

## CONTEXTO SOCIAL Y URBANO EN LOS HÁBITOS DE ACTIVIDAD FÍSICA DEPORTIVA DE JÓVENES DE UNA POBLACIÓN RURAL DE MÉXICO

### SOCIAL AND URBAN CONTEXT IN THE PHYSICAL ACTIVITY HABITS OF YOUNG PEOPLE FROM A RURAL POPULATION IN MEXICO

**Ciria Margarita Salazar C.**

[ciria6@ucol.mx](mailto:ciria6@ucol.mx)

Facultad de Ciencias de la Educación  
Universidad de Colima  
México

**Emilio Gerzaín Manzo Lozano**

[manzolozano@hotmail.com](mailto:manzolozano@hotmail.com)

Facultad de Ciencias de la Educación  
Universidad de Colima  
México

#### RESUMEN

El presente trabajo de tipo descriptivo tiene como objetivo describir la influencia del contexto social (familia y amigos) y urbano en los hábitos de actividad física de una población joven de una población rural del Estado de Michoacán. La población es no probabilística por cuotas, participando 50 jóvenes (10 mujeres y 40 varones) de entre 15 y 29 años de la comunidad de Coalcoman. Para el levantamiento de la información se utilizó el cuestionario “*Determinantes Sociales para la práctica de Actividad Física*”. Entre los principales hallazgos, se observa que la disminuida presencia de una cultura física en la familia y escasa oferta de programas deportivos alejan a los jóvenes de la práctica física-deportiva; sin embargo, el ánimo entre los pares es alto, lo que mantiene la posibilidad de activar una estrategia acorde a los intereses y necesidades de los jóvenes de la comunidad.

Palabras clave: jóvenes, actividad física, deporte, familia y contexto urbano.

#### ABSTRACT

The objective of this descriptive work is to describe the influence of the social context (family and friends) and urban context on the physical activity habits of a young population of a rural population of the State of Michoacán. The population is not probabilistic by quotas, involving 50 young people (10 women and 40 men) between 15 and 29 years old from the Coalcoman community. To collect the information, the questionnaire "Social Determinants for the

practice of Physical Activity" was used. Among the main findings, it is observed that the diminished presence of a physical culture in the family and scarce offer of sports programs move young people away from physical-sports practice; However, the spirit among the peers is high, which maintains the possibility of activating a strategy according to the interests and needs of the young people of the community.

Keywords: young people, physical activity, sport, family and urban context.

## INTRODUCCIÓN

### **La familia y los amigos determinantes de estilos de vida**

La familia determina el devenir de cada ser humano porque es la primera organización social que otorga valores, formas de comportamiento y conductas (Lavielle Sotomayor, Pineda Aquino, Jáuregui Jiménez, & Castillo Trejo, 2014). En ella se aprende a expresar sentimientos, los instintos se transforman en emociones y éstas hacen que la persona adquiera ese estatus que le conducirá entre sus iguales.

El mismo núcleo familiar provocará diferentes fortalezas o debilidades corporales de acuerdo a las actividades que en ella se desarrollen y la cultura donde se ha establecido. En tanto, el entorno social pondera una determinada expresión de la inteligencia quinestésica, hoy revalorada (Gardner, 2015).

En este sentido, las personas somos determinadas por el otro y los otros, e incluso, somos influidos por los lugares donde crecemos, vivimos, trabajamos, envejecemos, como nos alimentamos, como cuidamos la salud, incluso como nos divertimos (Wilkinson & Marmot, 2003). Desde esta perspectiva, son los jóvenes los que pueden ser influenciados tanto positiva y negativamente por los diferentes ambientes en los que se desenvuelve, generando cambios en su desarrollo cognitivo, moral y relacional (Monreal & Guitart, 2013).

En los últimos 20 años, los estudios sobre juventud evidencian que este grupo social es uno de los más vulnerables, ya que presentan distintas problemáticas como: elevadas tasas de

migración, ausencia de oportunidades de empleo, baja calidad educativa, niveles de escolaridad inferiores, inexistencia de espacios de recreación (Salazar y Ceballos, 2015), influencia inadecuada de medios masivos de comunicación, incremento de adicciones, aumento de enfermedades de transmisión sexual, sedentarismo, complicación de enfermedades crónico degenerativas, sobrepeso-obesidad (Salazar, Feu & Vizueté, 2013), embarazos juveniles (Lemus, 2005; Reguillo, 2010) y problemáticas sociales como la inseguridad que los expone a diferentes situaciones de riesgo (Arreola & Ceballos, 2016).

Las expectativas sociales que se tienen sobre los jóvenes generan inquietudes juveniles que son expresadas por estos grupos según el contexto social en el que se desenvuelven (Feixa, 1998). De esta forma, los jóvenes reproducirán estilos de vida que el medio les provea. Saraví (2010) menciona que las condiciones urbanas propiciadas por las nuevas formas de convivencia social, ha rediseñado los comportamientos juveniles con nuevas y diferentes formas de autodefinirse (Lemus, 2005), por ello, la necesidad de hacer algo diferente que le motive y lo lleve al encuentro con sentidos corporales más significativos (Aguayo, 2003) y con un alto grado de adrenalina (Cortés y López, 2012), aunque el resto de la sociedad lo vea como pérdida de tiempo y adquisición de estilos de vida nocivos, que generalmente entrará en el sentido de cambio y ruptura propio de las conductas juveniles frente a la tradición. Una actividad cíclica y generacional.

### **Estudios sobre los determinantes sociales y urbanos de la actividad física**

Salazar, Feu, Vizuetá Carrisoza, & de la Cruz Sánchez (2013) en una investigación hecha en Colima, se encontraron que los jóvenes tienen mayores posibilidades de hacer deporte si alguno de los integrantes de la familia, padre, madre o hermano hace o practicó deporte; también, la influencia de los pares y parejas, así como, los espacios acondicionados donde se perciba seguridad.

Recientemente un estudio (Liszewska, Scholz, Radtke, Horodyska, Liszewski & Luszczynska, 2018) reveló que el comportamiento de los padres puede tener una influencia considerable en el IMC y la actividad física de los niños que participan en actividades controladas. En este mismo sentido el modelado que hagan los padres influirá positivamente en niño o joven para ser activo físicamente (Sallis, 2000).

En Ciudad de México (Lavielle Sotomayor, et al., 2014) encontraron que la actividad física y el sedentarismo está influenciada también por determinantes sociodemográficos, familiares y el impacto a la salud; en su estudio se observa que el principal elemento disociativo tiene que ver con condiciones ambientales de los vecindarios (calles mal iluminadas, con alto índice de criminalidad, etc.); se ha reportado que en los países donde no existen lugares adecuados para realizar actividad física, así como altos niveles de violencia urbana contribuye a la alta prevalencia de falta de actividad física y conductas sedentarias, lo cual podría ser el caso de nuestra población estudiada.

En este sentido Gómez, Johnson, Selva & Sallis (2004) ya en sus estudios afirmaban que el crimen violento en el vecindario puede ser una barrera ambiental importante para la actividad física al aire libre para las adolescentes mexicanas-estadounidenses que viven en zonas urbanas.

Ante estos antecedentes bibliográficos y estadísticas sobre la hipoactividad física en jóvenes, el presente trabajo tiene como objetivo describir la influencia de la familia, amigos y el contexto urbano en los hábitos de actividad física de una población joven de una población rural del Estado de Michoacán.

## **METODOLOGÍA**

El estudio es descriptivo transversal. La población corresponde a una muestra no probabilística por cuotas (Izquierdo, 2015), constituida por 50 jóvenes (10 mujeres y 40

hombres) entre los 15 y 29 años de edad de la comunidad rural de Coalcomán de Vázquez Pallares, población rural e indígena mexicana del estado de Michoacán de Ocampo, México, con sistema de autogobierno de usos y costumbre para normar la vida de la comunidad. Es preciso mencionar que la selección de los informantes consistió en visitar el jardín principal y canchas de uso múltiple de algunas de las colonias de la cabecera municipal.

Para la recolección de datos se utilizó el cuestionario “*Determinantes Sociales para la práctica de Actividad Física*” conformado por una serie de preguntas, para la obtención de la información necesario se contestó de manera autogestiva. El cuestionario con variable de los determinantes sociales y con indicadores de gradiente social fue implementado en Salazar, Feu, Vizueta Carrisoza, & de la Cruz Sánchez (2013) y en Andrade-Sánchez, (2018).

Está integrado por preguntas de opción múltiple, respuesta abierta y elección mixta. Es importante mencionar que a la par del levantamiento del instrumento, se optó por realizar un ejercicio de observación, que ayudará a explicar de manera exploratoria, cierta parte de los hechos, usos y costumbres, así como la dinámica cotidiana de la población.

## RESULTADOS

Los datos sociodemográficos de los informantes nos indican que la muestra con promedio de edad de 20.4 años en su mayoría hombres, solo el 16% estudia, el 58% trabaja en el campo (aserraderos de madera, ganadería y agricultura) o pequeño comercio (tienda de abarrotes, productos, etc), el 80% vive con su familia (tradicional y conservadoras), el promedio de IMC es de 24.55 que indica una media de normopeso a sobrepeso, a su vez, la percepción del estado físico es de regular a bueno, el 78% no consume tabaco, a diferencia del alcohol el 66% menciona tener un consumo bajo y medio (Ver Tabla 1).

<b>Tabla 1. Características sociodemográficas de la muestra</b>	
<b>Sexo</b>	80% Hombres – 20% Mujeres
<b>Edad Promedio</b>	20.4 años
<b>Vive con familia</b>	20% No – 80% Si
<b>Estudiante</b>	84% No - 16% Si
<b>Trabaja</b>	42% No- 58% Si

<b>IMC</b>	24.55
<b>Autopercepción de Estado Físico</b>	40% Regular 38% Bueno 14% Muy bueno 8% Muy malo
<b>Consumo Tabaco</b>	78% No consume 12 % Consumo medio 10% Bajo
<b>Consumo Alcohol</b>	22% Medio 42% Bajo 36% No consume

En lo que refiere a la actividad física, práctica deportiva y recreativa la muestra se comporta en correspondencia al IMC presentado, el 70% de los participantes menciona que práctica algún deporte (86% deportes colectivos -fútbol, voleibol y basquet-), el 48% se moviliza en la comunidad caminando y usando bicicleta; de igual forma, el 78% de los informantes mencionan asistir frecuentemente por semana a centros deportivos o canchas cercanas por la tarde después del trabajo, los estudios y responsabilidades en casa; en esa misma proporción, se discute el tiempo con el uso de las tecnologías TICs (uso de internet, redes sociales, etc.) 74% de uso constante; en lo relativo a la autopercepción y relación con la actividad física, el 66% se percibe muy activo y activo, caso contrario en la habilidad motriz, el 48% se percibe en un nivel regular y 30% poco, por tanto, su satisfacción con la AF se ve determinada como satisfactoria en un 54% (Ver Tabla 2).

<b>Tabla 2. Actividad física y recreativas en tiempo libre.</b>	
<b>Deportista</b>	30% No – 70% Si
<b>Tipo de deporte</b>	Fútbol 56% Voleibol 14% Basquetbol 6% Natación 2% Ninguna 22%
<b>Movilidad</b>	62% motorizada 48% motora corporal (caminando y bicicleta)
<b>Tiempo Libre</b>	54% Suficiente 34% Escaso 14 % Muy escaso
<b>Práctica deportiva Tiempo Libre</b>	42% De vez en cuando 36% Muy a menudo 18% Siempre

	4% Nunca
<b>Uso de TICs tiempo libre</b>	60% Muy a menudo 14% 2 o 3 veces x semana 26% Algunas veces y nunca
<b>Autopercepción de AF</b>	10 % Muy activo 56 % Activo 26 % Pasivo 10% Muy pasivo
<b>Autopercepción de habilidad motriz</b>	48% Regular 32% Poco y nada 20% Mucho
<b>Satisfacción con la AF</b>	54% Mucho 30 % Regular 16% Poco

Al establecer los determinantes o aspectos que influyen en la práctica de la actividad física o deportiva, el gobierno, la familia y los amigos juegan un papel importante, como lo vemos en la siguiente descripción (ver Tabla 3). Los participantes señalan que la función de promotoría deportiva no se ejecuta con riguridad, generando que la participación en programas deportivos sea de 40% y el 44% opine no sentir la motivación o el ánimo del promotor deportivo. La práctica deportiva en pares (amigos) marca una tendencia positiva y sostenida. A diferencia de la familia, encontramos que la familia da importancia a la práctica deportiva como actividad saludable y de diversión, pero no consideran como un estilo de vida la actividad física. A su vez, existe correspondencia con la determinación físico-deportiva de los hijos hacia práctica, padre y madre no fueron/no son activos y tampoco se promueve en conjunto como familia la ejercitación.

<b>Participación en programas deportivos</b>	40% Mucho 38% Regular 24% Poco y nada	<b>EF escolar fue o es importante</b>	68% Mucho 20% Regular 2% Poco y nada	<b>Promotores Deportivos te animan</b>	44 % No 26% Sí 18% Frecuente 12% Alguna Vez
<b>Amigos activos</b>	54% Regular 24 % Mucho 22 % Poco	<b>Práctica con amigos</b>	32% sí 30% Frecuente 38% Alguna vez y no	<b>Te Animar</b>	48% sí 20% Frecuente 32% Alguna vez y no
<b>Familia activa</b>	36% No 48% Alguna vez 10% Frecuente	<b>Importancia para la familia</b>	40% Bastante 16% Mucha 34% Algo	<b>Te animar</b>	38% Sí 26% Alguna Vez 22% No

	6% Sí		10% Ninguna		14% Frecuente
<b>Padre hizo o hace AF</b>	34% Alguna Vez 26% Frecuente 26% Nunca 14% A Diario	<b>Madre hizo o hace AF</b>	46% Alguna Vez 30% Nunca 16% Frecuente 8% A diario	<b>Tu pareja te anima</b>	52% No/ No tengo 20% Alguna Vez 8% Frecuente 20% Sí

En lo que refiere a la influencia del contexto urbano, el clima de confianza y seguridad que se percibe alrededor de la casa de los participantes y las instalaciones deportivas (ver Tabla 4), encontramos que la percepción de 6 de cada 10 es positiva, a su vez, la referencia de personas ejercitándose en su colonia no es habitual, se concentra en espacios con mayor comodidad y resguardo.

<b>Tabla 4. Influencia del contexto urbano para la realización de actividad física y recreativas en tiempo libre.</b>	
<b>Te sientes seguro donde vives</b>	58% Mucho 20% Regular 22 % Poco y nada
<b>Ves personas haciendo AF en tu colonia</b>	36% Alguna Vez 28% Frecuente 30% Sí 6% No
<b>Autopercepción de seguridad en colonia para la práctica deportiva</b>	58% Seguro 14% No se siente seguro 16% Alguna vez 12% Frecuentemente
<b>Has sufrido violencia en espacios deportivos</b>	80% Nada 12% Poco 6% Regular 2% Mucho
<b>Zonas de recreo, jardines cercanos para AF</b>	70% Sí 30% No

## CONCLUSIONES

Los determinantes hacia la práctica de la actividad física de los jóvenes de la comunidad de Coalcomán son de carácter cultural, organizacional y seguridad.

En lo relativo al determinante cultural, observamos que la comunidad considera una actividad de recreo a la práctica deportiva, observándose como una acción positiva, de desfogue y orientada al uso del tiempo libre posterior a las responsabilidades laborales y del hogar; la familia normaliza como una actividad propia de la rutina y autoriza su práctica.

En el aspecto organizacional, se observa claramente la falta de promotoría deportiva, no existe una oferta atractiva, innovadora, incluyente, mucho menos de incentivo hacia la práctica deportiva. Por tanto, queda invisibilizada a la mirada de la población, sabe que existe, pero deja de percibir su función y servicios.

En lo referido a seguridad, 4 de 10 no perciben en una zona segura, o no se sienten motivadas versus el temor de ser violentadas en los espacios abiertos, recreativos o deportivos; por lo que, deciden optar por alguna de las prácticas regulares de los habitantes de la comunidad, como convivir con familia, amigos o vecinas fuera de su domicilio.

En prospectiva, el estudio podría profundizar sobre las dinámicas familiares y comunitarias y su relación con la AF, ello, con el uso de técnicas cualitativas como la observación participante.

En lo que refiere a posibles actuaciones, se recomienda que la municipalidad conozca y reconozca que la población tiene intereses y necesidades muy diferentes al comportamiento tradicional hacia el deporte. Anteriormente, las personas acudían autodeterminadas por la satisfacción generada por el deporte y sus beneficios, en la actualidad, observamos un comportamiento de satisfacción con el uso de dispositivos tecnológicos que promueven la multi-comunicación y ello, en un futuro, como ha ocurrido en otras comunidades y entidades terminaría de seguir el modelo tradicional de gestión y promotoría deportiva por dejar las instalaciones y programas deportivos sin adeptos jóvenes.

Finalmente, se establece que los procesos culturales marcan la pauta para nuevos diseños sociales, son cambiantes, y al tratarse de jóvenes, no podrán sostener por mucho tiempo la solidez de prácticas tradicionales, como el uso del tiempo y las prácticas recreativas.

## BIBLIOGRAFÍA

Arreola, L., & Ceballos, A. (2016). Las emociones en la percepción social del riesgo en jóvenes rurales de Colima, México/Emotions in Social Perception of Risk in Rural Youth of Colima, México. *Revista Internacional de Ciencias Sociales*, 5(1), 199-206.

Garner, H. (2005). Teoría de las inteligencias múltiples: la teoría en la práctica. Estados Unidos: Paidós.

Gómez, J. E., Johnson, B. A., Selva, M., & Sallis, J. F. (2004). Violent crime and outdoor physical activity among inner-city youth. *Preventive medicine*, 39(5), 876-881.

Izquierdo, G. M. (2015). Informantes y muestreo en investigación cualitativa. *Investigaciones Andina*, 17(30), 1148-1150.

Lavielle Sotomayor, P., Pineda Aquino, V., Jáuregui Jiménez, O., & Castillo Trejo, M. (2014). Actividad física y sedentarismo: Determinantes sociodemográficos, familiares y su impacto en la salud del adolescente. *Redalyc*, 161 - 172.

Lemus, G. (2005). Rap y prácticas de resistencia: una forma de ser joven. Reflexiones preliminares a partir de la interacción con algunas agrupaciones bogotanas. *Tabula Rasa*, enero-diciembre, 253-270. Ramírez, F., Muñoz, C., Najjar, A., y Robles, A. (2011). *Entre escenarios y calles. BogoTadeo. [Revista Virtual]*. Número Septiembre. Recuperado: <http://revistas.utadeo.edu.co/index.php/BT/article/view/254>

Liszewska, N., Scholz, U., Radtke, T., Horodyska, K., Liszewski, M., y Luszczynska, A. (2018). Asociación entre la actividad física de los niños y las prácticas de los padres Mejora de la actividad física de los niños: los efectos moderadores de la puntuación z del IMC de los niños. *Fronteras en psicología*, 8, 2359.

Salazar, C. M., Feu, S., Vizueta Carrisoza, M., & de la Cruz Sánchez, E. (2013). Entorno social afectivo y entorno urbano como determinantes del patrón de actividad física de los universitarios de colima. *Revista CCD*, 103 - 112.

Salazar, C. M., & Ceballos, A. C. A. (2015). El concepto ocio en la vida moderna de Latinoamérica: revisión y apuntes para una ingeniería sociocultural. *Razón y palabra*, (90), 15.

Salazar C., C.M.; Feu, S.; Vizuite Carrisoza, M. y de la Cruz-Sánchez, E. (2013). IMC y actividad física de los estudiantes de la Universidad de Colima / BMI and physical activity of the colima university students. *Revista Internacional de Medicina y Ciencias de la Actividad Física y el Deporte* vol. 13 (51) pp. 569-584.  
<Http://cdeporte.rediris.es/revista/revista51/artIMC405.htm>

Courel-Ibáñez J, Sánchez-Alcaraz BJ, Gómez-Mármol A, Valero-Valenzuela A, Moreno-Murcia JA (2019) El papel moderador de la deportividad y las actitudes violentas sobre la responsabilidad social y personal en los adolescentes. Un enfoque de clasificación de agrupamiento. *PLoS ONE* 14 (2): e0211933. <https://doi.org/10.1371/journal.pone.0211933>

Monreal, M. G., & Guitart, M. E. (2013). Consideraciones educativas de la perspectiva ecológica de Urie Bronferbrenner. *Contextos educativos. Revista de educación*, (15), 79-92.

Wilkinson, R., & Marmot, M. (2003). <http://www.bvsde.paho.org>. Obtenido de <http://www.bvsde.paho.org/bvsacd/cd90/1008WILdet.pdf>:  
<http://www.bvsde.paho.org/bvsacd/cd90/1008WILdet.pdf>

Recibido: 2019-06-21  
Aceptado: 2019-08-21