciones de estrés, aumento de la autoestima, etc.). También comenzó el interés de los responsables de salud pública hacia la promoción del ejercicio físico (Caspersen, Merrit, & Stephens, 1994). En 1986, durante la “Primera Conferencia Internacional sobre la Promoción de la Salud” celebrada en Canadá, la Organización Mundial de la Salud (OMS) elabora un documento llamado “Carta de Ottawa para la promoción de la salud” participando en su redacción todos los países asistentes con el objetivo de intercambiar experiencias y conocimientos dirigidos a la promoción de la salud (Salud Pública, 2001).

Esto no fue una realidad en el año 2000. Los gobiernos de todo el mundo, organismos e instituciones públicas y privadas se han preocupado de desarrollar y lanzar a la población infinidad de programas e iniciativas fundamentadas de manera sólida en la promoción y conservación de la salud, donde incluyen actividades específicas para dicha mejora lo cual reduce el coste en la sanidad y eleva los beneficios físicos y psicológicos en el ser humano. Es este un problema que no se resolverá prescribiendo fármacos, sino cambiando los hábitos.

Artículo Original. Análisis del disfrute de los participantes en evento no competitivo: Gimnastrada de Extremadura. Vol. 6, nº. 3; p. 468-487, septiembre 2020. A Coruña. España ISSN 2386-8333

¿Pero que nos motiva a la práctica de actividad física? La RAE (2019) en su tercera acepción define la motivación como “un conjunto de factores internos y externos que determinan en parte las acciones de una persona”. Siguiendo en la línea anterior, Santrock (2002) lo definió como “el conjunto de razones por las que las personas se comportan de las formas en que lo hacen”. ¿Pero que se busca?, pues sobretodo una buena calidad de vida y disfrutar. Por otro lado, Moreno, González-Cutre, Martínez, Alonso y López (2008), y Fernández, Sánchez-Bañuelos y Salinero (2008) realizaron investigaciones en relación con el disfrute de la actividad físico-deportiva y en ambos casos llegaron a la conclusión de que “la sensación de disfrute es uno de los principales motivos de práctica-deportiva de la población escolar”. De esta manera, estos factores afectivo-emocionales comienzan a tener mucha importancia para la práctica físico-deportiva en la edad adolescente acentuándose en gran medida en la edad adulta (Barreal-López, Navarro-Patón & Basanta-Camiño, 2015). García-Ferrando y Llopis (2011) exponen que el 70% de la población española encuestada practicaba ejercicio físico sin preocuparse de competir, figurando entre los motivos de práctica más destacada la diversión, con un 47%. En cuanto a la práctica deportiva, existen diferencias sobre qué buscan o pretenden conseguir a través de la práctica deportiva en función de la edad, y según el género (Jiménez-Torres, Godoy-Izquierdo & Godoy, 2011). Siendo, los niños y adolescentes los que buscan fundamentalmente la diversión, el placer de jugar y el perfeccionamiento de sus aptitudes (Martín, Barriopedro, Martínez, Jiménez-Beatty & Rivero-Herráiz, 2014). Siendo, fundamentales programas basados en los juegos cooperativos para fomentar la motivación por la práctica (Navarro-Patón, Basanta-Camiño, & Abelairas-Gómez, 2017). Por otro lado, los adultos son más proclives a realizarlos por causas relacionadas con la salud o bienestar (Castillo, Balaguer & Duda, 2001).

En los últimos años, los avances en las ciencias de la salud, incluida la nutrición humana, han permitido prolongar la esperanza de vida (edad hasta la que sobrevive el individuo medio), preocupándose también no solo por vivir más tiempo, sino por perseguir mantener a esa edad, un buen estado de salud y expectativa de vida (Amador & Esteban, 2015). Y aunque la carga genética es determinante, si se puede afirmar que la práctica habitual de actividad física promueve beneficios físicos, biológicos, psíquicos y sociales, y

Para citar este artículo utilice la siguiente referencia: Jiménez-Galán, R.N.; Mancha-Triguero, D.; Muñoz-Jiménez, J.; Gamonales, J.M.; Francisco León, K. (2020). Análisis del disfrute de los participantes en evento no competitivo: Gimnastrada de Extremadura. *Sportis Sci J*, 6 (3), 468-487.

DOI: <https://doi.org/10.17979/sportis.2020.6.3.6532>

<http://revistas.udc.es/>

Artículo Original. Análisis del disfrute de los participantes en evento no competitivo: Gimnastrada de Extremadura. Vol. 6, nº. 3; p. 468-487, septiembre 2020. A Coruña. España ISSN 2386-8333

son importantes tanto a nivel terapéutico como preventivo (Miranda, 2013). Además, la preocupación por la alimentación es un aspecto fundamental que incluso ha creado modas a llevar un determinado estilo de vida, ya que una buena alimentación incide de forma directa en el mantenimiento y recuperación de la salud (Sánchez-Barrera, Pérez & Godoy, 1995; Sánchez-Ojeda & De Luna-Bertos, 2015).

¿Y por qué no ser felices?, esa sería la pregunta final. La ciencia afirma que cada persona tiene una determinada predisposición genética hacia la felicidad, y, que, además, existe una adaptación hedonista que viene a decir que los cambios circunstanciales en la vida de una persona y sus efectos sobre la felicidad son efímeros (Castillo, & Cabeza, 2015; Chamero & Fraile, 2013; Iturricastillo & Yanci, 2009). En esta línea, Lyubomirsky, King & Diener (2005) muestran una ecuación que establecía que para ser felices hay un 50% de influencia genética, un 10% de influencia de los factores externos y que el 40% restante se corresponde con aquello que hacemos y que pensamos. Según esto se puede apreciar la escasa influencia del entorno y por el contrario la capacidad que el pensamiento tiene para modificar y conseguir ser felices. En 2012, la Organización de las Naciones Unidas estableció que “la búsqueda de la felicidad es un derecho humano fundamental”, declarando el 20 de marzo como Día Internacional de la Felicidad. Además, el “World Happiness Report” clasifica desde 2012 a 155 países según los niveles de felicidad que expresa su población. El informe valora la felicidad según la progresión social y el bienestar de los habitantes de un país (Navarro-Patón & Barreal, 2016). Sus criterios de estudio son básicamente seis: el PIB, ayudas sociales, vida sana y esperanza de vida, libertad de elección en la vida, generosidad y percepción de la corrupción. España se encuentra en el puesto 30, mientras que el mejor posicionado en la lista es Finlandia con una política social importante, un estilo de vida saludable debido a su gran pasión por el deporte y con el sistema educativo más cualificado del planeta. Le siguen Noruega, Dinamarca e Islandia, al final de la lista se encuentra República Centroafricana, Sudán del Sur, Tanzania y Yemen, todas ellas con una combinación de tensiones políticas, económicas y sociales importantes (Sánchez-Ojeda & De Luna-Bertos, 2015; Úrzua & Caqueo-Urizar, 2012).

Artículo Original. Análisis del disfrute de los participantes en evento no competitivo: Gimnastrada de Extremadura. Vol. 6, nº. 3; p. 468-487, septiembre 2020. A Coruña. España ISSN 2386-8333

Por tanto, estar activo es fundamental, aunque no siempre es posible. El objetivo es envejecer cumpliendo parámetros biológicos aceptados para cada tiempo y sobretodo conservar unas gratificantes relaciones funcionales, mentales y sociales, teniendo una buena salud. En este sentido la actividad física se convierte en un factor determinante, que nos permita ser más independientes (Costa, 2009). En España, en los últimos años, ha aumentado el número de practicantes que tienen una edad avanzada, sobre todo en manifestaciones no competitivas como puede ser el caso de los eventos relacionados con las distintas modalidades de gimnasia (León, Gamonales, Gómez-Carmona, Leal-Bello & Muñoz-Jiménez, 2020), conocidos como Gymnaestrada o Gimnastrada.

En concreto, la Gymnaestrada es el mayor evento no competitivo de gimnasia en el mundo (León, Gamonales & Muñoz-Jiménez, 2019). En ella, diferentes equipos de gimnasia de distintos países se reúnen cada cuatro años para presentar y desarrollar sus propuestas a través de diferentes disciplinas. Está organizado por la Federación Internacional de Gimnasia (en adelante, FIG) y tiene como objetivo fundamental la promoción de la gimnasia a través de una jornada de exhibición de montajes gimnásticos. Su primera edición se celebró en Róterdam en 1953. A partir de esa primera edición se ha ido desarrollando este evento que actualmente reúne a más de 20.000 gimnastas de más de 50 naciones, pudiendo participar todos los grupos de gimnasia que tengan alegría por participar, sin limitación de tamaño del grupo, edad, talento, sexo, religión o status social. Su objetivo único es hacer gimnasia junto con otras naciones sin presión. La Gimnastrada Mundial, no es el único evento de similares características que existe, el de mayor magnitud es el de la Turnfest en Alemania, que reúne cada edición a aproximadamente 100.000 participantes. Las Spartakiadas en la república Checa o el Gymnastics Day en Estados Unidos, que ya ha celebrado su veinteava edición. En España destaca el festival Internacional Blume Gran Canarias, un festival que se remonta al año 1958 y que se ha convertido en el que tiene mayor grado de continuidad en el mundo con la presencia de más de 20 países durante una semana y con una media de 5000 participantes por edición (FIG, 2019). El Festival Gimnástico de Argentina, la Gimnastrada Inter-Inef y Facultades de Ciencia del Deporte y a la que se hace referencia en esta investigación, la Gimnastrada de Extremadura (en adelante, GExt).

Para citar este artículo utilice la siguiente referencia: Jiménez-Galán, R.N.; Mancha-Triguero, D.; Muñoz-Jiménez, J.; Gamonales, J.M.; Francisco León, K. (2020). Análisis del disfrute de los participantes en evento no competitivo: Gimnastrada de Extremadura. *Sportis Sci J*, 6 (3), 468-487.

DOI: <https://doi.org/10.17979/sportis.2020.6.3.6532>

<http://revistas.udc.es/>

Artículo Original. Análisis del disfrute de los participantes en evento no competitivo: Gimnastrada de Extremadura. Vol. 6, nº. 3; p. 468-487, septiembre 2020. A Coruña. España ISSN 2386-8333

En 1996, el profesor D. Kiko León Guzmán, docente en la Facultad de Ciencias del Deporte de Extremadura, quiso realizar un examen con sus alumnos de 2º curso dentro de la asignatura Iniciación a las actividades gimnásticas y acrobáticas, relacionado con la gimnasia Colectiva, para ello y sobre todo para que no se quedase simplemente en una actividad más, quisieron compartir sus vivencias y sobretodo sus experiencias e invitaron a amigos y grupos relacionados con la actividad física, la danza y la acrobacia a asistir a dichas sesiones, a partir de ahí comenzó el germen de la Gimnastrada. Siendo, un lugar de encuentro y de intercambio de experiencias. Una simple muestra que motivaba a los alumnos a enseñar sus trabajos se fue convirtiendo en un algo más, llegando en el año 2019 a la 23ª edición. La descripción de la actividad es la exhibición por grupos de montajes gimnásticos de carácter coreográfico. No existiendo limitaciones en cuanto a la utilización de música o el tipo de ésta, elementos, aparatos y materiales de apoyo, criterios estéticos, carácter expresivo, intención de mensaje, ni composición de los grupos (edades, sexos, etc.), y con una duración máxima de 6 minutos (León et al., 2019). Además, las mujeres son las principales practicantes en el evento, como consecuencia del interés mayor por este tipo de modalidades deportivas no competitivas y más lúdicas por parte de las mujeres, frente a otras modalidades de competición que son más llamativas para los hombres (León et al., 2020).

El impacto de la GExt incrementa con el paso de los años, puesto que no solo ha ido creciendo el número de inscritos, 3711 en 2019, también la participación extranjera y del resto del País. Además, han participado 109 colectivos, de los que el 14% son extranjeros y 135 montajes, de los que el 13,5% corresponde también a grupos extranjeros), y público (más de 12000 personas en 2019). Además, es un escaparate para dar visibilidad a colectivos con riesgos de exclusión permitiendo una inclusión real, efectiva y absoluta (León et al., 2020; León, Gamonales & Muñoz-Jiménez, 2018). No es un evento diseñado “para ellos”, sino que es un evento ofertado para cualquier deportista independientemente de sus características o capacidades.

Por todo lo mencionado anteriormente, esta investigación pretende medir el grado de disfrute en la realización de actividad física en la GExt entre hombres y mujeres, así como en función de la edad de los participantes.

## Material y Método

### *Diseño*

Esta investigación se posiciona dentro de una metodología exploratoria, realizando una estrategia descriptiva a través de un estudio observacional donde se busca conocer diferentes aspectos relacionados con el disfrute y la práctica deportiva en un evento no competitivo (Ato, López, & Benavente, 2013).

### *Muestra*

El estudio se llevó a cabo durante la última edición de la GExt, año 2019. La muestra se realizó de forma aleatoria y voluntariamente de los participantes (n= 627 participantes) de los 3711 inscritos de diferentes edades y procedencias en la GExt del año 2019. Además, se mantuvo el principio de anonimato y confidencialidad de los resultados. En el caso de los menores de edad, se pidió permiso a sus tutores legales. De los participantes analizados, 114 eran hombres, suponiendo un 18,2% del total de los encuestados, y 513 fueron mujeres, siendo un 81,8%. La procedencia era distinta, un 35,4% de participantes venían de la ciudad de Cáceres y su provincia, un 23,8% pertenecían a la provincia de Badajoz, un 18,2% procedían del resto de España y un 22,6% de Portugal.

### *Instrumento*

El Instrumento utilizado fue la Escala de medida del Disfrute en la Actividad Física (en adelante, PACES). Para ello, se tuvo en cuenta la adaptación existente a la Gimnastrada de la escala de las necesidades psicológicas básicas realizada por Moreno et al., (2008) al contexto español, debido a que esta escala se ha mostrado como una de las más útiles para medir el disfrute en el ámbito de la actividad física y del deporte (Material Suplementario 1).

Consta de 16 ítems, precedidos de la frase “Cuando participo en la Gimnastrada...”, de los cuales 9 ítems hacen referencia a sensaciones o sentimientos positivos hacia esta actividad (“Disfruto”, “Lo encuentro agradable”. “Me da energía”, “Es muy agradable”, “Mi cuerpo se siente bien”, “Obtengo algo extra”, “Es muy excitante”, “Me proporciona fuertes sentimientos” y “Me siento bien”). Además, las respuestas fueron recogidas en una escala tipo

Artículo Original. Análisis del disfrute de los participantes en evento no competitivo: Gimnastrada de Extremadura. Vol. 6, nº. 3; p. 468-487, septiembre 2020. A Coruña. España ISSN 2386-8333

Likert cuyos rangos de puntuación oscilan entre 1 (Totalmente en desacuerdo), y 5 (Totalmente de acuerdo). Mientras que los 7 ítems restantes aluden a sensaciones o sentimientos negativos de rechazo hacia la Gimnastrada (“Me aburro”, “No me gusta”, “De ninguna manera es divertido”, “Me deprime”, “Me frustra”, “De ninguna manera es interesante” y “Pienso que debería estar haciendo otra cosa”), y los rangos de puntuación oscilan igualmente entre 1 (Totalmente de desacuerdo), y 5 (Totalmente de acuerdo).

### *Procedimiento*

Antes de la realización de la GExt, 2019, se contactó con los centros educativos para informar a los órganos competentes del estudio que se iba a realizar a sus menores. Además, se solicitó una entrevista con los padres de los alumnos con el objetivo de informar sobre el protocolo y objeto del estudio, de la voluntariedad para participar y de la confidencialidad de las respuestas y datos que los niños facilitasen, así como los beneficios que podrían obtener en siguientes ediciones gracias a sus respuestas. La firma del consentimiento informado fue requisito para poder participar.

Durante el desarrollo de la GExt, los participantes entraban en una sala de calentamiento/entrenamiento, y aquí se les pedía personalmente a los mayores de edad, si querían rellenar el cuestionario PACES sobre la medida del disfrute. Para dicho cuestionario, se dejó un tiempo de 10 minutos para contestar. Con respecto a los menores, solo se les pasaba a aquellos que traían debidamente relleno el documento y se les leía individualmente y rellenaba.

Además, el suministro de los cuestionarios se realizó en presencia de los investigadores y colaboradores. Siendo, fundamental estar formado en lenguaje de signos e idioma inglés y portugués. Por tanto, los expertos en la recogida de datos explicaban de forma breve y concisa como responder a los distintos ítems, recalcando la necesidad de ser sinceros en las respuestas, la realización individual del mismo y la importancia del anonimato. Una vez relleno, se recogía individualmente el cuestionario verificando que ningún ítem quedara en blanco.

Artículo Original. Análisis del disfrute de los participantes en evento no competitivo: Gimnastrada de Extremadura. Vol. 6, nº. 3; p. 468-487, septiembre 2020. A Coruña. España ISSN 2386-8333

Todos aquellos que por alguna razón no entendían el cuestionario como consecuencia del idioma o capacidades diferentes, se les leía individualmente, traducía a otro idioma, se les explicaba en lenguaje de signos o incluso se les explicaba la manera de rellenarlo. Por último, para formar parte de la muestra final, los participantes debían reunir una serie de criterios de inclusión o exclusión detallados a continuación:

- Criterios de Inclusión:
  - Participantes en la GExt del año 2019.
  - Entrenadores, profesores, monitores que intervenían junto a los participantes.
  - Participantes de corta edad que traían debidamente cumplimentado y firmado el documento.
- Criterios de Exclusión:
  - Edad muy temprana (desde los 2 a los 6 años).
  - Amigos, acompañantes y padres que no participaran activamente en la actividad.
  - Personas pertenecientes al Staff técnico de la GExt que no participaban activamente en él.
  - Participantes que, por problemas de idiomas o capacidades distintas, que no entendían correctamente el cuestionario.

### *Análisis Estadístico*

La muestra presenta datos tipo ordinal que nos obliga a emplear para su medida análisis de datos no paramétricos. En este sentido lo que hemos hecho primeramente es ver la fiabilidad del cuestionario a través del *Alfa de Cronbach* tanto en la dimensión positiva como negativa. Seguidamente hemos realizado la prueba no paramétrica *U de Mann Whitney* para muestras independientes en dónde se comparan dos grupos, en este caso sería las variables de género hombre y mujer. En el caso de las variables edad y procedencia al ser más de dos grupos (recordemos que edad hay 5 rangos y procedencia 4) se emplea la prueba de *H de Kruskal-Wallis* (Field, 2013).

Para citar este artículo utilice la siguiente referencia: Jiménez-Galán, R.N.; Mancha-Triguero, D.; Muñoz-Jiménez, J.; Gamonales, J.M.; Francisco León, K. (2020). Análisis del disfrute de los participantes en evento no competitivo: Gimnastrada de Extremadura. *Sportis Sci J*, 6 (3), 468-487.

DOI: <https://doi.org/10.17979/sportis.2020.6.3.6532>

<http://revistas.udc.es/>

## Resultados

Se analizaron las propiedades psicométricas del cuestionario PACES mediante un análisis estadístico de los ítems con una estimación de fiabilidad a través del Alfa de Cronbach (0.887), indicador que permite determinar la consistencia interna de cualquier prueba con ítems que tengan escalas de valores distintos, en este caso de tipo Likert. La escala presenta con relación a la muestra analizada un elevado nivel de fiabilidad. En su dimensión positiva (formada por los Items 1, 4, 6, 8, 9, 10, 11, 14, 15), el valor del Alfa de Cronbach fue 0.834. En la dimensión negativa del cuestionario (formada por los Items 2, 3, 5, 7, 12, 13, 16), el valor del Alfa de Cronbach fue 0.814.

En la Tabla 1, se muestran los valores medios obtenidos en los cuestionarios en función del rango de edad y género. Como se puede observar, existen diferencias significativas en algunas variables analizadas en función del rango de edad al que se le realiza la encuesta o si es hombre o mujer. Estos resultados que, en función de edad y género, los intereses por los que los practicantes acceden a realizar actividad física y a participar en este tipo de eventos es diferente y, por tanto, la organización del evento y el desarrollo diario de actividades deportivas debe ser planteado diferente. Estas diferencias permitirán llegar a un mayor número de público y que el resultado final sea más satisfactorio.

Tabla 1. Resultados descriptivos en función del rango de edad y la media de las puntuaciones.

	Niños	Jóvenes	Adolescentes	Adultos	Adultos +	H Kruskal Wallis	U de Mann Whitney
<b>Disfruto</b>	5,86	5,96	5,78	5,92	5,50	0.000**	0.766
<b>Me aburro</b>	5,79	5,82	5,72	5,79	5,83	0.194	0.349
<b>No me gusta</b>	5,82	5,83	5,68	5,79	*	0.053	0.000***
<b>Lo encuentro agradable</b>	5,75	5,74	5,56	5,84	5,33	0.023**	0.152
<b>De ninguna manera es divertido</b>	5,67	5,83	5,73	5,66	5,50	0.832	0.015***
<b>Me da energía</b>	5,51	5,67	5,44	5,89	*	0.023**	0.004***
<b>Me deprime</b>	5,70	5,87	5,75	5,63	*	0.468	0.698
<b>Es muy agradable</b>	5,83	5,90	5,58	5,58	*	0.001**	0.403
<b>Mi cuerpo se siente bien</b>	5,52	5,52	5,38	5,84	5,83	0.000**	0.302
<b>Obtengo algo extra</b>	5,29	5,28	5,18	5,53	5,50	0.053	0.131
<b>Es muy excitante</b>	5,36	5,51	5,35	5,45	4,67	0.481	0.831
<b>Me frustra</b>	5,64	5,68	5,59	5,76	5,67	0.365	0.018***
<b>De ninguna manera</b>	5,61	5,86	5,70	5,87	5,67	0.531	0.214

<b>es interesante</b>							
<b>Me proporciona fuertes sentimientos</b>	5,10	5,18	5,20	5,50	5,33	0.024**	0.198
<b>Me siento bien</b>	5,77	5,83	5,65	5,87	5,83	0.053	0.020***
<b>Pienso que debería estar haciendo otra cosa</b>	5,43	5,89	5,61	5,82	5,67	0.063	0.656

\*Los valores se han omitido porque son constantes; Adultos +: Adultos mayores; \*\*:  $p < .05$ , Obtenido en la prueba *H* de Kruskal Wallis; \*\*\*:  $p < .05$ . Obtenido en la prueba *U* de Mann Whitney

## Discusión

El objetivo de este trabajo fue conocer el interés y motivación de los participantes en la GExt del año 2019, así como conocer el área de influencia en el evento deportivo no competitivo más multitudinario de Extremadura, y segundo Festival de Gimnasia más importante de España (León et al., 2018; León et al., 2019). Según los datos obtenidos, al pasar aleatoriamente el cuestionario PACES a 627 participantes se aprecia que el grado de disfrute a la hora de realizar una actividad como la gimnasia en un evento no competitivo, ha sido muy elevado y positivo. Estos resultados corroboran los citados en la literatura científica, la sensación de disfrute es uno de los principales motivos de práctica-deportiva de la población escolar (Moreno et al., 2008; Fernández et al., 2008). Además, la reincidencia de los participantes en dicho evento es muy alto y ha evolucionado progresivamente en estas 23 ediciones, quizás sea, al igual que en otros eventos de similares características que uno de los factores que afectan a la continuidad de participación en actividades físicas es el nivel de disfrute en la participación (Gómez-Rijo, Gámez-Medina & Martínez-Herráez, 2011).

Por otro lado, no se han observado diferencias significativas en cuanto al género sobre sus niveles de disfrute, por lo que la diversión por la práctica de actividad física es una tendencia en alza que hace que haya un compromiso verdadero por el puro placer de la práctica (Zahariadis, Tsorbatzoudis, & Alexandris, 2006). La homogeneidad de los resultados sin importar el género aporta al Comité Organizador de la GExt información relevante relacionada con el público al que se tiene como potencial participante. Además, estos resultados confirman el erróneo pensamiento que se tiene acerca de que la gimnasia u otra modalidad artística son mayoritariamente para mujeres, e incluso, hay una evolución en el número de participantes respecto a otros estudios relacionados con los eventos no competitivos (León et al., 2018; León et al., 2019).

Para citar este artículo utilice la siguiente referencia: Jiménez-Galán, R.N.; Mancha-Triguero, D.; Muñoz-Jiménez, J.; Gamonales, J.M.; Francisco León, K. (2020). Análisis del disfrute de los participantes en evento no competitivo: Gimnastrada de Extremadura. *Sportis Sci J*, 6 (3), 468-487.

DOI: <https://doi.org/10.17979/sportis.2020.6.3.6532>

<http://revistas.udc.es/>

Artículo Original. Análisis del disfrute de los participantes en evento no competitivo: Gimnastrada de Extremadura. Vol. 6, nº. 3; p. 468-487, septiembre 2020. A Coruña. España ISSN 2386-8333

En línea con el párrafo anterior, la participación de la mujer en el deporte ha ido evolucionando a medida que ha ido cambiando su rol social (Díez, 2006; Vázquez-Gómez, 2001), esto es destacable puesto que, hay que afirmar que el número de participantes de género femenino ha sido mayor al género masculino en cada una de las ediciones realizadas. Otras investigaciones han encontrado que a medida que aumenta la edad de los escolares, las chicas abandonan progresivamente la práctica de actividad física. (Moreno & Cervello, 2005; Moreno et al., 2008). En este caso, no ha sido así. Algunas de las razones que apuntan a que la mujer ha sido excluida de la práctica físico-deportiva han sido el considerar el deporte como obstáculo para la fecundidad, la masculinización de su cuerpo o que el deporte además de tener que ver con el cuerpo, también tiene que ver con los espacios públicos, con el tiempo libre y con el sentido lúdico (Devís & Peiró, 1993; Vázquez-Gómez, 2001).

En cuanto al rango de edades, el grupo que se encuentran en riesgo (por ser un número bajo de participación) son la adolescencia y mujeres adultas. En este sentido, se ha comprobado que en ambos casos el disfrute al realizar esta actividad, aun siendo la Gimnasia un deporte minoritario, es muy alto, por lo que coincide con el estudio realizado por el Instituto de la Mujer (2006) que especificaba que un 22,7% de las mujeres practicaban gimnasia y que, además, según García-Ferrando & Llopis (2011), las gimnasias dirigidas y las actividades con soporte musical son practicadas mayoritariamente por el género femenino, donde el carácter artístico y expresivo se unen en una misma actividad con finalidad de mantenimiento o mejora de la forma física relacionada con la salud y el bienestar. Sin embargo, en el género masculino destacan la participación en actividades más intensas. Estas diferencias en el tipo de actividad aportan un conocimiento a los organizadores de eventos que, ante una misma actividad o práctica deportiva, los usuarios en función del género, pueden tener finalidades diferentes y deben ser satisfechas para crear adherencia a la práctica y que repitan.

Relacionado con lo anterior, Lipovetsky y Serroy (2010) afirmaron que las actividades desarrolladas en tiempo extralaboral adquieren un significado atractivo cargado de valores esenciales, entre los que se encuentran la búsqueda de cierta plenitud personal en el goce del tiempo libre y en la vida relacional que el mismo genera. Esta afirmación quizás sea este

Artículo Original. Análisis del disfrute de los participantes en evento no competitivo: Gimnastrada de Extremadura. Vol. 6, nº. 3; p. 468-487, septiembre 2020. A Coruña. España ISSN 2386-8333

atractivo el que atrae a participar de forma activa en un evento como la Gimnastrada y que motive a que cada año aumente progresivamente su participación, no solo de la ciudadanía próxima al evento sino de participantes de fuera de la región y del país.

## Conclusión

En este estudio, se ha tratado de responder a una interesante cuestión sobre la motivación que tienen los participantes en una manifestación artística no competitiva como es la Gimnastrada, así como, a conocer las diferencias en función de diferentes rangos de edad o género.

Se observan diferencias significativas en la muestra analizada en función de la edad y el género. Estas diferencias aportan una información relevante a la hora de diseñar un evento de estas características como a los propios entrenadores, monitores y personal que trabaja diariamente con los participantes, puesto que se observa que en función del rango de edad y el género, las necesidades individuales de cada participante son diferentes.

Estos hallazgos corroboran los existentes en la literatura sobre las manifestaciones artísticas como la gimnasia, a la que los usuarios o practicantes llegan con diferentes necesidades, nivel de ejecución y motivación. Estos resultados obligan al monitor o entrenador a que realice trabajos individualizados con cada participante en función de sus características o finalidad.

## Referencias bibliográficas

- Amador, L. V., & Esteban, M. (2015). Calidad de vida y formación en hábitos saludables en la alimentación de personas mayores, *Revista de humanidades*, (25), 1-18.
- Ato, M., López-García, J. J., & Benavente, A. (2013). Un sistema de clasificación de los diseños de investigación en psicología. *Anales de Psicología*, 29(3), 1038-1059. <https://doi.org/10.6018/analesps.29.3.178511>
- Barreal-López, P., Navarro-Patón, R., & Basanta-Camiño, S. (2015). ¿Disfrutan los escolares de educación primaria en las clases de educación física? Un estudio descriptivo. *Trances*, 7(4), 613-625.

Para citar este artículo utilice la siguiente referencia: Jiménez-Galán, R.N.; Mancha-Triguero, D.; Muñoz-Jiménez, J.; Gamonales, J.M.; Francisco León, K. (2020). Análisis del disfrute de los participantes en evento no competitivo: Gimnastrada de Extremadura. *Sportis Sci J*, 6 (3), 468-487.

DOI: <https://doi.org/10.17979/sportis.2020.6.3.6532>

<http://revistas.udc.es/>

Artículo Original. Análisis del disfrute de los participantes en evento no competitivo: Gimnastrada de Extremadura. Vol. 6, nº. 3; p. 468-487, septiembre 2020. A Coruña. España ISSN 2386-8333

- Caspersen, C. J., Merrit, R. K., & Stephens, T. (1994). International physical activity patterns: a methodological perspective. En Dishman RK, eds. *Advances in exercise adherence*, 73-110.
- Castillo, I., Balaguer, I., & Duda, J. L. (2001). Perspectivas de meta de los adolescentes en el contexto académico. *Psicothema*, 13(1), 79-86.
- Castillo, M. A. & Cabeza, V. (2015). Satisfacción que presentan adultos mayores frente a las prácticas de actividad física y salud para grupos especiales. *Revista Digital Efdeportes*, 20(204), 1-1.
- Chamero, M., & Fraile, J. (2013). Relación del disfrute en la actividad físico-deportiva con la autoeficacia motriz percibida al final de la infancia, *Revista Currículum*, 26, 177-196.
- Costa, J. (2009). *Identidad corporativa*. Trillas, México.
- Devís, J., & Peiró, C. (1993). La actividad Física y la promoción de la salud en niños/as y jóvenes: la escuela y la Educación Física. *Revista de Psicología del Deporte*, (4), 71-86.
- Díez, A. (2006). Evolución histórica y social de la presencia de la mujer en la práctica física y el deporte. *Revista Digital Efdeportes*, 99(11), 1-1.
- Fernández, E., Sánchez-Bañuelos, F., & Salinero, J. J. (2008). Validación y adaptación de la escala PACES de disfrute con la práctica de la actividad física para adolescentes españolas. *Psicothema*, 20(4), 890-895.
- Field, A. (2013). *Discovering statistics using IBM SPSS statistics*. London: Sage.
- FIG - Federation Internationale de Gymnastique. (2019). *Gymnastic for all*. Consultado en <https://www.gymnastics.sport/site/discipline> (3 de febrero de 2019).
- García-Ferrando, M., & Llopis, M. (2011). *Encuesta sobre los hábitos deportivos en España. Ideal democrático y bienestar personal*. Consejo Superior de Deporte. Madrid (España).
- Gómez-Rijo, A., Gámez-Medina, S., & Martínez-Herráez, I. (2011). Efectos del género y la etapa educativa del estudiante sobre la satisfacción y la desmotivación en Educación Física durante la educación obligatoria. *Agora para la Educación Física y el Deporte*, 2, 183-195.

Para citar este artículo utilice la siguiente referencia: Jiménez-Galán, R.N.; Mancha-Triguero, D.; Muñoz-Jiménez, J.; Gamonales, J.M.; Francisco León, K. (2020). Análisis del disfrute de los participantes en evento no competitivo: Gimnastrada de Extremadura. *Sportis Sci J*, 6 (3), 468-487.

DOI: <https://doi.org/10.17979/sportis.2020.6.3.6532>

<http://revistas.udc.es/>

Artículo Original. Análisis del disfrute de los participantes en evento no competitivo: Gimnastrada de Extremadura. Vol. 6, nº. 3; p. 468-487, septiembre 2020. A Coruña. España ISSN 2386-8333

- Iturricastillo, A., & Yanci, J. (2009). El nivel del disfrute con la actividad física en adolescentes: educación física Vs actividad Física extraescolar. *Revista Digital de Educación Física*, 7(39), 30-47.
- Jiménez-Torres, M. G., Godoy-Izquierdo, D., & Godoy, J. F. (2011). Relación entre los motivos para la práctica físico-deportiva y las experiencias de flujo en jóvenes: diferencias en función del sexo. *Universitas Psychologia*, 11(3), 909-920. <https://doi.org/10.11144/Javeriana.upsy11-3.rmpf>
- León, K., Gamonales, J. M., & Muñoz-Jiménez, J. (2018). *Caracterización de las redes sociales en los eventos deportivos: Gimnastrada de Extremadura*. En D. Joao Paulo Rocha (Presidencia), 7º Congresso Da Ginástica. Ginástica: entre o clássico e o emergente, segurança e comportamentos. Congreso llevado a cabo en la Federação de Ginástica, Guimaraes (Portugal).
- León, K., Gamonales, J. M., & Muñoz-Jiménez, J. (2019). *Influencia del género en las redes sociales: Gimnastrada de Extremadura*. En Dña. Estefanía Castillo y D. Fco. Javier Giménez (Presidencia), I Congreso Nacional "Mujer y Deporte Paralímpico". Facultad de Educación, Psicología y Ciencias del Deporte. Universidad de Huelva, Huelva (España).
- León, K., Gamonales, J. M., Gómez-Carmona, C. D., Leal-Bello, G., & Muñoz-Jiménez, J. (2020). Análisis de los factores que influyen en la cooperación deportiva en las actividades gimnásticas grupales no competitivas. *Retos, Nuevas Tendencias en Educación Física, Deporte y Recreación*, 37(1), 532-539.
- Lipovetsky, G., & Serroy, J. (2010). *La cultura Mundo. Respuesta a una Sociedad desorientada*. Ed. Anagrama: Barcelona, España.
- Lyubomirsky, S., King, L., & Diener, E. (2005). The Benefits of Frequent Positive Affect: Does Happiness Lead to Success? *Psychological Bulletin*, 131(6), 803–855. <https://doi.org/10.1037/0033-2909.131.6.803>
- Martín, M., Barriopedro, M. I., Martínez J., Jiménez-Beatty, J. E., & Rivero-Herráiz, A. (2014). Diferencias de género en los hábitos de actividad física de la población adulta

Artículo Original. Análisis del disfrute de los participantes en evento no competitivo: Gimnastrada de Extremadura. Vol. 6, nº. 3; p. 468-487, septiembre 2020. A Coruña. España ISSN 2386-8333

- en la Comunidad de Madrid. *Revista Internacional de Ciencias del deporte*, 28, 319-335. <https://doi.org/10.5232/ricyde2014.03803>
- Miranda, R. (2013). Análisis del grado de diversión, aburrimiento e intención de persistencia en jóvenes deportistas: una perspectiva desde la teoría de la autodeterminación. *Revista de Psicología del Deporte*, 21, 4-8.
- Moreno, J. A., & Cervello, E. M. (2005). Physical self-perception in Spanish adolescents: effects of gender and involvement in physical activity. *Journal of Human Movement Studies*, 48(4), 291-311.
- Moreno, J. A., González-Cutre, D., Martínez, C., Alonso, N., & López, M. (2008). Propiedades psicométricas de la Physical Enjoyment Scale (PACES) en el contexto español. *Estudios de Psicología*, 29(2), 173-180. <https://doi.org/10.1174/021093908784485093>
- Navarro-Patón, R., & Barreal, P. (2016). Relación entre el autoconcepto físico y el disfrute en las clases de educación física en escolares de educación primaria. *Journal of Sport and Health Research*, 8(2), 151-162.
- Navarro-Patón, R., Basanta-Camiño, S., & Abelairas-Gómez, C. (2017). Los juegos cooperativos: incidencia en la motivación, necesidades psicológicas básicas y disfrute en Educación Primaria. *Sportis*, 3(3), 589-604. <https://doi.org/10.17979/sportis.2017.3.3.2088>
- Oldridge, N. B. (1979). Cumplimiento de los pacientes post infarto de miocardio con los programas de ejercicio. *Medicina y ciencia en el deporte*, 11(4), 373-375.
- Salud Pública. (2001). Carta de Ottawa para la promoción de la salud, La primera Conferencia Internacional sobre la promoción de la salud. *Educación Salud*, 1(1), 19-22.
- Sánchez-Barrera, M. B., Pérez, M., & Godoy, J. F. (1995). Patrones de actividad física en una muestra española. *Revista Psicología del Deporte*, 7, 51-71.
- Sánchez-Ojeda, M. A., & De Luna-Bertos, E. (2015). Hábitos de vida saludable en la población universitaria. *Nutrición Hospitalaria*, 31(5), 1910-1919.
- Santrock, J. W. (2002). *Life span development: Perkembangan masa hidup*. Jakarta: Erlangga.

Para citar este artículo utilice la siguiente referencia: Jiménez-Galán, R.N.; Mancha-Triguero, D.; Muñoz-Jiménez, J.; Gamonales, J.M.; Francisco León, K. (2020). Análisis del disfrute de los participantes en evento no competitivo: Gimnastrada de Extremadura. *Sportis Sci J*, 6 (3), 468-487.

DOI: <https://doi.org/10.17979/sportis.2020.6.3.6532>

<http://revistas.udc.es/>

Artículo Original. Análisis del disfrute de los participantes en evento no competitivo: Gimnastada de Extremadura. Vol. 6, nº. 3; p. 468-487, septiembre 2020. A Coruña. España ISSN 2386-8333

Úrzua, A., & Caqueo-Urizar, A. (2012). Calidad de vida: una revisión teórica del concepto. *Teoría Psicológica*, 30(1), 61-71. <https://doi.org/10.4067/S0718-48082012000100006>

Valero, A., Ruiz, F., Gómez, F. M., García, E., & de la Cruz, E. (2009). Adultos mayores y sus motivos para la práctica físico deportiva. *Revista Mexicana de Psicología*, 26(1), 61-69.

Vázquez-Gómez, B. (2001). *La cultura física y las diferencias de género en el umbral del siglo XXI*. En Devís, J. (Ed). La educación física, el deporte y la salud en el siglo XXI. Alicante: Marfil, 213-218.

Vázquez, M. (2018). *Fitness revolucionario*. Madrid: Oberón.

Zahariadis, P., Tsorbatzoudis, H., & Alexandris, K. (2006). Self-determination in sport commitment. *Perceptual and Motor Skills*, 102(2), 405-420. <https://doi.org/10.2466/pms.102.2.405-420>

## Agradecimientos

Trabajo desarrollado dentro del Grupo de Optimización del Entrenamiento y Rendimiento Deportivo (G.O.E.R.D.) de la Facultad de Ciencias del Deporte de la Universidad de Extremadura.



Este trabajo ha sido parcialmente subvencionado por la Ayuda a los Grupos de Investigación (GR18170) de la Junta de Extremadura (Consejería de Empleo e Infraestructuras); con la aportación de la Unión Europea a través de los Fondos Europeos de Desarrollo Regional (FEDER).



Para citar este artículo utilice la siguiente referencia: Jiménez-Galán, R.N.; Mancha-Triguero, D.; Muñoz-Jiménez, J.; Gamonales, J.M.; Francisco León, K. (2020). Análisis del disfrute de los participantes en evento no competitivo: Gimnastada de Extremadura. *Sportis Sci J*, 6 (3), 468-487.

DOI: <https://doi.org/10.17979/sportis.2020.6.3.6532>

<http://revistas.udc.es/>

## Material Suplementario

### escala de medida del disfrute en la actividad física

Escala de medida del disfrute en la actividad física (PACES) Molt y cols. (2001)

Cuando estoy activo...	Totalmente en desacuerdo	Algo en desacuerdo	Neutro	Algo de acuerdo	Totalmente de acuerdo
1. Disfruto	1	2	3	4	5
2. Me aburro	1	2	3	4	5
3. No me gusta	1	2	3	4	5
4. Lo encuentro agradable	1	2	3	4	5
5. De ninguna manera es divertido	1	2	3	4	5
6. Me da energía	1	2	3	4	5
7. Me deprime	1	2	3	4	5
8. Es muy agradable	1	2	3	4	5
9. Mi cuerpo se siente bien	1	2	3	4	5
10. Obtengo algo extra	1	2	3	4	5
11. Es muy excitante	1	2	3	4	5
12. Me frustra	1	2	3	4	5
13. De ninguna manera es interesante	1	2	3	4	5
14. Me proporciona fuertes sentimientos	1	2	3	4	5
15. Me siento bien	1	2	3	4	5
16. Pienso que debería estar haciendo otra cosa	1	2	3	4	5

**Disfrute:** 1, 2(-), 3(-), 4, 5(-), 6, 7(-), 8, 9, 10, 11, 12(-), 13(-), 14, 15, 16(-)

Moreno, J. A., González-Cutre, D., Martínez Galindo, C., Alonso, N., y López, M. (2008). Propiedades psicométricas de la Physical Activity Enjoyment Scale (PACES) en el contexto español. *Estudios de Psicología*, 29(2), 173-180.

Artículo Original. Análisis del disfrute de los participantes en evento no competitivo: Gimnastrada de Extremadura. Vol. 6, nº. 3; p. 468-487, septiembre 2020. A Coruña. España ISSN 2386-8333

## **Figura suplementaria 1. Cuestionario utilizado en la investigación (PACES).**

Para citar este artículo utilice la siguiente referencia: Jiménez-Galán, R.N.; Mancha-Triguero, D.; Muñoz-Jiménez, J.; Gamonales, J.M.; Francisco León, K. (2020). Análisis del disfrute de los participantes en evento no competitivo: Gimnastrada de Extremadura. *Sportis Sci J*, 6 (3), 468-487.

DOI: <https://doi.org/10.17979/sportis.2020.6.3.6532>

<http://revistas.udc.es/>