

Hábitos de práctica de actividad física y deportiva de las mujeres adultas guipuzcoanas en la sociedad contemporánea

09



Donostia, 3 de Julio de 2009

ISBN: 978-84-692-4747-1

Financiado por la [Dirección General de Deportes de la Diputación Foral de Gipuzkoa](#)

José Antonio Arruza
Juan Aldaz
Silvia Arribas
Lorena Gil de Montes

ÍNDICE

1. Introducción	3
2. Marco Teórico	3
2.1. La institucionalización como proceso explicativo del dinamismo de la PAFYD	10
2.2. Definición operativa de PAFYD	11
2.3. Teorizando los Hábitos de PAFYD de la Modernidad Líquida. Entre la globalización y la individualización	15
2.4. Algunas claves para comprender los Hábitos de Práctica de Actividad Física y Deporte de la Modernidad Líquida	20
2.4.1. Acotación contextual a la idea de cultura y de los estilos de vida de la Modernidad Líquida	20
2.4.2. Los hábitos líquidos. Entre la globalización y la individualización	25
2.4.3. La mujer individualizada. ¿Beneficiaria o víctima de la Modernidad Líquida?	33
3. Metodología	36
3.1. Hipótesis de Trabajo	36
3.2. Muestra	37
3.3. Variables	38
3.4. Diseño	40
3.5. Instrumento	40
3.6. Procedimiento	40
4. Análisis de los resultados	42
4.1. PAFYD de la población adulta de Gipuzkoa	42
4.1.1. Número de practicantes	42
4.1.2. Gipuzkoa a la luz del proyecto COMPASS	43
4.1.3. Polideportividad de la PAFYD en Gipuzkoa	46
4.1.4. Nivel de Institucionalización de la PAFYD	47
4.1.5. Las modalidades de PAFYD que más realiza la población adulta de Gipuzkoa	49
4.1.6. Gipuzkoa sociedad de caminantes	52
4.2. La socialización en los Hábitos de PAFYD anterior a la mayoría de edad	54
4.2.1. Participación en deporte escolar (en horario extra-escolar), hasta los 16 años	55
4.2.2. Participación en competiciones organizadas en el deporte escolar	55
4.2.3. Estuvieron federados/as o pertenecieron a algún club	56

deportivo antes de los dieciséis años	
4.2.4 Participación en competiciones federadas	57
4.3. Contextos para la PAFYD	58
4.3.1. Espacios para la PAFYD	59
4.3.2. Tiempos para la práctica	61
4.3.3. Redes sociales para la práctica	63
4.3.3.1. Personas de la red social que realizan alguna PAFYD	63
4.3.3.2. Personas de la red social con las que se realiza alguna PAFYD	65
4.3.3.3. Personas de la red social que les animan a realizar alguna PAFYD	67
4.4. Discursos de la población adulta de Gipuzkoa respecto de la PAFYD	69
4.4.1. Importancia otorgada a la PAFYD	70
4.4.2. Creencias de utilidad sobre la PAFYD	71
4.4.3. Razones que se aluden para la Práctica de Actividad Física y Deportiva	73
4.4.4. Percepciones sobre la PAFYD de diferentes colectivos	75
4.5. La transformación en los Hábitos de PAFYD	76
4.5.1. Abandono de PAFYD en los últimos cinco años	77
4.5.2. Intención de comenzar a practicar alguna (otra) nueva modalidad de PAFYD	81
4.5.3 Adherencia a la PAFYD	85
5. Conclusiones	87
5.1. Conclusiones específicas según el sexo de la población de Gipuzkoa	93
Bibliografía	99

HÁBITOS DE PRÁCTICA DE ACTIVIDAD FÍSICA Y DEPORTIVA DE LAS MUJERES ADULTAS GUIPUZCOANAS EN LA SOCIEDAD CONTEMPORÁNEA

Arruza, J.A., Aldaz, J., Arribas, S. y Gil de Montes, L.
www.ehu.es/cinvidere/

1. INTRODUCCIÓN

El presente trabajo recoge parcialmente la fundamentación teórica y los resultados relativos a la perspectiva de género del proyecto de tesis de Aldaz, J. titulado “La Práctica de Actividad Física y Deportiva (PAFYD) de la población adulta de Gipuzkoa como Hábito Líquido” dirigida por Arribas, S. y Aierdi, X. y defendida en 2009.

La elaboración del presente trabajo ha sido posible gracias al apoyo del Servicio de Deportes de la Diputación Foral de Gipuzkoa y a los fondos FEDER del Ministerio de Educación y Ciencia (DEP2006-56054-C03-01/ACTI) sin los cuales, sería casi imposible que proyectos como el presente trabajo se pudieran llevar a cabo.

2. MARCO TEÓRICO

Antes que nada cabe decir que, si bien pudiera parecer que al hablar de deporte nos encontramos ante un campo de estudio perfectamente delimitado de las ciencias sociales, lo cierto es que nos encontramos ante una área de estudio que, lejos de tener unas fronteras claramente definidas, atraviesa de manera transversal las perspectivas sociológicas desde las que ha sido abordado tradicionalmente el fenómeno deportivo. Así, dependiendo de la especialización sociológica desde la que se haya analizado el fenómeno deportivo, observamos como el propio sentido de deporte varía.

Nuestro propósito en este punto consiste en aclarar y acotar a que nos referimos al hablar de los hábitos de PAFYD.

Indudablemente, podemos afirmar que tanto la actividad física como el deporte se explican, entre otros términos, a través del concepto de ejercicio, es decir, que tanto la realización de actividad física como el deporte se componen, y explican, en términos de hacer ejercicio. No obstante, las características tanto cuantitativas como cualitativas de la actividad física y el deporte serán muy diferentes en función de los objetivos y el significado que cada individuo tenga respecto de la PAFYD.

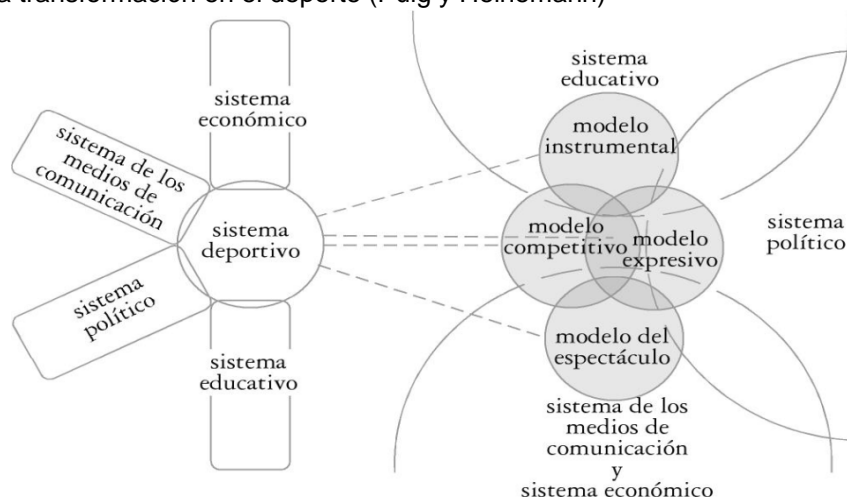
Y todo ello, además, ha de ser analizado teniendo conciencia tal y como señala Bourdieu (2000) de que la variación en la distribución de las prácticas deportivas con base en las clases sociales y las diferentes fracciones de clase, depende de las variaciones tanto en la percepción y la apreciación de los beneficios, inmediatos o diferidos, derivados supuestamente de la práctica de

la mismas, como a variaciones en los costes económicos, culturales, y también corporales. Así, tal y como señala Bourdieu (2000:209), “todo ocurre como si la probabilidad de practicar los diferentes deportes dependiera, en los límites definidos por el capital económico (y cultural) y por el tiempo libre, de la percepción y de la apreciación de los beneficios y de los costes intrínsecos y extrínsecos de cada una de las prácticas con arreglo a las disposiciones del *habitus* y, con mayor precisión, de la relación con el propio cuerpo que es una de las dimensiones de aquél”. Tanto es así que Bourdieu afirma que la relación instrumental de los individuos con el propio cuerpo se manifiesta también en la elección del tipo de deporte que se practica.

Así pues, el fenómeno deportivo contemporáneo, dada su enorme y creciente diversificación, se muestra como una realidad difícil de acotar, por lo que una de las perspectivas más constructivas podría ser el tratar de comprenderlo como un *sistema social abierto* (Puig y Heinemann, 1991) donde se van (re)generando nuevas prácticas y concepciones de la misma. Estos autores sugieren que ya no existe un único modelo explicativo que agrupe las características principales del deporte por lo que “si se tienen en cuenta como dimensiones constituyentes la forma como se *organizan* las actividades deportivas, el modo como se *legitiman*, las *motivaciones* de los participantes y los *impactos* que producen, cabe sugerir cuatro modelos configuradores del deporte contemporáneo (...): *competitivo, expresivo, instrumental y espectáculo*” (Puig y Heinemann, 1991:126). Cabe decir que estos modelos han de ser entendidos, tal y como advierten los autores, como tipos ideales en el sentido descrito por Max Weber.

De hecho, Puig y Heinemann (1991:125) destacan la *diversificación* como tendencia más relevante del “sistema deportivo contemporáneo”. Así, insisten en el hecho de que “el deporte ha dejado de ser un sistema autónomo y se ha convertido en un sistema abierto con escasa identidad propia y estrechamente conectado a otros sistemas tales como el económico, el educativo, el político...”, que podría ilustrarse, tal y como lo hacen los autores, como sigue:

Figura 1. La transformación en el deporte (Puig y Heinemann)



Haciendo nuestra la clasificación de Puig y Heinemann y, adaptándola a nuestro trabajo, entendemos que los cuatro modelos expuestos por estos autores, es decir, el modelo *competitivo*, *expresivo*, *instrumental* y *del espectáculo*, se podrían agrupar en tres grandes bloques según el nivel de institucionalización¹ de la PAFYD:

- *Institucionalizada* (que agruparía los modelos competitivo y espectáculo),
- *Semi-institucionalizada* (que sería casi homólogo al expresivo), y
- *Para-Institucionalizada* (que abarcaría, entre otras modalidades de PAFYD, las realizadas de manera instrumental). Se podría resumir como sigue:

Tabla 1. Clasificación de las actividades físicas y deportivas según nivel de institucionalización

Tipo de PAFYD según el nivel de Institucionalización	Descripción
<i>PAFYD Institucionalizada</i>	Los deportes, espectáculo o no, reconocidos por el COI y practicados de manera organizada y competitiva a todos los niveles.
<i>PAFYD Semi-institucionalizada</i>	Todas aquellas practicas físico-deportivas practicadas de manera lúdico-recreativa, pero que comparten, en esencia, las normas de ejecución de las modalidades de PAFYD institucionalizadas.
<i>PAFYD Para-Institucionalizada</i>	Todas aquellas modalidades de PAFYD de nueva creación, apenas institucionalizadas o, institucionalizadas sin reconocimiento internacional oficial, en casos junto a las prácticas institucionalizadas, en casos al

¹ **Institucionalización.** Proceso de <<fijación>> de determinadas pautas de conducta que debe repetirse de manera regular (en determinadas situaciones) en forma de instituciones. Según la teoría estructural-funcionalista, sobre todo de T. Parsons, por la vía de la institucionalización surge ante todo orden el social, en la medida en que valores amorfos (por ejemplo, libertad, integridad, belleza) se definen de forma concreta como objetivos operacionales y se determinan los métodos, medios, pautas de conducta y formas de cooperación, que son necesarios para su consecución. Mediante la institucionalización, los modelos de valores culturales se convierten en roles, *status*, etc.(Hillman 2001:478)

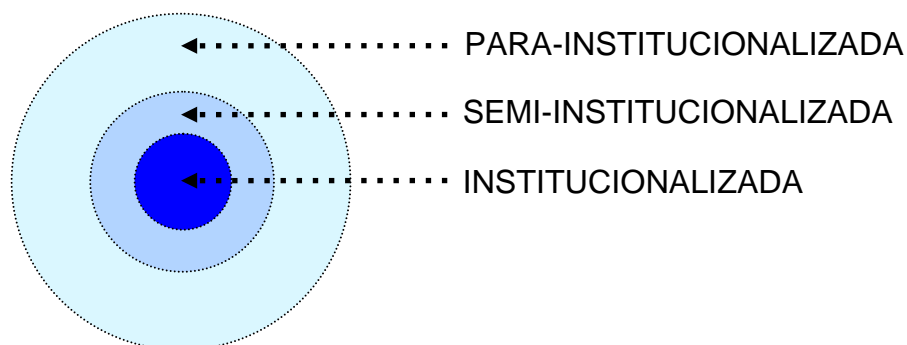
Institución. (...) En un sentido básico, <<institución>>, como concepto sociológico, designa una forma de relaciones humanas estables, conscientemente establecidas o no, que son obligatorias en una sociedad o que, de acuerdo a la idea de ordenación universalmente válida para todos, se admiten y <<viven>> en la práctica. El concepto de <<institución>> expresa, sobre todo, que las regularidades periódicas y las uniformidades diferenciables de la conducta recíproca de personas, grupos u organizaciones no están determinadas sólo de forma biológica o aleatoria, sino que son también básicamente productos de la cultura y de la interpretación humana. Por ello, en todos los análisis sociológicos sobre las instituciones se plantea la cuestión de la función, para la sociedad, de cada una de las instituciones concretas y de la influencia de las instituciones tanto sobre la vida social como sobre la vida individual de las personas en su sociedad <<institucionalizada>> de forma específica. (...) (Hillman 2001:476)

margen, e incluso, en otros casos, en contra.

Asimismo, y dado que el nivel de institucionalización de las diferentes modalidades de PAFYD varía a lo largo de la historia, esta dinámica se podría ilustrar a modo de un átomo donde:

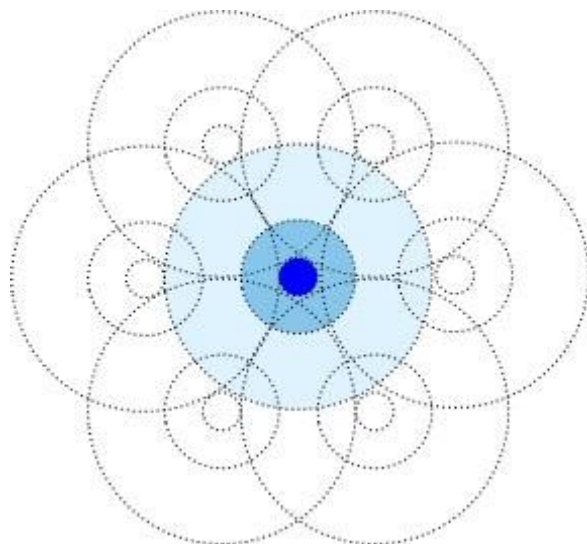
- en el núcleo se concentrarían las modalidades de PAFYD más clásicas, las más *institucionalizadas*, las de mayor repercusión mediática y, en definitiva, las de mayor reconocimiento social y que no generan ningún tipo de matiz respecto de su carácter de práctica deportiva (ejemplo de ello son todos los deportes, espectáculo o no, reconocidos por el COI y practicados de manera organizada y competitiva a todos los niveles);
- y alrededor del átomo, gravitarían a cada vez mayor distancia, modalidades de PAFYD de menor nivel de institucionalización que se podrían agrupar en dos grandes grupos: en la capa más cercana al núcleo, se encontrarían las modalidades de PAFYD *semi-institucionalizadas*, que agruparían todas aquellas prácticas físicas y deportivas practicadas de manera lúdico-recreativa, pero que comparten, en esencia, las normas de ejecución de las modalidades de PAFYD institucionalizadas; y
- en las capas más alejadas al núcleo se encontrarían las modalidades de PAFYD *para-institucionalizadas*, es decir, todas aquellas modalidades de PAFYD de nueva creación, apenas institucionalizadas o, institucionalizadas sin reconocimiento internacional oficial, en casos junto a las prácticas institucionalizadas, en casos al margen, e incluso, en otros casos, en contra (**Figura 2**).

Figura 2. Metáfora atómica de la dinámica de institucionalización de la PAFYD



De hecho, y volviendo a la figura de Puig y Heinemann sobre la transformación en el deporte, y adaptándola a nuestra perspectiva atómica, la PAFYD se podría ilustrar inmersa en el conjunto de praxis sociales que componen nuestra cultura (**Figura 3**).

Figura 3. Metáfora molecular de la PAFYD en relación al conjunto de prácticas sociales que componen la cultura



Así pues, dado el carácter versátil y regenerativo del fenómeno deportivo que deviene, entre otras consecuencias, en una diversidad de formas deportivas emergentes, nos vemos obligados a reformular continuamente nuevas perspectivas clasificatorias que posibiliten estudiar esta dinámica.

Existe cierto consenso respecto de que la complejidad del fenómeno deportivo reside, en gran medida, en su fuerza (re)generativa. Tanto es así que en la actualidad el deporte se entiende de una forma muy amplia y relacionada estrechamente con los procesos culturales, económicos, políticos y sociales de la sociedad en la que se inserta. A este respecto, y si bien cada vez nos encontramos ante sociedades más globalizadas, cada sociedad sigue mostrando sus especificidades socio-históricas en la PAFYD particular.

En el estudio sobre los hábitos deportivos de los españoles de 1995, dirigido por García Ferrando (1996), destaca que la población española se identifica mayoritariamente (76%) con una definición abierta del deporte. De este hecho deducimos que la población entiende que el concepto que más se identifica con la práctica de actividad física, es el deporte.

En una revisión realizada respecto del significado del término deporte, Sánchez Bañuelos (1996), concluye que a los efectos de uso vulgar del lenguaje cotidiano, la práctica de actividad física con carácter voluntario durante el tiempo libre y la práctica del deporte han venido a ser conceptos casi sinónimos a efectos de la población general. Esto es así debido a que el

desarrollo social vivido en las últimas décadas ha posibilitado que muchos ciudadanos incorporen a sus estilos de vida la PAFYD (Arribas, 2005). En este sentido, para Bañuelos (1996) se habría de identificar como deportista tanto a un campeón olímpico, como a un jugador profesional de fútbol, así como al individuo que corre por su cuenta de forma sistemática.

Siguiendo alguna de las definiciones formales sobre los términos a los que hacemos referencia y teniendo en cuenta los objetivos individuales que a través de esa práctica cada uno de los participantes pretenda lograr, siempre podríamos discriminar, desde un punto de vista externo, deportistas y no deportistas. No obstante, la realidad actual nos muestra a personas que realizando actividades físicas de forma sistemática, sean cuales fueren sus pretensiones: ocupación del tiempo libre, mejora de la salud, mejora de la condición física, obtención de resultados, profesionalización, etc., se autodenominan en unos casos como deportistas, pero no en otros casos (Arribas, 2005).

Desde los años 70, cuando aparece el concepto de *Deporte para Todos* (1970), la concepción de este término cambia. El Consejo de Europa dice que el deporte para todos abarca no solamente al deporte propiamente dicho sino que también, y quizá por encima de todo, varias formas de actividad física, desde los juegos espontáneos y no organizados hasta un mínimo de ejercicio físico realizado regularmente.

Así pues, tal y como señala Arribas (2005), la mayoría de los ciudadanos, tanto si corren habitualmente por su cuenta o con un grupo de amigos, como si nadan o hacen montañismo, bici, o fútbol, de forma libre o asociada, si realizan cursos de aeróbic o mantenimiento, si escalan o hacen surf, tienden a considerarse como deportistas.

En esta línea más moderna, se sitúa la actual idea popular de deporte en la que la amplia mayoría considera que todas las actividades físicas son deporte y solo un grupo muy reducido se aferra a la vieja definición de deporte que incluye las prácticas y las actividades tradicionales de competición de corte federativo (Contreras *et al.*, 2001).

De hecho, en el libro blanco sobre el deporte se recoge la definición del deporte establecida por el Consejo de Europa (2008:2), según la cual es: “cualquier forma de actividad física que, a través de *participación* organizada o no, tiene por objeto la *expresión o mejoría de la condición física y psíquica*, el *desarrollo de las relaciones sociales* o la *obtención de resultados* en competición a todos los niveles”.

Con respecto a esta definición, queremos detenernos un momento en el término *participación deportiva*, término éste que es utilizado en más de un proyecto de investigación al que nos vamos a referir, como es el caso del proyecto *Co-Ordinated Monitoring of Participation in Sports* (en adelante COMPASS). Y nos queremos detener debido a que, a diferencia de que el término utilizado en las definiciones citadas es el de *participación*, nosotros nos decantamos por el de *práctica*.

Esto es así porque, a nuestro juicio, el concepto de *práctica* se ajusta mejor a la idea de hábitos de PAFYD en el sentido de *práctica cultural* que les damos nosotros a los mismos. Y esto es así porque entendemos que toda *práctica* (también de actividad física y deporte en este caso) expresa mejor el sentido de construcción social de las mismas en el sentido de que los que la *practican* no sólo la reproducen, es decir, no sólo participan “pasivamente” en éstas en calidad de “consumidores” de las mismas, sino que las (re)construyen continuamente.

Si bien es cierto que las actividades físico-deportivas se muestran como prácticas que de toda la vida han sido así en tanto que *prácticas* más o menos *institucionalizadas*, lo cierto es que no siempre han sido así, ni serán así. Han sufrido modificaciones en sus sentidos, en sus normas y en su nivel y formas de *institucionalización*, etc. Es por ello que entendemos que el concepto de *práctica*, refleja mejor el papel de actor (re)constructor de los individuos en la PAFYD frente al concepto de participación que denota un sentido pasivo en tanto que consumidor de una oferta inmutable.

Más allá de “definiciones políticamente correctas como la que recoge la Carta Europea del Deporte”, la cual hacemos nuestra con el matiz señalado, tal y como señala García Ferrando (2006:133), se evidencia una dificultad creciente en la posibilidad de consensuar definiciones conceptuales sobre el deporte debido a que éste “cambia continuamente sus manifestaciones más populares y amplía sus significados, tanto como actitud y actividad humana individualmente asumida como realidad social compleja”.

Así pues, tal y como hemos mostrado, uno de los dilemas teóricos principales con los que nos hemos encontrado al realizar este trabajo, ha sido precisamente la conceptualización de “eso” que la mayoría de los ciudadanos consideran deporte. Para ello, hemos adoptado el concepto de PAFYD (Práctica de Actividad Física y Deportiva) desarrollado por Arribas (2005) y adoptado por Población (2006) y que “engloba ese concepto tan amplio que constituye en la actualidad el deporte” (Arribas, 2005), de tal modo que “tanto quienes tienen una idea popular del deporte, como quienes entienden el deporte unido a las actividades tradicionales de competición, tengan cabida, y en el que todo aquel individuo que de forma regular realiza algún tipo de actividad físico-deportiva se sienta identificado”. Además, adoptamos el concepto de PAFYD en tanto que concepto dinámico que nos permite, volviendo a la metáfora atómica del nivel de institucionalización de la PAFYD, captar y analizar las dinámicas que se dan entre las diferentes modalidades de PAFYD que, cómo hemos podido comprobar, son difíciles de enmarcar en marcos teóricos basados en perspectivas conceptuales estáticas, de tal modo que nos permitan analizar la transformaciones que se dan en los hábitos de PAFYD.

A este respecto, compartimos el argumento de García Ferrando (2005:20) cuando afirma que “(...) el deporte ha pasado a ser lo que se denomina un fenómeno cultural total, pues configura y entreteje un actuar humano íntimamente unido a otras pautas culturales, de tal forma que resulta

muy difícil acotar cuándo empieza y cuándo finaliza el comportamiento deportivo. Un tipo de comportamiento tan bien adaptado a las exigencias de la vida actual, que ha llegado a convertirse en una pauta de comportamiento cada vez más relevante en las sociedades modernas, incluso en aquellas que todavía no han alcanzado el desarrollo social, económico e industrial que caracteriza a las sociedades más avanzadas”. En esta línea de argumentación cabe plantearse la hipótesis de una sociedad deportivizada en el sentido en el que apunta el propio autor cuando continúa subrayando que “la tremenda capacidad que ha manifestado el deporte, sobre todo en la segunda mitad del siglo XX, de transformar costumbres sociales y ejercitaciones físicas tradicionales ha sido tan poderosa que se puede afirmar que ha conseguido deportivizar un amplio catálogo de juegos, ejercitaciones, gustos estéticos, hábitos y usos sociales, que, finalmente, han penetrado con inusitada plasticidad en el tejido social de la mayor parte de los grupos humanos. Es por esto, por lo que podríamos calificar a las sociedades contemporáneas como sociedades deportivizadas”.

2.1. LA INSTITUCIONALIZACIÓN COMO PROCESO EXPLICATIVO DEL DINAMISMO DE LA PAFYD

Así pues, la PAFYD se nos muestra como una realidad difícil de acotar en tanto que sistema abierto. Y nos resulta difícil de acotar en el sentido de que los límites se nos muestran porosos y tremendamente dinámicos si nos atenemos, desde una perspectiva histórica, al desarrollo de las diferentes modalidades de PAFYD y sus usos históricos. Así, las propias modalidades de PAFYD y el propio sentido de la PAFYD no han sido nunca los mismos, ni lo serán en un futuro.

No obstante, en cada uno de los presentes históricos, se nos muestra una realidad que no dudamos en calificar de PAFYD (o deporte), realidad que pudiera incluso mostrárenos como una ilusión que se ha mantenido ahí por siempre y para siempre. Pero lo cierto es que, tras esa realidad “natural” se esconde una realidad históricamente construida que oculta, a su vez, unas relaciones de poder que dan como resultado un orden social determinado.

Este proceso es el proceso de institucionalización, y de las instituciones derivadas de dicho proceso, que parten de la premisa de que, tal y como señala Luckmann (1996:135), la regulación de los diferentes e *importantes* procesos de la vida se basa en la persistencia. Y es así debido a que la acción social lo institucionaliza todo en todo, si los agentes (los individuos) aceptan que da una solución común a los importantes problemas de la vida.

Así pues, las instituciones pueden considerarse como una especie de memoria de actuación colectiva que contiene recuerdos mostrables con relativa facilidad y que organiza económicamente la acción social de los individuos en sociedad (Luckmann, 1996:141-142), que permite al individuo descargarle de la responsabilidad de tener que indagar continuamente soluciones a los problemas “importantes” del día a día.

En este sentido, y tal y como señala Pearson (en García Ferrando 1990:27) el deporte se muestra como una institución social propia de las sociedades industriales que “tiende a complejizarse, y progresivamente va adquiriendo las connotaciones de toda sociedad burocratizada, racional, formalizada, jerárquica, técnicamente eficiente, y fuertemente comercializada”.

Ahora bien, tal y como se deduce de esta idea de institucionalización, cabe preguntarse respecto del cambio dentro de este orden social, de la innovación de las prácticas sociales, de la (re)generación de nuevas *praxis* y, en definitiva, del conflicto inherente a la existencia del individuo en sociedad.

En relación a los niveles de institucionalización de la PAFYD lo veremos claro si ponemos como ejemplo la práctica del *skate*, modalidad que trata de encontrar su espacio para la *praxis* en cualquiera de nuestras ciudades. Ante una práctica eminentemente para-institucionalizada, en contra en la mayoría de los casos del orden establecido, no sólo dentro del marco de las modalidades de PAFYD institucionalizadas y semi-institucionalizadas, sino incluso en el conjunto de la sociedad, se plantea un conflicto entre quienes pretenden incorporarla al orden social establecido y quienes pretenden practicarla en unos parámetros para-institucionalizados. Ejemplo de ello son soluciones urbanísticas que buscan limitar los espacios para la práctica de dicha modalidad de PAFYD, que tratan de acotar los espacios para la misma, etc.

Con todo ello, y tal y como hemos tratado de mostrar mediante la figura de la metáfora atómica de la dinámica de institucionalización de la PAFYD, entendemos que a la supuesta estabilidad de la PAFYD subyace una dinámica de (re)construcción histórica verdaderamente viva.

2.2. DEFINICIÓN OPERATIVA DE PAFYD

En un sentido general, de lo que no cabe duda es que los seres humanos somos seres constructores y en construcción, para lo que estamos en continuo movimiento y, consiguientemente, en continua actividad física. Se podría afirmar, pues, que en el fondo del ideal *Homo Faber*, hay una característica “esencial” relativa a nuestro carácter de *Homo Impiger*, es decir, seres activos. Necesitamos en nuestro día a día movernos, realizar actividad física, para poder subsistir. Tal y como señala el doctor Campillo en su trabajo *El mono obeso* (2004), se podría afirmar que nuestro diseño genético es el mismo que el de nuestros antepasados de hace millones de años, obligados a estar casi en movimiento continuo para poder subsistir. No obstante, no toda actividad física puede ser considerada como PAFYD.

Cuando nos referimos al término PAFYD, y una vez que hemos mostrado de qué manera nos encontramos ante una realidad histórica y cada vez más compleja de acotar, pretendemos dar con una definición operativa que nos permita estudiar la realidad de la distribución de la práctica objetiva de la población adulta de Gipuzkoa. Y decimos objetiva porque no pretendemos pararnos a analizar los *sentidos relacionales* que puedan darse entre diferentes clases y fracciones de clase de la población adulta guipuzcoana, no en

profundidad, sino analizar la distribución de los hábitos de PAFYD, aunque al final del texto también incluiremos estas cuestiones como proclives objetos de desarrollo futuro.

Así, en nuestra definición de PAFYD, asumimos la definición consensuada por el proyecto Europeo COMPASS y que se recoge en la Carta Europea del Deporte del Consejo de Europa (2007:2), que afirma que se entenderá por *deporte*, “cualquier forma de actividad física que, a través de *participación* organizada o no, tiene por objeto la *expresión o mejoría de la condición física y psíquica*, el *desarrollo de las relaciones sociales* o la *obtención de resultados* en competición a todos los niveles”.

Asimismo, en cuanto a las actividades consideradas como PAFYD, hacemos nuestra la lista de actividades físicas y deportivas elaborada conjuntamente por Arribas, Arruza y Gil de Montes (2006) que, basándose en la definición del proyecto COMPASS, definía la siguiente lista compuesta por 51 actividades físicas y deportivas que se adapta mejor a la realidad guipuzcoana y a nuestra idea de PAFYD, y que incorporaba actividades tales como a) Aeróbicos, gimnasia de mantenimiento, b) Bailes, c) Caminar, d) Caza y Pesca, e) Deportes Aventura, f) Herri Kirolak y g) Yoga / Tai-Chi. En consecuencia, el listado comprende las siguientes modalidades de PAFYD:

1. Aeróbicos, gimnasia de mantenimiento
2. Ajedrez
3. Atletismo
4. Badminton
5. Bailes
6. Baloncesto
7. Balonmano
8. Béisbol
9. Boxeo
10. Caminar
11. Footing, jogging
12. Caza y pesca
13. Ciclismo, bicicleta, mountain bike
14. Danza
15. Deportes aventura
16. Deportes de invierno (nieve)
17. Escalada
18. Esgrima
19. Fútbol/ fútbol 7
20. Fútbol sala/ futbito
21. Gimnasia deportiva (potro, anillas, barra fija...)
22. Gimnasia rítmica
23. Musculación
24. Herri kirolak
25. Hockey sobre hielo
26. Hockey sobre hierba
27. Judo

28. Kárate/ taekwondo/ lucha
29. Mini voley
30. Montañismo/ senderismo
31. Natación
32. Pádel
33. Patinaje sobre hielo
34. Patinaje sobre ruedas
35. Pelota/ frontón
36. Piragüismo
37. Remo
38. Rugby
39. Squash
40. Submarinismo
41. Surf
42. Tenis
43. Tenis mesa (ping pong)
44. Tiro
45. Trialsin
46. Triatlón
47. Vela/ Navegación
48. Voleibol
49. Waterpolo
50. Windsurf
51. Yoga/ Tai-chi
52. Otros

Ahora bien, queremos subrayar la importancia del concepto de PAFYD en tanto que concepto dinámico, no cerrado. Tal y como lo expresábamos de manera gráfica, la metáfora atómica de la PAFYD muestra el dinamismo mediante el que las practicas sociales, en general, y las físicas y deportivas, en concreto, se (re)institucionalizan continuamente.

De este modo, la metáfora atómica de la dinámica de institucionalización de la PAFYD se nos presenta como una figura en el sentido en el que señala Norbert Elias en su obra *Sociología Fundamental* (1999: 16), de tal modo que:

“La figura sirve para ayudar al lector a quebrar idealmente la dura fachada de conceptos cosificadores que actualmente obstruye en gran medida el acceso de las personas a una clara comprensión de su propia vida social promoviendo constantemente la impresión de que la `sociedad´ está compuesta de figuras externas al `yo´, al individuo singular y que éste está simultáneamente rodeado por la sociedad y separado de ella por una barrera invisible. En lugar de esta visión tradicional aparece, como se ve, la imagen de muchas personas individuales que por su alineamiento elemental, sus vinculaciones y su dependencia recíproca están ligadas unas a otras del modo más diverso y, en consecuencia, constituyen entre sí entramados de interdependencia o figuraciones con equilibrios de poder más o menos inestables del tipo más variado como, por ejemplo, familias, escuelas, ciudades, capas sociales o estados. Cada uno de estos individuos es, como se expresa en términos objetivadores, un `ego´ o un `yo´. Uno mismo se cuenta entre estos individuos.

Para comprender de qué trata la sociología es preciso –como se ha dicho- entenderse a sí mismo como una persona entre otras”.

Así pues, tal y como señala Bauman (2008:100) el enfoque figurativo podría –y debería- incorporar el cambio, sin límites, con su multiplicidad de posibilidades, con una esencial imprevisibilidad del resultado, y con la correspondiente fluidez de cualquier patrón de interdependencias, inherente a la descripción de cualquier totalidad social, históricamente generada. La figuración no puede más que ayudarnos siendo, al mismo tiempo, estable y dinámica, puesto que las figuraciones, de hecho, niegan y trascienden la oposición entre la estabilidad y el cambio.

En este sentido es en el que entendemos la metáfora atómica de la dinámica de institucionalización de la PAFYD, y la propia PAFYD.

2.3. TEORIZANDO LOS HÁBITOS DE PAFYD DE LA MODERNIDAD LÍQUIDA. ENTRE LA GLOBALIZACIÓN Y LA INDIVIDUALIZACIÓN

Los hábitos de los individuos, entendidos en un sentido socio-cultural amplio, en general, y los de PAFYD, en particular, tan solo pueden ser entendidos en el contexto socio-cultural en el que les ha tocado vivir, de la misma manera en que dicho contexto socio-cultural tan solo puede ser entendido plenamente a la luz de los hábitos de práctica de los individuos que la viven, en general y, en gran medida, a la luz de los hábitos de PAFYD, en particular, que realizan.

Este enunciado, en su sentido general, y que pudiera parecer tan obvio en principio, es precisamente uno de los retos epistemológicos principales a los que hacen frente continuamente las Ciencias Sociales y en particular la Sociología.

Si bien en el fondo del análisis de las Ciencias Sociales se trata de profundizar en el conocimiento del citado “reto epistemológico”, gran parte de los esfuerzos se dedican al desarrollo de discursos que buscan más diferenciarse, en tanto que destacarse los unos de los otros, que tratar de profundizar en el conocimiento del que, tal y como hemos señalado, entendemos como principal reto para comprender nuestra época.

Así, no es de extrañar la gran variedad de etiquetas, y sus consiguientes discursos explicativos, con los que se trata de arrojar luz sobre el significado del momento histórico en el que vivimos. El abanico de etiquetas para definir nuestra época va desde moderna, hasta posmoderna, pasando por tardomoderna, para terminar, entre otras, en hipermoderna. Si bien todas ellas son válidas y, a su manera, explican la sociedad actual, sobre todo la occidental, lo cierto es que a todas ellas subyace la que para nosotros es la característica principal de la sociedad actual, la consciencia individual de una existencia en una realidad globalizada e individualizada.

Dicho lo anterior, y si bien asumimos la tesis de la modernidad líquida, sea cual sea la etiqueta que pongamos a nuestra época, la idea que subyace a todas ellas y que R. Inglehart (1998:04) expresa de manera tan clarividente, si bien haciendo uso del término de posmodernidad, es la relativa al cambio acaecido en las maneras de ver el mundo actual más allá del que para este mismo autor uno de los cambios principales de la posmodernidad es el giro de los valores materialistas a los postmaterialistas. De este modo, señala como cambios característicos de esta época:

1. La ruptura de la concepción lineal del cambio hasta el *fin de la historia* instaurada por la modernidad, el alejamiento en el énfasis de la eficiencia económica, la autoridad burocrática y la racionalidad científica asociadas con la modernización y la aproximación a una sociedad más humana con más espacio para la autonomía individual, la diversidad y la autoexpresión.

2. La constatación que las teorías de la modernidad eran deterministas en sus planteamientos, o bien a favor de la economía (Marx) o bien a favor

de la cultura (Weber), cuando el actual panorama global nos demuestra que los vínculos causales entre estos tienden a ser recíprocos. Si estos sistemas no se apoyan mutuamente, difícilmente pueden sobrevivir.

3. Asimismo, si bien es cierto que en un período histórico puede afirmarse que la modernización se centró en Occidente, hoy es evidente que el proceso es global y, en algunos aspectos, quien lo lidera en la actualidad es incluso Asia Oriental. Así pues, si bien es cierto que fue en Occidente donde se produjo la industrialización antes que en otros lugares, el auge de Occidente sólo fue una versión de la modernización.

4. Por último, la democracia no es inherente a la fase de la modernización, como han sugerido algunos teóricos de la modernización, pues tenemos ejemplos alternativos tan claros como el fascismo y el comunismo. Pero la democracia sí ha pasado a ser cada vez más probable, a medida que las sociedades se mueven desde la fase de la modernización a la de la posmodernización. En la fase de la posmodernización se produce un síndrome distintivo de cambios que aumenta la probabilidad de que se dé la democracia, hasta el punto de que finalmente se hace costoso evitarla.

Si bien es cierto que los términos post-modernos han sido utilizados con una variedad interminable de significados, y han dado pie a perspectivas excesivamente relativistas de la cultura, cayendo en muchos casos incluso en el determinismo cultural, lo cierto es que transmiten ciertas ideas importantes que sugieren que el proceso conocido como modernización ya no está en la palestra y que el cambio social se mueve en una dirección fundamentalmente diferente, pasando del énfasis en la eficiencia económica, la autoridad burocrática y la racionalidad científica asociadas con la modernización, a una sociedad más humana con más espacio para la autonomía y consiguiente autorrealización individual (Inglehart, 1998:13-14), pero también para la responsabilidad individual.

Respecto del cambio cultural al que se refiere Inglehart al hacer uso del concepto de postmaterialismo, cabe destacar la crítica realizada por Riechmann y Fernández Buey. En el texto *Redes que dan libertad. Introducción a los nuevos movimientos sociales* (1994:31), donde exponen como más acertados para referirse al cambio cultural de la época conceptos como “valores posconsumistas” o “postadquisitivos” porque, según estos autores, “lo que aquí está en juego, a fin de cuentas, es la disyuntiva expresada en el título del conocido libro de Erich Fromm *¿Tener o ser?*; y los valores posconsumistas entrañan una decidida opción por el ser y contra el tener”. Asimismo, estos mismos autores continúan afirmando que “estos valores tampoco son nuevos. La novedad, si acaso, se hallaría en la difusión de estos valores en capas más amplias de la población. Pero los valores nunca se crean *ex nihilo* por un acto de voluntad; se elaboran colectivamente dentro de tradiciones sociales y en dilatados lapsos, y por ello su novedad, en una situación histórica determinada, no puede ser sino relativa; con más propiedad puede hablarse de su nueva manifestación en una situación histórica nueva. Los valores se crean, actualizan y reelaboran por medio de la práctica social y la experiencia: más

que explicar la acción, son ellos los que tienen que ser explicados por la acción, de modo que no siempre podrán intervenir como una variable explicativa independiente”.

Esta autonomía ha de entenderse en el sentido en el que señalaba Maslow (1991) en su teoría sobre la jerarquía de necesidades humanas, entendiendo que la autorrealización se da siempre que estén cubiertas otra serie de necesidades individuales.

Figura 4. Pirámide de Maslow



Asimismo, y tal y como advierte el propio Maslow, (1991:91) esta idea de autorrealización no ha de entenderse en términos de individualismo (igual a egoísmo en el sentido más anómico del término) sino en un sentido completamente social, puesto que tal y como señala: “la gente que vive en el nivel de autorrealización, en realidad, se encuentra que ama a la humanidad muchísimo y que, a la vez, ha desarrollado mucho su propia idiosincrasia. Esto apoya totalmente el argumento de Fromm de que el amor propio (o mejor, el respeto propio) es sinérgico con el amor por los demás en vez de antagónico”.

Se comparta o no esta necesaria contradicción estructural, lo cierto es que al tratar de estudiar los hábitos sociales, en general, y consiguientemente también los de PAFYD, nos enfrentamos a la pregunta misma de cómo afrontar la propia práctica sociológica puesto que como señala Norbert Elias (1999:13): “si se quiere entender de qué trata la sociología hay que ponerse previamente en situación de interpelarse mentalmente a sí mismo y de hacerse cargo de uno como una persona entre otras. La sociología se ocupa de los problemas de la `sociedad´ y no cabe duda de que todo aquel que reflexione acerca de la sociedad y la estudie forma parte de ella. Pero con mucha frecuencia en la reflexión sobre uno mismo se suele permanecer en un estadio en el que se es consciente de uno sólo como alguien situado frente a otros entendidos como `objetos´. A menudo se siente que nos separa de ellas un abismo insalvable.

La percepción de una separación de este género, propia de esta fase del proceso de autoconciencia, encuentra su expresión en muchas conceptualizaciones y muchos giros lingüísticos que contribuyen a hacer de ella algo completamente obvio y a reproducirla y reforzarla sin tregua”.

En este sentido, y tal y como señala Bauman (2002a:140), pocos recuerdan que, cuando la palabra sociedad apareció por primera vez en el lenguaje de la incipiente ciencia sociológica, era una metáfora y, como todas las metáforas selectivas, exponía conspicuamente algunos de los rasgos del objeto al cual se aplicaba, al tiempo que asignaba una importancia menor a otros. Así “de esa parte o aspecto del mundo que los sociólogos se habían propuesto explorar, la metáfora de la sociedad sacó a la superficie y resalto la cualidad de estar en `compañía””, es decir, de la realidad de que los individuos vivimos en sociedad.

De hecho, Bauman (2002a:139-140) aclara de un plumazo el sentido de la realidad de la existencia de los individuos en sociedad haciendo alusión a la celebre obra de Norbert Elias *La sociedad de los individuos* donde, según Bauman, Norbert Elias logra dejar de lado la confrontación sobre el sentido dicotómico del individuo y la sociedad personificadas en las figuras de Hobbes y Spencer, argumentando cómo es la sociedad la que convierte a los seres humanos en individuos. Así, en realidad, “lo que llamamos `sociedad´ es responsable de lo que entendemos como entidades predominantemente idiosincrásicas o en serie, tanto si subordinamos (consciente o inconscientemente) nuestras estrategias vitales a la afirmación y el cultivo de nuestras supuestas idiosincrasias personales, como si las orientamos hacia `el ajuste con el género o tipo´ en cuestión”. Y en este sentido “tiene gracia (...) que, para decir `sociedad´ o `pensar sociedad´ se necesite haber avanzado bastante por el camino de la individualidad, conocer el sentimiento de `ser huérfano´, de estar desprovisto de guías y guardas, abandonado a la irritante falta de adecuación de los mapas que llevamos en los bolsillos y de las herramientas que guardamos en nuestras cajas privadas”.

A este respecto lo dicho por Norbert Elias para entender de qué trata la sociología, nos sirve paralelamente para,

1) por un lado, poner sobre la mesa, a modo de declaración de principios, que tras muchos de los conceptos que utilizamos en Ciencias Sociales hay rostros individuales, personas que sienten, piensan y actúan, pero que lo hacen, no hay que olvidarlo, dentro de la sociedad de la que son miembros, o dicho de otra manera, que la Sociología, desde que Norbert Elias pronunciase estas palabras, sigue aún tratando de no olvidar que en el fondo de sus “objetos de estudio” hay un “reto epistemológico” inevitable relativo a la relación entre individuo y sociedad, y

2) por otro lado, para permitirnos plantear como el proceso que Norbert Elias (Elias y Dunning, 1992:24) califica de autoconciencia de

las Ciencias Sociales y que denomina “la tríada de controles básicos”² es el concepto que mejor explica el desarrollo histórico de nuestra sociedad.

Esta idea de consciencia hace alusión al contexto social en el que los individuos de la modernidad líquida se ubican en la sociedad actual y es, en un nivel sin precedentes en la historia, lo que diferencia de manera significativa la existencia de los individuos de la actualidad frente a épocas precedentes, y también futuras.

De hecho, si planteamos que la característica más representativa de la modernidad líquida es su consciencia particular, o más concretamente, la consciencia de ser una sociedad globalizada de los individuos, es porque entendemos que es un proceso que se insertan en la “esencia” propia de toda sociedad y de sus correspondientes culturas y, consiguientemente, en las prácticas, los hábitos y los estilos de vida cotidianos de los individuos que las componen de una manera arquetípica e histórica. Asimismo, si bien sostenemos que aún es posible leer los estilos de vida como indicadores de status social, debe reconocerse que ahora el juego es mucho más complejo. Si hay algo a lo que apunta lo *líquido* es al eclipse de una percepción coherente y particular de la cultura y del estilo de vida asociado, que da como resultado una dinámica re-generativa y re-generadora de los hábitos sociales, en general, y de los hábitos de PAFYD, en concreto, marcados por su mutabilidad continua.

En relación a esta interconexión, nos puede resultar ilustrativa la siguiente cita de Norbert Elias y Eric Dunning (1992:70-71) de cara a no perder la perspectiva de la interconexión de los diferentes procesos sociales sea cual sea nuestro objeto de estudio específico:

“La observación de un partido de fútbol puede ser muy útil para comenzar a entender lo que queremos decir con planes y acciones interconectados. Puede que cada equipo haya planeado su estrategia según el conocimiento que posea de las capacidades y debilidades tanto propias como del equipo contrario. Sin embargo, a medida que el juego avanza, produce situaciones no planeadas ni previstas por ninguno de los bandos. De hecho, el modelo o esquema móvil formado por los jugadores y el balón en un partido de fútbol puede servir como ilustración gráfica no sólo del concepto de <<figuración>> sino también del de <<proceso social>>. El proceso de juego es precisamente eso: una figuración móvil de seres humanos cuyas acciones y experiencias se interconectan continuamente, un proceso social en miniatura. Uno de los aspectos que más nos enseñan del esquema rápidamente cambiante de un partido de fútbol es el hecho de que este esquema o modelo está

² Esta tríada estaría compuesta:

1. por el grado de control que ejerce sobre las conexiones extra-humanas de acontecimientos, es decir, sobre lo que a veces, de manera laxa, llamamos <<fenómenos naturales>>;
2. por el grado de control que ejerce sobre las conexiones inter-humanas, es decir, sobre lo que normalmente llamamos <<nexos sociales>>;
3. por el grado de autocontrol que cada uno de sus miembros, empezando en la infancia, haya llegado a aprender

formado por los jugadores de ambos bandos en sus continuos movimientos. Si alguien concentrara toda su atención sólo en la actividad de los jugadores de un equipo y cerrara los ojos a la del otro, no podría seguir el juego. Aisladas e independientemente de las acciones y percepciones del otro equipo, serían incomprensibles para ese espectador las acciones y experiencias de los miembros del equipo que trata de observar. A lo largo del partido los dos equipos forman entre ellos una sola figuración. Es necesario tener la capacidad de distanciarse del juego para reconocer que las acciones de cada lado se conectan constante y recíprocamente con las de su contrario y, por tanto, que los dos equipos forman una sola figuración. De igual manera la forman los estados antagonistas. Con frecuencia los procesos sociales son incontrolables porque son alimentados por la enemistad. Tomar partido por un lado u otro puede oscurecer fácilmente este hecho”.

2.4. ALGUNAS CLAVES PARA COMPRENDER LOS HÁBITOS DE PRÁCTICA DE ACTIVIDAD FÍSICA Y DEPORTE DE LA MODERNIDAD LÍQUIDA

Como hemos señalado en la introducción al presente capítulo, nuestro marco teórico de referencia busca dar con el esquema conceptual que nos ayude a comprender la particularidad de los hábitos de práctica de los individuos de la modernidad líquida, en general, y los de PAFYD, en particular.

2.4.1. ACOTACIÓN CONTEXTUAL A LA IDEA DE CULTURA Y DE LOS ESTILOS DE VIDA DE LA MODERNIDAD LÍQUIDA

La modernidad líquida, dicho de manera resumida, hace alusión a una ruptura con una época, la definida como moderna, y consiguientemente con la sustitución, adaptación, creación, pero sobre todo, transformación y flexibilización de valores y hábitos de prácticas sociales que difieren de la era de la que proceden.

Si bien es cierto que son muchas las etiquetas, y las consiguientes teorizaciones para describir la era actual, optamos por hacer nuestra la idea de modernidad líquida, en el sentido en el que lo hace Bauman (2004:11-12) de que vivimos en una época en la que, los grandes discursos, basados en certidumbres, en tradiciones *sólidas* se han venido abajo, se han derretido, pero con la particularidad de que esta *disolución de los sólidos*, rasgo que también era permanente en la modernidad, ha adquirido un nuevo significado de tal modo que “los sólidos que han sido sometidos a la disolución, y que se están derritiendo en este momento, el momento de la modernidad fluida, son los vínculos entre las elecciones individuales y los proyectos y las acciones colectivas”.

Entendemos, pues, que una de las claves de cara a comprender las prácticas de los individuos en sociedad, es decir la cultura, se basa en el

cambio de unos valores eminentemente materialistas a unos valores postmaterialistas. Es decir, entendemos que si bien la explicación de los hábitos de práctica de los individuos va más allá de la explicación economicista que subyace a la idea expuesta por Inglehart (1998), lo cierto es que en ningún caso ha de perderse tal perspectiva y el consiguiente marco referencial que ésta supone a la hora de ajustar el sentido que en muchas interpretaciones culturalistas se pierde al tratar de explicar la cultura como en un universo paralelo e, incluso al margen, al de la economía. No es objeto de este trabajo analizar la influencia que la economía tiene en la cultura, o mejor dicho, el papel que la economía tiene dentro de cada sociedad y, consiguientemente, dentro de su cultura. No obstante, no podíamos avanzar en nuestra argumentación sin hacer esta breve aclaración.

La modernidad líquida, tal y como nosotros la concebimos, define el contexto cultural de una sociedad de carácter globalizado e individualizado. En este sentido, y antes de entrar en la argumentación del carácter globalizado e individualizado de la misma, creemos necesario hacer una serie de acotaciones al sentido que nosotros damos al concepto de cultura al que hace alusión la idea de modernidad líquida.

El ser humano, a diferencia del resto de animales, se relaciona de manera abierta con respecto a su entorno, es decir, más allá de adaptarse al medio natural, lo transforma con base en sus necesidades estructurándolo de tal manera que se adapte a su *imperfecta constitución biológica*. No obstante, la enorme variedad de modos de vida, las diferentes costumbres, prácticas humanas, etc., no pueden explicarse únicamente en términos de procesos biológicos sino que nos remiten, inevitablemente, a *algo más*. Ese *algo más* es la *cultura*, donde converge la compleja relación dialéctica entre los seres humanos en relación al medio social y natural.

Dicho de otra manera más desglosada, las experiencias y las prácticas de los seres humanos se dan en una relación dialéctica con su medio social y natural del que son tanto productores como producto. Esto es así, tal y como señalan Berger y Luckmann (1998:68), hasta el punto de que “el ser humano en proceso de desarrollo se interrelaciona no solo con un ambiente natural determinado sino también con un orden cultural y social específico mediatizado para él por los otros significantes a cuyo cargo se halla. No sólo la supervivencia de la criatura humana depende de ciertos ordenamientos sociales: también la dirección del desarrollo de su organismo está socialmente determinada. Desde su nacimiento el desarrollo de éste, y en realidad gran parte de su ser en cuanto tal, está sujeto a una continua interferencia socialmente determinada”. En esta línea argumental, la cultura se podría definir arquetípicamente como la manera en que los individuos concretos experimentan y practican en una relación dialéctica con su medio social y natural.

Berger y Luckmann (1998) concluyen que, a pesar de las limitaciones fisiológicas relativas a las diferentes maneras posibles de llegar a ser un individuo en el marco de esta doble interrelación ambiental, los seres humanos muestran una plasticidad sin igual en la manera de reaccionar ante las fuerzas

ambientales que influyen sobre él. Este es un aspecto que se evidencia claramente en la flexibilidad con la que la constitución biológica de los individuos se adapta a una enorme variedad de determinaciones socio-culturales.

En este sentido, no es un exceso afirmar que las maneras de llegar a ser individuo de los seres humanos son tan numerosas como culturas existen o, dicho de otra manera, que no hay naturaleza humana en el sentido de “un substrato establecido biológicamente que determine la variabilidad de las formaciones socio-culturales”. Solo hay naturaleza humana en el sentido de ciertas constantes antropológicas (por ejemplo, la apertura al mundo y la plasticidad de la estructura de los instintos) que delimitan y permiten sus formaciones socio-culturales. Pero la forma específica dentro de la cual se moldea esta humanidad está determinada por dichas formaciones socio-culturales y tiene relación con sus numerosas variaciones. Si bien es posible afirmar que el hombre posee una naturaleza, “es más significativo decir que el hombre construye su propia naturaleza o, más sencillamente, que el hombre se produce a sí mismo” (Berger y Luckmann, 1998:68-69).

En este mismo sentido se pronuncia Lamo de Espinosa en *Sociedades de Cultura, Sociedades de Ciencia* (1996:17) cuando advierte de que “decir que el *homo sapiens* es un ser de cultura, que es ante todo un ser social, un *zoon politikon*, olvida que es un ser social por naturaleza. Es decir, la evolución lo ha preparado para ser social, de modo que su sociabilidad innata no es un dato anti-natural o contra-natura sino, todo lo contrario, el producto de una larga evolución biológica que ha sustituido progresivamente el instinto como respuesta heredada por el hábito como respuesta aprendida”.

Según Bauman (2002:22-23), la cultura “se refiere tanto a la invención como a la preservación, a la discontinuidad como a la continuidad, a la novedad como a la tradición, a la rutina como a la ruptura de modelos, al seguimiento de las normas como a su superación, a lo único como a lo corriente, al cambio como a la monotonía de la reproducción, a lo inesperado como a lo predecible”. En este sentido, los miembros de una cultura están “obligados” a, en mayor o menor medida, “dominar la cultura” en la que viven, cuestión ésta que “implica dominar una matriz de posibles permutaciones, un conjunto nunca completamente en marcha y siempre lejos de estar completo, en vez de tratar con una colección finita de significaciones a través del arte de reconocer sus soportes. Lo que aglutina los fenómenos naturales en el seno de una `cultura` es la presencia de esa matriz, una invitación constante al cambio, y no su `carácter sistémico`, es decir, en ningún caso la petrificación de algunas elecciones (`normales`) y la eliminación de otras (`desviaciones`)

Siguiendo con Bauman (2002:171-175), la idea de cultura se acuña para salvar la continua oposición filosófica entre lo espiritual y lo real, entre el pensamiento y la materia, entre la mente y el cuerpo. Así pues, “el único componente necesario e irremplazable del concepto es el proceso de estructuración, junto con sus resultados objetivados, las estructuras construidas por el hombre”.

De esta manera, la continua e inacabable actividad estructuradora constituye el núcleo de la praxis del ser humano, la manera de estar en el mundo y, para ello, para esta existencia activa, el ser humano se vale de dos instrumentos fundamentales: *manus et lingua*, según Santo Tomas de Aquino, herramientas y lenguaje, según la tradición marxista, y que se podría sintetizar más allá de diferentes tradiciones teóricas en tecnología y comunicación. Son estos los dos “utensilios” de los que se vale el ser humano, mediante la estructuración, para manejarse tanto a sí mismo como al mundo en el que vive. Manejarse en el sentido de extraer energía, por un lado, y obtener información, por el otro. De hecho, se perciben diferencialmente los dos componentes del modo humano de existencia. Por un lado, está la energía, que es lo que necesita el ser humano y para poder satisfacerla depende de fuerzas que no están completamente bajo su control. Así el ser humano percibe este estado de necesidad-dependencia como un ser un objeto, en el sentido de que está expuesto a manipulaciones que no puede evitar y que, de no satisfacerlas, no podría sobrevivir. No obstante, percibe la información como algo deseable sometiendo fuerzas hasta entonces elementales y desenfrenadas para poder generarla, experimentando este estado de creación como ser el sujeto, como estar en un mundo que se expone a su manipulación. Así pues, no es de extrañar “la persistencia continua de esa dicotomía de múltiples nombres en la forma humana de pensar el mundo –materia y espíritu, cuerpo y mente- y, de ahí, la invariable tendencia a asociar su primer componente con la esclavitud y el segundo con la libertad”.

Para Bauman (2002:175), “la cultura es un esfuerzo perpetuo para superar, para sacarse de encima esta dicotomía”. Así, la creatividad y la dependencia son las dos caras de la misma moneda, que no es otra que la existencia humana, y que no solo se condicionan, sino que también se refuerzan mutuamente. De hecho, no se pueden trascender de manera concluyente y tan solo pueden superar su antinomia recreando y reconstruyendo el marco en el que se han generado. “Por consiguiente, la cultura está condenada a una continuación eterna de su agonía; de igual modo, el hombre, ya que está dotado con la capacidad de la cultura, está condenado a explorar, a estar insatisfecho con su mundo, a destruir y a crear” (Bauman 2002:175).

Es desde esta concepción de cultura desde la que concebimos la idea de modernidad líquida en el sentido de que se da una nueva forma de *praxis* humana estructurada entre unos parámetros de globalización y de individualización que, si bien no son nuevos, se reflejan en nuestras culturas contemporáneas de forma históricamente particular.

Para tratar de dar con esta particularidad se recurre hoy cada vez más frecuentemente a la idea de estilos de vida que designa, en un sentido muy amplio, la manera en que determinadas personas, unidades sociales, sectores de población y sociedades enteras configuran su existencia cotidiana.

Chaney (2003) señala que si bien la época moderna se caracterizó, por un lado, por la emergencia de ideologías seculares dominantes que articularon el conflicto social en diferentes grados y formas de conciencia de clase y por

una búsqueda de explicaciones sociales a través de meta-narrativas de la modernidad; por otro lado, por el predominio decisivo del estado-nación y las comunidades imaginarias articuladas en el nacionalismo y por la noción fundamental de una esfera pública basada en un discurso racional impersonal que se diferenciaba de los interiores domésticos, más femeninos, de la experiencia privada; y, por último, por la prevalencia del referente a esas esferas diferenciadas que ha estado en la base del discurso de la ciudadanía democrática y de la teoría social del feminismo, así como de los estudios de los discursos públicos de la comunicación y el entretenimiento de masas; la época actual, caracterizada por el surgimiento de los estilos de vida, se caracteriza por la inestabilidad y pluralidad de las meta-narrativas, por la ruptura de las fronteras nacionales y cualquier concepción de cultura nacional, sin que ello suponga la ruptura, evidentemente, de la experiencia local lanzándola a una relación necesariamente dialéctica (o irónica) con la dramaturgia espectacular de las industrias globales y, por último, los estilos de vida han servido para desdibujar de manera significativa y, de este modo, transformar las distinciones establecidas entre las esferas pública y privada. Al hacerlo han servido para informar y constituir nuevas formas de entender las relaciones entre las formas individual y colectiva de la existencia social.

En este mismo sentido, el autor señala que (2003: 184) “en la medida en que los estilos de vida, aún siendo hijos de la modernidad, también señalan la creciente inadecuación de los términos básicos del discurso social -la arquitectura intelectual fundamental- de esa época, apuntan forzosamente a la necesidad de reconocer las formas estructurales emergentes de lo que es una era post-moderna en sentido literal”.

Según Rocchi (2002:79), “los estilos de vida permiten descubrir que la tan mentada globalización esconde una realidad poco visible. Tomando el mundo como escenario, este concepto logra entonces conjugar las dos tendencias opuestas de la vida social (hacia la homogeneidad y hacia la diferenciación individual), aunque ahora en una sociedad pensada como `aldea global”.

Para García Ferrando (1994:251), la relevancia del uso del concepto de *estilos de vida* la podemos encontrar en el hecho “de que las posiciones ideológicas, religiosas y políticas *siguen cada vez menos* las líneas de clase social” y que, en cambio, “el flujo y reflujo de las corrientes socioculturales por un lado, y las mayores posibilidades de usos alternativos del consumo y del ocio por otro, contribuyen a la existencia de una especie de astillamiento cultural y a la aparición de mentalidades variadas y diferenciadas que se reflejan en múltiples estilos de vida. Unos estilos de vida, cuya acotación y descripción, pueden contribuir a analizar objetivamente la desigualdad social en mejor medida que lo pudiera hacer el propio estudio de las clases sociales”.

No obstante, la idea de estilos de vida, como la de cultura, no permite un acercamiento heurístico a la PAFYD y, de hacerlo, lo hace en “un sentido muy amplio”. Es por ello que el análisis de la cultura y de los estilos de vida exige la definición de una unidad de análisis intermedia entre una visión demasiado holística, cercana a la idea de cultura, de los estilos de vida, u otra demasiado

particularista centrada en la descripción de diferentes prácticas de PAFYD. En este sentido, y tal y como fundamentaremos más adelante, entendemos que de cara al estudio de los estilos de vida, en general, y los que denominamos como activos, en particular, el concepto de hábitos (heredero del concepto de *habitus* de Bourdieu) nos permite colocarnos en un marco conceptual donde se hace comprensible y explicable sociológicamente la PAFYD, porque como señala Bourdieu (2000:205-206) para construir por completo el espacio de los estilos de vida en cuyo interior se definen los consumos culturales, se hace necesario establecer “la fórmula generadora del *habitus* que manifiesta en un estilo de vida particular las necesidades y las facilidades características de esta clase de condiciones de existencia (relativamente) homogéneas” de cara a “determinar cómo se especifican, para cada uno de los grandes dominios de la práctica, las disposiciones del *habitus*, al realizar tal o cual entre los posibles estilísticos ofrecidos para cada campo, el del deporte y el de la música, el de la alimentación y el de la decoración, el de la política y el del lenguaje, y así sucesivamente”.

Es por ello que adoptamos la idea de hábitos como base para el análisis de la PAFYD de la población adulta de Gipuzkoa y que procedemos a fundamentar a continuación aunque, cabe advertir de que nuestro objetivo no es ni tan amplio ni se ajusta a un único campo como el expuesto por Bourdieu puesto que se “limita” a analizar los hábitos de PAFYD de la población adulta de Gipuzkoa, y afecta de manera transversal a todos los campos de la vida cotidiana de los guipuzcoanos.

2.4.2. LOS HÁBITOS LÍQUIDOS. ENTRE LA GLOBALIZACIÓN Y LA INDIVIDUALIZACIÓN

La particularidad de los hábitos de práctica de los individuos de la modernidad líquida es una particularidad histórica. Los parámetros de la existencia social de los individuos se vertebran siempre en el espacio y el tiempo y entre los polos de la individualidad y la globalidad pero, he aquí la particularidad, todos ellos, son socio-históricamente (re)construidos.

En la modernidad líquida, los polos de individualidad y globalidad se presentan ante los individuos de manera históricamente particular en unos hábitos de práctica específicos que dan, a su vez, una consciencia particular. Es esta particularidad histórica la que nos proponemos acotar a continuación.

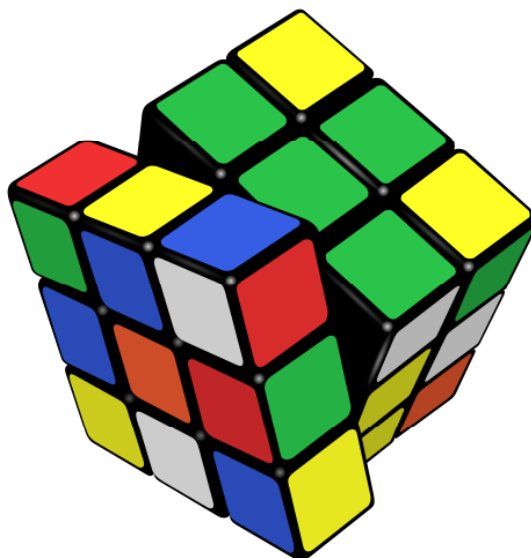
La Sociedad Globalizada

Sin lugar a dudas, el proceso de globalización es uno de los fenómenos sociales más estudiados de los últimos tiempos y que, además, comparte interés por más de una disciplina de las Ciencias Sociales. Este interés tan amplio ha dado pie a gran número de estudios y posicionamientos de cara a analizar las repercusiones multidimensionales de la globalización.

Tal y como nos explica Hernández i Martí (2005:133-135) de manera muy ilustrativa, la incorporación de una metáfora a nuestra argumentación puede ayudar a captar didácticamente la complejidad y diversidad propia del proceso de globalización, traducido en una globalidad provisional y en continua transformación. Esta metáfora la encontramos en el cubo de *Rubik*, el juego matemático que “por su estructura, disposición y movimientos puede ilustrar el conjunto de mecanismos y espacios básicos con los que se desarrolla el proceso globalizador”.

El cubo de *Rubik* consta de seis planos, que se corresponden exactamente con las seis dimensiones fundamentales de la globalización. Si conseguimos alinear perfectamente los cubos por colores, nos aparecerá un cubo con seis caras de igual color.

Figura 5. Cubo de Rubik



Esta figura nos ofrece un modelo visual para comprender y explicar que las dimensiones de la globalización, es decir, la demográfica, la económica, la política, la social, la cultural y la ecológica, son abstracciones conceptuales y delimitaciones analíticas que nos sirven para analizar la globalización, en tanto que expresión e imagen de la realidad social, separándola en campos y lógicas que nos hacen comprensible la compleja realidad de la que son parte.

Asimismo, hay que tener en cuenta que, tal y como señalábamos, la realidad es siempre más compleja de lo que cualquier esquema conceptual que pretenda, y lo logre con mayor o menor fortuna, explicarla e ilustrarla. Es por ello que la figura del cubo en realidad habría de ser concebida como unos “cubos que componen el cubo de Rubik moviéndose en todas direcciones, es decir, mezclándose en infinitas combinaciones, tantas como probabilidades de interacción de los diversos componentes de cada dimensión. De modo que, mientras la figura del cubo de Rubik ordenado proporciona la idea del

ordenamiento abstracto de la sociedad mundializada, un cubo donde los colores se mezclan sin pausa remite al cambio, a la interacción, a la conectividad y a la transformación constantes de la modernidad avanzada”, y, donde al mismo tiempo, podríamos decir que “cada cubo de los 27 que posee el cubo de Rubik es en sí mismo otro cubo de Rubik, de manera que podemos evocar tanto los niveles regionales, nacionales y locales que subyacen al sistema global, como la propia complejidad y multidimensionalidad de cada nivel considerado. Además, como todos los cubos, desde los más pequeños a los más grandes, forman parte del cubo general, la metáfora del cubo de Rubik traduce la idea de conectividad compleja y de interdependencia que define la globalización” (Hernández i Martí, 2005:133-135).

Llegados a este punto, conviene advertir de que la globalización, al igual que la figura del cubo de Rubik de la que nos estamos valiendo para explicarlo, es multidimensional, y lo es por cuatro razones principalmente:

1. Primera, porque, tal y como hemos señalado, el proceso de globalización posee seis ámbitos, campos o áreas de acción social (demográfica, económica, política, cultural, social y ecológica);
2. Segunda, porque al estar enmarcada como todo proceso (sobra decir histórico) en el eje espacio-temporal, sometidos a una reconfiguración sin precedentes, se genera y proliferan la desterritorialización (o quizá sería más correcto hablar de reterritorialización);
3. Tercera, porque, tal y como señalan Held *et al.* (1999), el proceso de globalización crece en extensión, en intensidad, en velocidad y en impacto; y
4. Cuarta y última, porque también, tal y como ha señalado Giddens (2001) el proceso de globalización se expande tanto hacia arriba, como hacia abajo, como hacia los lados del Estado-nación.

Así pues, y siguiendo con la metáfora, puede afirmarse que el cubo de Rubik de la globalización es un cubo históricamente conformado que, a medida que ha ido creciendo y expandiéndose por el globo, ha llegado a solaparse con el cubo-contenedor del planeta Tierra y, consiguientemente, mundializándose geográficamente. De esta manera, con el transcurso del tiempo el proceso de globalización se ha ido extendiendo históricamente dentro del planeta hasta que el sistema-mundo se ha solapado con el sistema-tierra.

Siguiendo con Hernández i Martí el carácter multidimensional del proceso de globalización conlleva necesariamente situar el cubo de Rubik en coordenadas espacio-temporales a las que, a su vez, habríamos de añadir otros aspectos propios de la dialéctica del proceso de globalización como: *público-privado*, *dominación-subordinación* y *global-local*, de cara a constatar las realidades contradictorias, antagónicas y asimétricas del proceso de globalización. Asimismo, en el centro de cada uno de los cubos podríamos

imaginar núcleos que nos remitirían a la concentración de poder (simbólico, económico, cultural y social) identificable al que se da en los grandes nodos globales que representan las ciudades globales o grandes metrópolis.

De este modo, cada uno de los cubos generales consta de sus propios núcleos que, a su vez, se interrelacionan entre sí mediante un tejido nodal a través del cual circulan flujos de todo tipo, quedando finalizada la metáfora red que cubre, tanto interna como externamente, el cubo de la globalización. Por último “cada uno de los cubos, como el cubo general, rotan sobre sí mismos a diversas velocidades y ritmos, lo que nos remite al concepto de *reflexividad*, entendida básicamente como autoconfrontación con las consecuencias de la modernidad, apertura hacia la incertidumbre permanente, autoconocimiento social, autocreación individual, autoevaluación a través de los sistemas de información y como conciencia de la dialéctica *global-glocal*” (Hernández i Martí, 2005:133-135).

En lo que a nuestro trabajo se refiere, los aspectos que principalmente nos ocupan en relación al proceso de globalización son los referidos al desarrollo tecnológico que ha dado como resultado una sociedad informacional con una serie de implicaciones socio-culturales donde hemos de destacar, de manera sintetizada, la reconstrucción del sentido del tiempo y el espacio o, dicho de otra manera, la experiencia y la praxis humana, donde se hace consciente la existencia global de los individuos. Esta nueva consciencia de la existencia global de los individuos característica de la globalización y basada, en términos de Hernández i Martí (2005), en una *conectividad compleja* se encuentra atravesada en todas sus dimensiones fundamentales (económica, política, demográfica, ecológica, social y cultural) por un desarrollo tecnológico sin precedentes y que tiene un protagonismo central en los hábitos de práctica de los individuos de la modernidad líquida.

Así pues, la globalización podría definirse como un macroproceso histórico en el que *convergen* diferentes subprocesos históricamente interconectados, que han dado como resultado un macro-proceso que definimos como proceso de globalización contemporáneo y que se viene desarrollando en el último medio siglo. Así pues, el proceso de globalización ha de entenderse como un proceso de profunda transformación multidimensional y multicausada que tiene como características más significativas una conectividad compleja, dialéctica y crecientemente intensificada en la organización espacio-temporal de las relaciones sociales. En este sentido, y tal y como señala Hernández i Martí (2005:136-137), “dicha conectividad ha de ser valorada en relación a una progresiva extensión, intensidad, velocidad e impacto de los flujos transcontinentales e interregionales de actividad, comunicación, interacción y ejercicio del poder, los cuales circulan a través de estructuras reticulares cada vez más flexibles y tupidas” que da como consecuencia “una radicalización y transformación *reflexivizada* de las instituciones y rasgos constitutivos de la modernidad, lo que comporta la agudización tanto de la separación y comprensión espacio-temporal como de los mecanismos de desanclaje”. De esta manera se da una reestructuración del sentido del espacio-tiempo que precipita la consecución de una nueva forma de relacionarse en términos transnacionales y *glocales*. Así pues, y tal y como

señala el propio Hernández i Martí, “la globalización se plasma en un incierto, conflictivo y arriesgado horizonte global que define la nueva condición global humana. Un marco donde, a modo de una totalidad inclusiva, la unicidad no uniforme que lo vertebra deriva del mecanismo de estructuración que liga la conciencia individual y subjetiva de interdependencia con los procesos estructurales y objetivos de conectividad”.

Tal y como advierte Castells (1998:31) al hablar de la importancia de la revolución de la tecnología de la información y su capacidad de penetración en todo el ámbito de la actividad humana, subrayar este hecho no ha de entenderse como que las nuevas formas y procesos sociales surjan únicamente como consecuencia del cambio tecnológico: “(...) por supuesto, la tecnología no determina la sociedad. Tampoco la sociedad dicta el curso del cambio tecnológico, ya que muchos factores, incluidos la invención e iniciativas personales, intervienen en el proceso del descubrimiento científico, la innovación tecnológica y las aplicaciones sociales, de modo que el resultado final depende de un complejo modelo de interacción. En efecto, el dilema del determinismo tecnológico probablemente es un falso problema, puesto que tecnología es sociedad y ésta no puede ser comprendida o representada sin sus herramientas técnicas”.

No obstante, sigue Castells (1998:33), lo cierto es que si bien la sociedad no determina la tecnología, sí puede condicionar su desarrollo a través de instituciones tales como el Estado que “puede embarcarse en un proceso acelerado de modernización tecnológica, capaz de cambiar el destino de las economías, la potencia militar y el bienestar social en unos cuantos años”. Así, la capacidad de cada sociedad para dominar la tecnología en cada período histórico, si bien por sí misma “no determina la evolución histórica y el cambio social, la tecnología (o su carencia) plasma la capacidad de las sociedades para transformarse, así como los usos a los que esas sociedades, siempre en proceso conflictivo, deciden dedicar su potencial tecnológico”.

Así pues, entendemos que entre los individuos, y su existencia global (sea cual sea el nivel de conciencia de este hecho *de facto*), se encuentra la mediación tecnológica que es inherentemente un potencial generador de conciencia global que en su relación dialéctica con la sociedad genera una sociedad *glocal*, es decir, una sociedad globalmente local a la vez que localmente global. *Globalmente local* porque cada vez somos más conscientes de que compartimos el devenir del único lugar al margen de construcciones sociales históricas tales como el Estado-Nación (no hay más que ver los discursos cada vez más en boga referidos al cambio climático donde se resalta la responsabilidad global del los Estados Nacionales) y *localmente global* en el sentido de que, cada vez más, los hábitos de práctica de los individuos se asemejan cada vez más, al margen de la localización geográfica en la que se den, o como dirían los antropólogos, debido a un creciente proceso de aculturación, que da como resultado una cultura compartida global.

Si bien no es el objetivo del presente trabajo analizar de manera directa la influencia que el desarrollo tecnológico tiene sobre los hábitos de PAFYD, entendemos que es una de las perspectivas de análisis de futuro de cara a

seguir profundizando en el desarrollo histórico de los hábitos de PAFYD en relación al nivel de tecnificación, de aculturación y de (re)construcción del sentido y la distribución de los hábitos de PAFYD.

La Sociedad Individualizada

La sociedad de los individuos de la modernidad líquida se mueve entre la globalidad y la individualidad. Son los parámetros en los que se desarrolla los hábitos de práctica de los individuos. Se ha hablado mucho y desde muchos planos respecto del proceso de individualización pero, tal y como señala Bauman (2003a), conviene distinguir entre el sentido social-científico y el sentido neoliberal del mismo.

En este sentido, y siguiendo con Bauman (2003a:29-30), todos los teóricos principales de la sociología, desde Marx hasta Giddens, pasando por Weber, Durkheim, Simmel, Parsons, Foucault, Elias, Luhmann y Habermas, se han referido al proceso de individualización partiendo de la idea básica de que la individualización “es producto de una socialización compleja, contingente y, por tanto, de alto nivel”. Si bien, no todos plantean el tema de la individualización de igual manera –unos lo hacen de manera positiva, subrayando sus virtudes, y otros de manera negativa, subrayando sus defectos-, “el leitmotiv que recorre a todas sus explicaciones es que la individualización: a) es una característica estructural de una sociedad altamente diferenciada, y b) no pone en peligro su integración, sino que más bien la hace posible”. Y esto es así, por decirlo de manera resumida, porque “la `mutualidad´ y la comunidad humanas ya no descansan en tradiciones sólidamente establecidas, sino que lo hacen más bien en una colectividad paradójica de individualización recíproca”.

La individualidad ha dado pie a un gran número de interpretaciones en las que se ha identificado con anomia, individualismo, egoísmo, es decir, todos ellos conceptos con una cierta carga valorativa (generalmente negativa) que se distancian del sentido social-científico al que se refiere Bauman.

En este sentido, una perspectiva sugerente es la que nos aporta Lipovetsky en su ya celebre obra *La era del vacío* (2003:07-08) al referirse al *personismo*. Para este autor “el ideal moderno de subordinación de lo individual a las reglas racionales colectivas ha sido pulverizado” a favor del valor fundamental de la realización personal. Y esto es posible en sociedades como la nuestra donde se ha erigido al individuo libre como valor cardinal, siendo el *personismo*, según este autor, la manifestación última de la ideología individualista. Así, “vivir libremente sin represiones, escoger íntegramente el modo de existencia de cada uno” se ha convertido en el hecho social y cultural más significativo de nuestro tiempo.

Del mismo modo que la perspectiva expuesta por Lipovetsky, son muchas las perspectivas desde las que se han abordado el estudio del proceso de individualización pero, en cuanto a nuestra definición se refiere, y de cara a

ir sentando las bases de lo que nosotros entendemos como proceso de individualización, del que se configura una idea de individuo social e históricamente (re)construida, es decir, un individuo en sociedad (no contra la sociedad), cabe decir, como señala Veyne (1990:09-10) que “por “individuo” se entenderá aquí un sujeto, un ser ligado a su propia identidad por la conciencia o el conocimiento de sí (...)”, y, en este sentido, pues, “un individuo no es una bestia de rebaño; es, por el contrario, un ser que confiere valor a la imagen que tiene de sí mismo”, y que en absoluto se opone a la sociedad o el Estado.

El desarrollo tecnológico tan característico de la sociedad globalizada tiene repercusiones tanto sobre los parámetros de la experiencia y la praxis de los individuos como del propio concepto de individuo, que devienen del proceso de individualización, y que tal y como señala Gergen (1997:26-27) “cobramos creciente conciencia de que los objetos de los que hablamos no están `en el mundo´, sino que más bien son el producto de nuestras perspectivas particulares. Procesos como la emoción y la razón dejan de ser la esencia real y significativa de las personas; a la luz del pluralismo, los concebimos como imposturas, resultado de nuestro modo de conceptualizarlos. En las condiciones vigentes en el posmodernismo, las personas existen en un estado de construcción y reconstrucción permanente; es un mundo en el que todo lo que puede ser negociado vale. Cada realidad del yo cede paso al cuestionamiento reflexivo, la ironía y, en última instancia, al ensayo de alguna otra realidad a modo de juego. Ya no hay ningún eje que nos sostenga” o quizá, me atrevería a decir que, el eje que nos sostiene es precisamente esa nueva individualidad mutuamente reconocida.

Tal y como señala el propio Gergen (1997:27), los individuos en sociedad hemos existido siempre pero tal y como demuestran “los estudios sobre el concepto del yo vigente en otras culturas u períodos históricos pueden comenzar a revelarnos hasta qué punto pueden ser frágiles e históricamente fluctuantes nuestras actuales concepciones y costumbres”.

En este sentido, tal y como señala Martuccelli (2007:37), “la primera dimensión del individuo no es otra que la de su misma posibilidad. Ser un individuo, es estar definido por el doble sello incomprensible de la soberanía sobre sí y de la separación con respecto a los otros”. Ante esta realidad, “(...) la primera prueba a la cual se ve enfrentado el individuo, incluso antes que la del respeto a las reglas, es la de llegar a tenerse en un mundo que no lo contiene ya tan firmemente como antes”.

A este respecto Bauman (2003a:20-21) afirma que “la `individualización´ consiste en hacer que la `identidad´ humana deje de ser un `dato´ *para convertirse en una `tarea´*, y en cargar sobre los actores la responsabilidad de la tarea y de las consecuencias (y efectos secundarios) de su actuación. En otras palabras, consiste en establecer una autonomía *de jure* (aunque no necesariamente *de facto*)” donde “tener que devenir en lo que se es, es la marca característica de la vida moderna, y sólo de ésta (pero no de la `individualización´ moderna; esta expresión es evidentemente pleonástica: hablar de individualización y de modernidad es hablar de la misma condición

social). La modernidad sustituye a la determinación del estatus social como una autodeterminación compulsiva y obligatoria”.

Así pues, y tal y como señalan Beck y Beck-Gernsheim (2003:40), la biografía normal se convierte en *biografía electiva*, o dicho de otra manera en *biografía reflexiva*, en *biografía hágalo usted mismo* o *biografía de bricolaje*. De aquí no ha de extraerse la conclusión de que esto suceda necesariamente por elección, y mucho menos que se tenga que saldar necesariamente de forma exitosa, porque tal y como señalan los autores “la biografía *hágalo usted mismo* es siempre una *biografía de riesgo*, por no decir incluso una *biografía de la cuerda floja*, una situación de peligro permanente (en parte abierta y en parte oculta)” porque tras una apariencia de prosperidad, pueden esconderse un sinnúmero de consecuencias no esperadas (tanto deseables como indeseables). Ejemplo de ello son la elección equivocada de carrera o de campo de acción, combinada y agravada por la espiral descendente de la desgracia privada, el divorcio, la enfermedad, la hipoteca que no se puede pagar, y que suele calificarse simplemente mala suerte. De este modo “tales casos ponen al descubierto lo que ya se veía venir: que la biografía *hágalo usted mismo*, puede convertirse rápidamente en la biografía de la crisis. Los vínculos preordenados, no cuestionados y a menudo aplicados de épocas pasadas se sustituyen por el principio de *hasta nuevo aviso*”.

Se puede afirmar, pues, que uno de los rasgos más decisivos del proceso de individualización es que *no sólo permite*, sino que *también exige* una *activa contribución* por parte de los individuos. A medida que se amplía la gama de opciones y que aumenta la necesidad de decidir entre las mismas se hace mayor la necesidad de realizar acciones individualmente, de ajustes, de coordinación, de integración. Con el objeto de no fracasar, los individuos tienen que ser capaces de realizar una planificación a largo plazo, de adaptarse a los cambios, de organizarse, improvisando, fijándose nuevas metas, reconociendo los obstáculos y aceptando las derrotas e intentando encontrar nuevas salidas. Necesitan de la iniciativa, la tenacidad, la flexibilidad y de la paciencia ante los fracasos que le acechan.

Tal y como señalan Beck y Beck-Gernsheim (2003:42), “las oportunidades, los peligros y las incertidumbres biográficas, que antes estaban predefinidas dentro de la asociación familiar o de la comunidad rural, o a tenor de las normativas de los estados o clases asistenciales, deben ahora percibirse, interpretarse, decidirse y procesarse por los propios individuos. Las consecuencias –tanto las oportunidades como las cargas- pasan ahora a los individuos, que, naturalmente, frente a la complejidad de las interrelaciones sociales, se ven a menudo incapaces de tomar las necesarias decisiones con el debido fundamento, ponderando los intereses, la moral y las posibles consecuencias”.

Es por ello que entendemos que, además de la consciencia de la existencia global de los individuos (a la que nos referíamos anteriormente), se da una consciencia de la individualidad globalizada, es decir, la consciencia de los individuos se mueve entre dos fuerzas que en principio pudieran parecer contrapuestas, como la individualidad y la globalidad de sus existencias.

Pudiera resumirse en una apertura del “campo de batalla” de la existencia humana con un mayor espacio para la maniobrabilidad de las elecciones y, consiguientemente, tanto para el éxito como para el fracaso de las mismas.

Bette (1995:35, en García Ferrando *et al.* 2005:101-102) resume perfectamente la influencia del proceso de individualización sobre las personas cuando afirma que “da mayor autonomía a la persona frente al peso de las instituciones sociales que tradicionalmente habían marcado el sistema de valores y normas a seguir. Si bien estas ofrecían seguridad –no había que tomar decisiones por sí mismo o por sí misma-, al mismo tiempo eran mucho más restrictivas respecto a la libertad y el quehacer individuales. La modernización ha debilitado los estatus adscritos, las posiciones sociales asignadas y puede convertir las biografías personales en un campo de batalla donde las decisiones individuales choquen con los desarrollos sociales”.

En este *línea divisoria* (conceptual-analítica de la realidad) de la existencia social-global de los individuos-individualizados es donde adquiere especial interés el análisis del concepto de *habitus* (Bourdieu, 2008) en tanto que unidad de análisis donde se sintetizan, y se hacen estudiables sociológicamente, ambas fuerzas.

La mujer individualizada. ¿Beneficiaria o víctima de la modernidad líquida?

La experiencia del proceso de individualización se ha observado de manera especialmente sensible en el caso de las mujeres. Tal y como señalan Beck y Beck-Gernsheim (2003:119), en el último medio siglo se han dado una serie de cambios sociales en los contextos de vida de las mujeres que han dado como consecuencia “una línea de movimiento general, que va de un *vivir para los demás a vivir un poco la propia vida*”.

Esto se debe a que, tal y como señalan Ehrenreich y English (1976:12, en Beck y Beck-Gernsheim, 2003:119) “con el colapso del orden social tradicional, apareció un atisbo de algo parecido a la libertad de elección, algo muy remoto aún para la mayoría de las mujeres [...] Su entrada en el mercado laboral sin duda acarreó unos salarios bajos y unas condiciones de miseria, soledad e inseguridad en el trabajo. Pero también acarreó una oportunidad que había sido inconcebible en el orden social tradicional: la oportunidad de liberarse de la sujeción de la familia”.

Así pues, a medida que las mujeres se vieron ante una nueva relación respecto de la familia, sus biografías experimentaron un fuerte *impulso individualizador* pasando de unos roles *adscritos* a otros *adquiridos*. Este impulso ha acarreado tanto nuevas oportunidades como nuevos riesgos tanto para mujeres como para hombres. No obstante, también es cierto que, tal como señalan Beck y Beck-Gernsheim (2003:119-120) que “si bien es verdad que en la actualidad las mujeres ya no se definen tanto como antes en términos de vida familiar y de su dependencia de un sustentador masculino, no es menos cierto que aún cargan con muchas más responsabilidades que los hombres en el ámbito de la familia y siguen estando mucho menos protegidas por una

situación estable en el mercado laboral. Estos `ya no´ y `aún no´ generan numerosas ambivalencias y contradicciones en las vidas de las mujeres. Al tiempo que los viejos condicionamientos han perdido terreno y se han abierto numerosas posibilidades nuevas, han aparecido nuevos tipos de dependencia y de compulsión cuyas consecuencias no son todavía apreciables. Ya no existe un `modelo´ que defina las perspectivas vitales de la mujer, la cual se encuentra a la vez más abierta y menos protegida que antes”.

La apertura de oportunidades profesionales, y vitales en general, de las mujeres ha ido de la mano de la mejora en las oportunidades educativas de las mismas. Este proceso de incorporación ha posibilitado, entre otras cuestiones, la incorporación y promoción de las mujeres al mundo de trabajo accediendo así a espacios tradicionalmente masculinos, la mayor capacidad (y autonomía) adquisitiva y, en definitiva, un mayor margen de acción.

Esto ha dado como resultado, tal y como señalan Beck y Beck-Gernsheim (2003:138-139):

- a. una mayor *movilidad geográfica*,
- b. *más oportunidades laborales diferenciales*,
- c. mayor *movilidad social* y
- d. un *cambio generacional* sin precedentes que ha dado como resultado “un abismo *experiencial*, mediado por el trabajo, se interpone, así, entre unas mujeres y otras a distintos niveles.

Las mujeres se ven enfrentadas cada vez más a nuevas situaciones para las que el repertorio convencional de directrices y formas de conducta ya ha dejado de ser suficiente. Cuando se producen tales *vacíos*, y aparecen inmediatamente después otros modelos dispuestos a llenarlos, las mujeres no tienen más remedio que valerse por sí mismas y salir al paso con sus propias soluciones y sus propios modos de conducta y puntos de referencia. La falta de modelos, que es palpable en muchos ámbitos de la vida cotidiana, no sólo permite, sino que además propicia, los intentos por establecer la independencia personal.

Tal y como señala Lipovetsky en *La tercera mujer* (2007: 121-122), en el caso de las mujeres “durante largo tiempo los cuidados dedicados al aspecto físico estuvieron dominados por la obsesión del rostro, por una lógica decorativa (*e inactiva*)*, que se concretaba en el uso de productos de maquillaje, en los artificios de la moda y del peinado. Esta tendencia ya no es la nuestra; hoy es el cuerpo y su mantenimiento lo que moviliza cada vez más las pasiones y la energía estética femeninas. En la actualidad, las prácticas de belleza no buscan tanto construir un espectáculo de trampantojo como conservar un cuerpo joven y esbelto; la finalidad buscada no es tanto la sofisticación del aspecto físico como rejuvenecer, tonificar y reafirmar la piel.

* La cursiva es nuestra.

En la época de la antiedad y el antipeso, el centro de gravedad se ha desplazado de las técnicas de camuflaje a las técnicas de prevención, de los rituales de lo ficticio a las prácticas de mantenimiento del cuerpo, de las escenificaciones artificiosas a las exigencias nutricionales, de las sobrecargas barrocas a las operaciones para regenerar la piel”.

Asimismo, siguiendo con Lipovetsky (2007: 134-135) no hay duda de que en nuestra época prima una nueva fuerza social de normalización y racionalización del cuerpo. Una normalización y racionalización donde en vez de reglamentos uniformes se presenta una “nebulosa de requerimientos, productos y recomendaciones” que posibilitan (o dirigen) la elección y la iniciativa individual, sobre la base de programas, a su vez, individualizados que dejan al descubierto como “el cuadrículado autoritario y dirigista se ha visto sucedido por la desregulación consumativa y deportiva y su séquito de actividades de búsqueda de la forma física y de mantenimiento, su abundancia de prescripciones dietéticas y métodos de adelgazamiento, su supermercado de productos antiarrugas y antipeso”. Es por ello que, si bien es innegable que el ideal de la esbeltez crea un proceso de homogeneización de la apariencia, las vías que conducen al logro de ese ideal son cada vez más heterogéneas.

Para Lipovetsky (2007: 136-137), los comportamientos relacionados con el deporte, al igual que los relativos a la alimentación, “ilustran la salida de la era de la normalización disciplinaria de los cuerpos”. Según el autor, cada vez son más las mujeres que practican actividades físicas y deportivas como el jogging, el tenis, el esquí, la gimnasia, etc., convirtiéndose estas actividades en actividades femeninas de masas. No obstante, estas se dan de forma más intermitente que regularmente, prevaleciendo la práctica ocasional frente al “entrenamiento metódico”. Asimismo, si bien no cabe duda de que la estética de la delgadez ha triunfado, ésta se encuentra lejos de haber generado “una racionalidad disciplinaria” ubicándose en una dinámica de “prácticas inestables y sismográficas, que oscilan entre actividad e inactividad, restricción y exceso, movilización y dejadez, dominio y abandono”.

Siguiendo con Lipovetsky (2007:136-137), esto es así porque nos encontramos en una cultura estructurada con base en lógicas antinómicas donde, por un lado, se intensifican las prescripciones relativas al cuerpo, se refuerzan las normas dietéticas y deportivas, al tiempo que conmina a combatir el exceso de peso. Pero, por otro, el universo del consumo exagera los deseos y el ansia de *todo y enseguida*, favorece los impulsos y caprichos pasajeros e incrementa la repugnancia a los esfuerzos regulares y austeros. Para Lipovetsky “el vaivén entre superconsumo y restricción, la anarquía alimentaria, las prácticas deportivas esporádicas son otras tantas expresiones de una cultura antinómica que prescribe normas de autodomínio y de autovigilancia permanente y al mismo tiempo disgrega las estructuras sociales de la alimentación, estimula los impulsos consumativos, erige la *tentación* en sistema”.

Se suscriba o no la hipótesis tan sugerente aquí expuesta por Lipovetsky, lo cierto es que no cabe duda de que la hipótesis de unos hábitos de PAFYD diferenciados entre géneros es más que factible. Habrá que ver

hasta qué punto es así, o no, en la realidad de los hábitos de PAFYD de la población adulta guipuzcoana.

3. METODOLOGÍA

El presente trabajo tiene como objetivo principal describir y analizar los hábitos de PAFYD de la población adulta de Gipuzkoa desde una perspectiva de género.

Todo ello pretendemos analizarlo desde una perspectiva tanto retrospectiva como prospectiva, aunque centrándonos en el momento actual.

3.1. HIPÓTESIS DE TRABAJO

Antes de pasar a las *hipótesis de trabajo* de este trabajo, queremos dejar constancia de que, estando ante un estudio descriptivo como estamos, estas hipótesis han de entenderse a modo de estimaciones de las diferencias en los hábitos en función de las diferentes *variables socio-estructurales* de la población guipuzcoana.

Entrando en las hipótesis que han guiado este trabajo, *a priori*, cabe sostener que la población adulta de Gipuzkoa tiene diferentes hábitos de PAFYD según el sexo por lo cual suponemos que:

1. Los hombres tendrán unos hábitos de PAFYD más intensivos (mayor frecuencia de práctica) que las mujeres, mostrando, asimismo, una mayor polideportividad de PAFYD, con un mayor carácter competitivo y organizado de las mismas.

En esta línea, parece razonable pensar que quienes realizaron PAFYD en su niñez-juventud lo seguirán haciendo posteriormente, como consecuencia del efecto de esta socialización previa en la niñez, por lo que estimamos que:

2. Los hombres mostrarán una mayor participación en el deporte escolar que las mujeres. Asimismo, su práctica previa a la vida adulta presentará un mayor carácter competitivo y organizado.

En otro orden de cosas, no olvidamos que los hábitos de PAFYD necesitan de contextos para la práctica, es decir, de espacios, tiempos y personas. Estimamos que:

3. Las mujeres tenderán a utilizar más espacios privados y cerrados que los hombres para realizar su PAFYD. Es más, probablemente lo harán más en solitario y/o con miembros de la familia que los hombres.

En términos sociológicos, se sabe que toda práctica va unida a discursos, por lo que nos parece indispensable analizar con qué discursos (importancia, utilidad y razones) se adorna la PAFYD. En este apartado, estimamos que:

4. Es muy probable que los hombres adscriban valores de bienestar a la utilidad de la PAFYD mientras que las mujeres hablen de ella en términos de forma física y salud.

Por último, otro aspecto de carácter más prospectivo se centra en contemplar los cambios en los hábitos de PAFYD, que suponemos se diferenciarán en función del sexo. Así:

5. Es probable que las mujeres abandonen la PAFYD en mayor grado que los hombres, y más en aquellas prácticas menos organizadas y de menor carácter competitivo. Este abandono crecerá, probablemente, con la edad.
6. Otro de los aspectos que nos planteamos es que las personas que abandonan un tipo de PAFYD, tendrán como efecto de compensación la adopción de otras formas de PAFYD menos exigentes y más adaptadas a las limitaciones biográficas.

3.2. MUESTRA

Las principales características del diseño muestral empleado son las siguientes:

- El ámbito geográfico de recogida de la información es el Territorio Histórico de Gipuzkoa.
- La población objeto de la recogida de información es aquella con edades de 18 años en adelante, es decir, mayores de edad legalmente en la fecha de recogida de la información, que fue llevada a cabo en 2006.
- La técnica de muestreo fue aleatoria y estratificada por tamaño de hábitat, desproporcional por comarca y cuotas de edad y sexo. Con un nivel de confianza del 95%, el error muestral para el total de la muestra se sitúa en $\pm 3,1\%$. Por sexo, el margen de error corresponde a un $\pm 4,5\%$. Por Intervalos de edad, los niveles de error oscilan entre el $\pm 8,3\%$ del intervalo de edad más joven y el $\pm 5,9\%$ del resto de los intervalos de edad.
- Así pues, la muestra se compone de 504 varones y 504 mujeres. Por intervalos de edad, se dispone de 144 encuestados entre 18 y 24

años; 288 personas encuestadas entre 25 y 44 años; 288 de 45 a 64 años y 288 mayores de 65 años.

Según las consideraciones muestrales mencionadas, la muestra diseñada tiene las siguientes características:

- El diseño muestral se ha basado en la información obtenida del Padrón municipal de habitantes a fecha de Diciembre de 2004 a través de la página Web de la Diputación Foral de Gipuzkoa y teniendo en cuenta la población de 18 años en adelante residente en el Territorio Histórico de Gipuzkoa.
- En cuanto al tamaño del hábitat se refiere, a la hora de diferenciar los municipios del ámbito urbano de los del ámbito rural, se ha tenido en cuenta el tamaño de los mismos, desglosándose en 4 estratos que son: 1.- Menores de 10.000 habitantes; 2.-De 10.001 habitantes a 20.000 habitantes; 3.- De 20.001 habitantes a 40.000 habitantes, y 4.- Más de 40.000 habitantes.
- La variable edad se ha categorizado cómo sigue: 1.-De 18 a 24 años; 2.-De 25 a 44 años; 3.-De 45 a 64 años; y 4.-Mayores 65 años.

3.3. VARIABLES

En el presente estudio se analizan variables relativas a los hábitos de PAFYD según el sexo a las siguientes cinco dimensiones explicativas de los mismos:

1. Descripción de la dinámica de los hábitos de PAFYD actuales de la población adulta de Gipuzkoa, que agrupa variables como:
 - a. Si practica o no actividades físico-deportivas
 - b. Modalidades de PAFYD
 - c. Frecuencia de PAFYD
 - d. Polideportividad
2. La socialización en los hábitos de PAFYD anterior a la vida adulta, que agrupa variables como:
 - a. Participación o no en deporte escolar (en horario extra-escolar) hasta los dieciséis años
 - b. Años que se participó en deporte escolar (en horario extra-escolar) hasta los dieciséis años
 - c. Participación o no en competiciones organizadas en el deporte escolar
 - d. Si se estuvo federado/a o no o perteneció o no a algún club deportivo antes de los dieciséis años
 - e. Participación o no en competiciones federadas

3. Contextos para la PAFYD, que agrupa variables como:
 - a. Lugares de práctica
 - b. Días de la semana en los que se practica la actividad físico-deportiva
 - c. Época del año en la que realiza la PAFYD
 - d. Personas cercanas que practican alguna PAFYD
 - e. Frecuencia con la que realizaron la PAFYD con diferentes personas de su entorno social
 - f. Personas de su entorno social que le animan a realizar PAFYD

4. Discursos sobre la PAFYD relativos a la *importancia, utilidad, razones y percepciones* relacionadas con la PAFYD:
 - a. Importancia de la PAFYD
 - b. Creencias sobre la utilidad de la PAFYD
 - c. Razones para la práctica de actividades físicas y deportivas.
 - d. Percepciones respecto de los hábitos de PAFYD de diferentes colectivos

5. Transformación de los hábitos de PAFYD:
 - a. Si se ha dejado de practicar o no alguna actividad físico-deportiva en los últimos cinco años
 - b. Tipo de PAFYD que se ha dejado de practicar más recientemente
 - c. Modalidades de PAFYD que más se han dejado de practicar
 - d. Razones principales por las que se dejó de practicar la actividad físico-deportiva
 - e. Intención de comenzar a practicar alguna (otra) nueva modalidad de PAFYD
 - f. Modalidades de PAFYD que más gustaría comenzar a practicar
 - g. Razones principales por las que todavía no se ha comenzado a practicar alguna (otra) nueva modalidad de PAFYD

3.4. DISEÑO

El diseño del presente trabajo ha contado desde un primer momento con el apoyo y la colaboración del grupo de investigación IKERKI 05/30 y ha de enmarcarse en un proyecto de la magnitud del observatorio del deporte de Gipuzkoa Kirolbegi.

En este sentido, el diseño del presente trabajo ha contado con las aportaciones y la filosofía de trabajo de todos ellos elaborando un cuestionario

ad hoc fruto de la reflexión interdisciplinar posible gracias a la citada colaboración, y que ha tenido como base un diseño no-experimental y transversal.

3.5. INSTRUMENTO

El instrumento utilizado es un cuestionario de 51 preguntas, en el que se plantean preguntas encaminadas a dar respuesta al objetivo principal del presente trabajo, es decir, describir y analizar los hábitos de PAFYD de la población adulta de Gipuzkoa.

Para la elaboración del instrumento, se analizaron las variables utilizadas por otros proyectos de investigación en el ámbito del estudio de los hábitos de PAFYD y se sometieron a un proceso de reflexión junto con expertos del Grupo de Investigación IKERKI 05/30 dirigido por José Antonio Arruza, además de otros investigadores de reconocido prestigio.

3.6. PROCEDIMIENTO

Elaborado el diseño de la investigación, el procedimiento para la recogida de información se realizó como sigue:

- A.** El trabajo de campo fue subcontratado a la empresa Ikertalde y supervisado por los investigadores en todo momento. La secuencia que se siguió para la toma de datos fue la siguiente:
1. Se seleccionaron los municipios a entrevistar elegidos de forma aleatoria pertenecientes a los diferentes estratos de hábitat y comarca definidos en el diseño muestral.
 2. A continuación, se eligieron de forma aleatoria una serie de *Secciones Censales*. En este sentido, se trataron de buscar tipos de secciones censales con perfiles homogéneos en variables del tipo sexo, intervalo de edad, nivel superior de estudios alcanzado,...
 3. Definidas las secciones censales, se seleccionó primero un “tramo” (números de una calle, entidad de población, barrio,...) de los pertenecientes a la sección y, segundo, uno de los números –pares o impares- comprendidos dentro del tramo elegido³.
 4. A los individuos objeto de encuestación se les entregó una carta de comunicación con el propósito de que conociesen tanto los objetivos del estudio como la oficialidad, así como un teléfono de contacto para aclarar dudas, cambiar la cita propuesta,...

³ Si en una misma vivienda se podía entrevistar a más de un individuo, por pertenecer a cuotas idénticas, se seleccionó al individuo mediante el “método del último cumpleaños”

5. Junto a la carta de comunicación, los encuestadores se presentaron en los lugares acordados (principalmente en los domicilios de las personas a encuestar) identificados con un Carnet de Encuestador donde se acreditaba el estar autorizados para pedir dicha información.
 6. Se puso a disposición de todos los encuestadores un teléfono móvil con el fin de que estuviesen localizables en todo momento, así como para responder a posibles cambios de citas y demás incidencias que pudieran repercutir sobre la encuestación; así como para que pudiesen mantener una comunicación constante los diferentes encuestadores de cara a poder apoyarse los unos a los otros en el trabajo de campo.
 7. Se llevó a cabo una inspección del trabajo de campo. Concretamente se inspeccionó el 20% del trabajo de campo, unas 200 entrevistas, mediante la validación domiciliaria y telefónica de forma directa contactando con el propio individuo entrevistado (en ningún caso mediante alguna persona allegada).
- B.** Se llevó a cabo una depuración y codificación unitaria de todos los cuestionarios previa revisión de cada uno de los mismos.
- C.** El tratamiento de los datos obtenidos se realizó mediante el programa estadístico SPSS 16.0 (*Statistical Package for the Social Sciences*).

4. ANÁLISIS DE LOS RESULTADOS

Los resultados que presentamos a continuación se organizan con base al siguiente esquema expuesto en el capítulo anterior:

1. Descripción de la dinámica de los hábitos de PAFYD actuales de la población adulta de Gipuzkoa, deteniéndonos en aspectos relativos al número de *practicantes*, *frecuencia* y *polideportividad* de la práctica, nivel de *institucionalización* de la práctica, *modalidades* de práctica, etc.,
2. La socialización en la PAFYD, o dicho de otro modo, la influencia de los hábitos de PAFYD previos a la vida adulta.
3. Contextos para la PAFYD, es decir, *lugares*, *tiempos* y *redes sociales* relacionados con los hábitos de PAFYD de la población adulta de Gipuzkoa.
4. Discursos sobre la PAFYD relativos a la *importancia*, *utilidad*, *razones* y *percepciones* relacionadas con la PAFYD
5. Transformación de los hábitos de PAFYD.

Asimismo, para facilitar la lectura de los resultados, hemos mantenido la relación de variables analizadas y el orden de las mismas en cada una de las dimensiones de estudio de los hábitos de PAFYD que componen este estudio y que acabamos de mostrar.

4.1. PAFYD DE LA POBLACIÓN ADULTA GUIPUZCOANA

4.1.1. NÚMERO DE PRACTICANTES

Tal y como señalábamos en el capítulo anterior, en este estudio se considera practicante a toda persona que practique todo tipo de actividades físicas, mediante una *práctica*, organizada o de otro tipo, teniendo por finalidad la *expresión* o la *mejora de la condición física y psíquica*, el *desarrollo de las relaciones sociales* o el *logro de resultados* en competiciones de todos los niveles.

Según nuestro planteamiento de la PAFYD, y tal y como podemos observar a continuación, (**Tabla 2**), los resultados son contundentes, un 96,6% de la población adulta de Gipuzkoa realizó algún tipo de PAFYD a lo largo del último año.

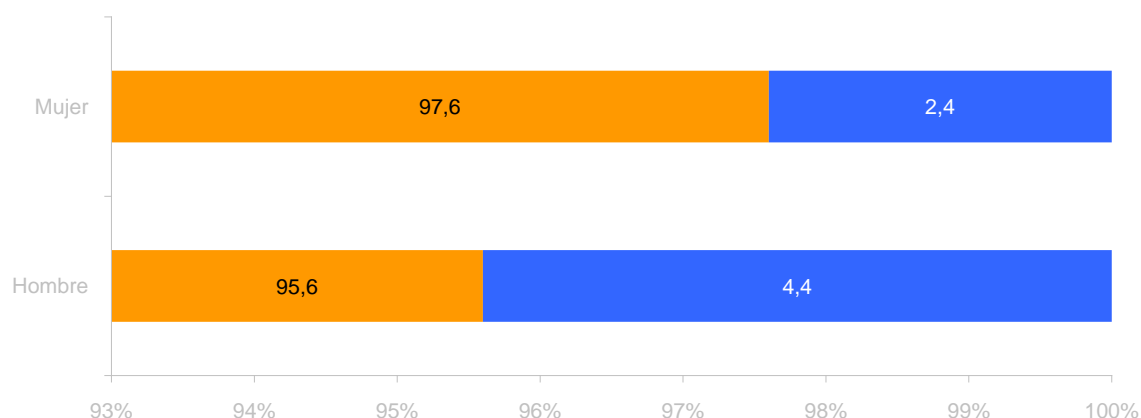
Tabla 2. Porcentaje de personas que realizó alguna PAFYD durante los últimos doce meses

	%
Sí	96,6
No	3,4
Total	100

Es decir, casi la totalidad de la población adulta de Gipuzkoa realizó algún tipo de PAFYD en el último año.

Consecuentemente, y como cabía esperar, no se dan diferencias según el sexo de los practicantes. Así, como podemos observar en la **gráfica 1**, el 97,6% de las mujeres realizó alguna PAFYD en los últimos 12 meses, frente al 95,6% de los hombres.

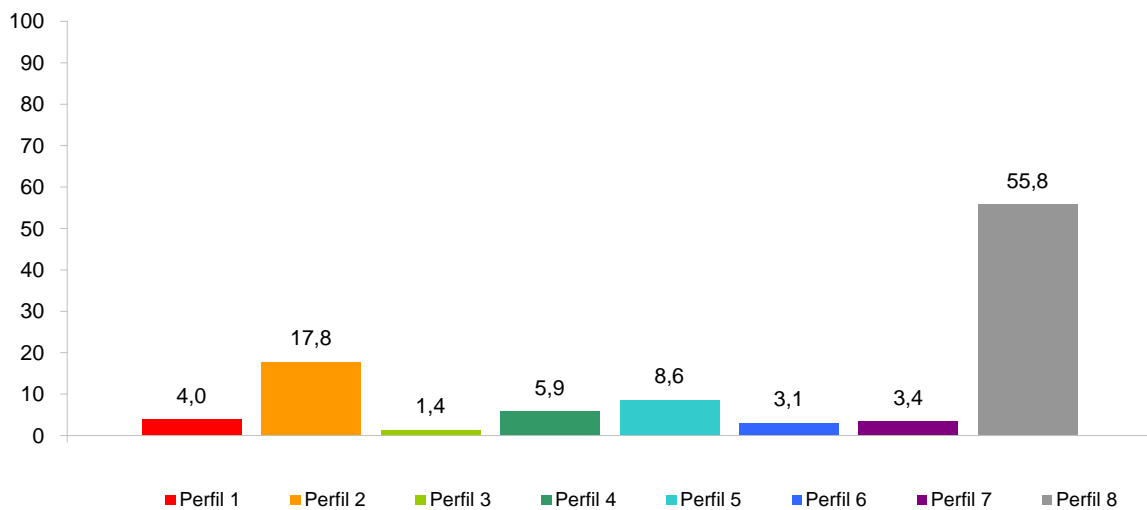
Gráfica 1. Porcentaje de personas que realizó alguna PAFYD durante los últimos doce meses según las variables analizadas



4.1.2. GIPUZKOA A LA LUZ DEL PROYECTO COMPASS

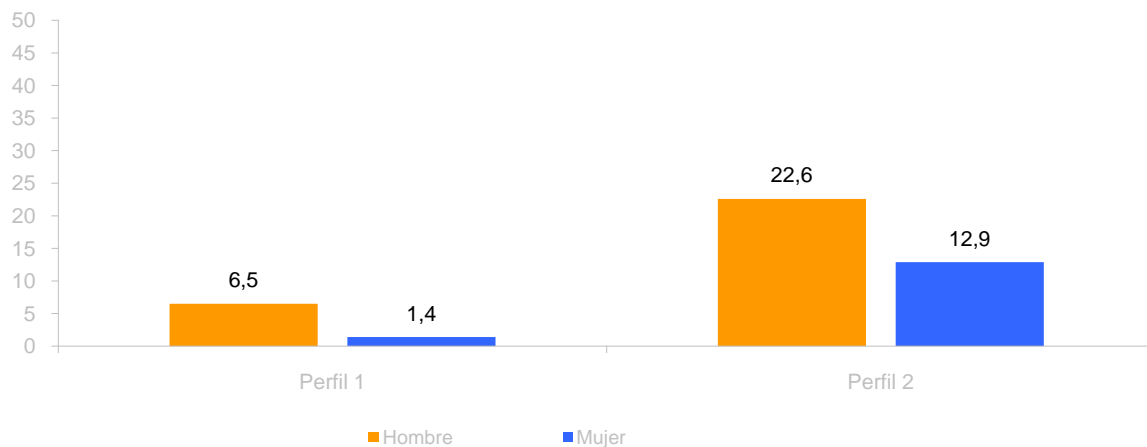
Desde la perspectiva del Proyecto COMPASS (*A project seeking the coordinated monitoring of participation in sport in Europe*) adaptada a la realidad guipuzcoana (dado que hemos incorporado un octavo perfil que incorpora otra serie de modalidades de actividad física y deportiva relevantes en Gipuzkoa y que no contempla el Proyecto COMPASS) observamos (**Gráfica 2**) cómo en Gipuzkoa se da un alto porcentaje (55,8%) de otras modalidades de PAFYD al margen de las contempladas por el proyecto COMPASS, es decir, del *perfil 8*. El 5,4% realiza PAFYD de manera competitiva y organizada (el 4,0% de manera intensiva, *perfil 1*, y el 1,4% de manera regular, el *perfil 3*), el 17,8% de manera intensiva (*perfil 2*), el 5,9% de manera regular recreativa (*perfil 4*), el 8,6% de manera irregular (*perfil 5*), el 3,1% de manera ocasional (*perfil 6*) y el 3,4% no realiza ninguna PAFYD (*perfil 7*).

Gráfica 2. Distribución del porcentaje de PAFYD según perfiles COMPASS adaptado



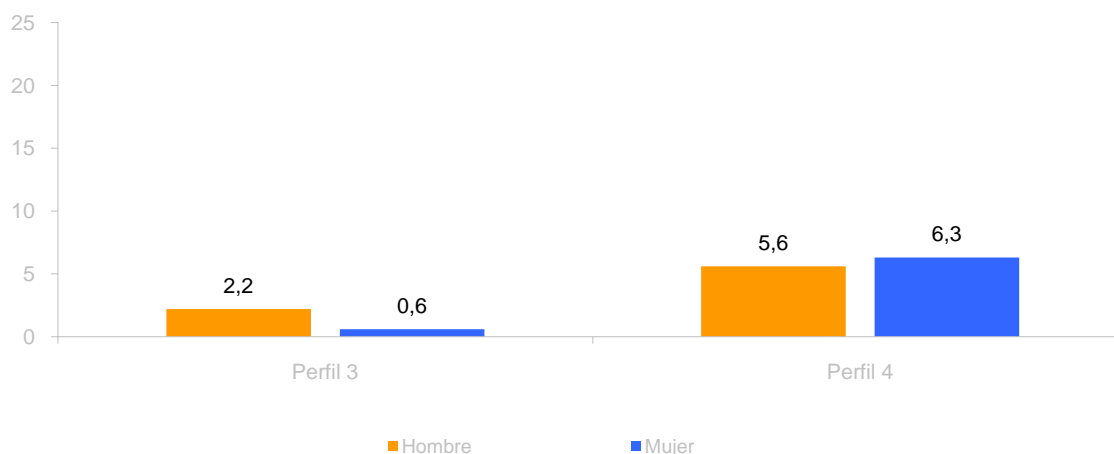
Por sexo observamos (**Gráfica 3**) cómo son más los hombres que realizaron PAFYD de manera intensiva, tanto de carácter competitivo y organizado, *perfil 1* (un 6,5% de hombres frente a un 1,4% de mujeres) como de carácter libre, *perfil 2* (un 22,6% de los hombres frente al 12,9% de las mujeres).

Gráfica 3. Distribución del porcentaje de PAFYD intensiva según perfiles COMPASS y sexo



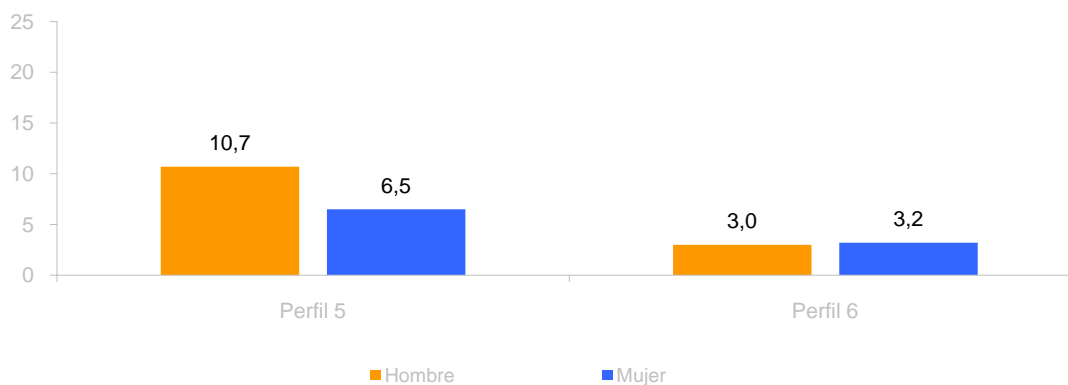
En cuanto a quienes realizaron PAFYD de manera regular (**Gráfica 4**), son más los hombres que lo hicieron con un carácter competitivo y/o organizado, *perfil 3* (un 2,2% de los hombres frente a un 0,6% de las mujeres), pero no así en el caso de los que lo hicieron con un carácter recreativo (*perfil 4*) donde se imponen las mujeres con un 6,3% frente a un 5,6% de los hombres.

Gráfica 4. Distribución del porcentaje de PAFYD regular según perfiles COMPASS y sexo



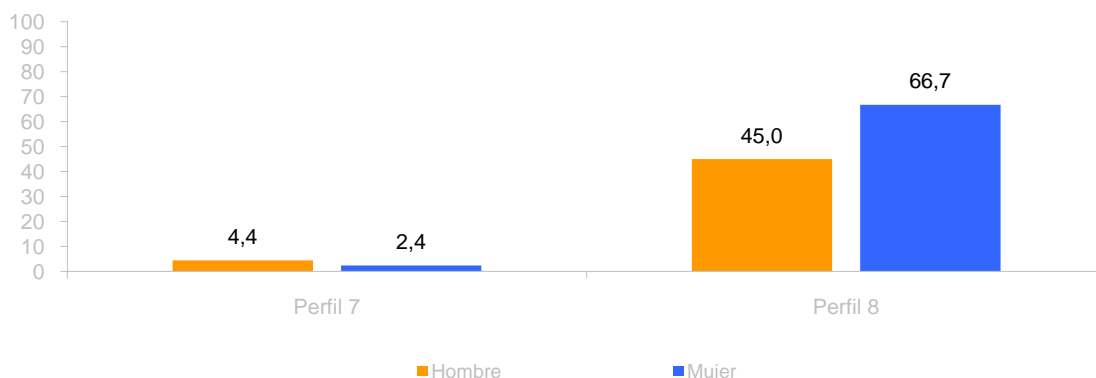
Por otro lado, observamos (**Gráfica 5**) cómo fueron más hombres que mujeres los que realizaron PAFYD de manera irregular (concretamente un 10,7% de los hombres frente a un 6,5% de las mujeres). Asimismo, en cuanto a la PAFYD ocasional se refiere, tanto hombres como mujeres lo hicieron prácticamente en igual medida con un 3,0% y un 3,2% respectivamente.

Gráfica 5. Distribución del porcentaje de PAFYD irregular y ocasional según perfiles COMPASS y sexo



Por último (**Gráfica 6**), en cuanto a los no practicantes (según el COMPASS) y quienes realizaron otra serie de actividades físicas y deportivas no consideradas como deportivas por el COMPASS, observamos cómo en el caso de los no practicantes son algo más los hombres que las mujeres (un 4,4% de los hombres frente a un 2,4% de las mujeres) y en el caso de quienes realizaron otras actividades físicas y deportivas destacan las mujeres con un 66,7% frente a un 45,0% de los hombres.

Gráfica 6. Distribución del porcentaje de no practicantes y los practicantes de otras actividades físicas y deportivas según perfiles COMPASS y sexo



4.1.3. POLIDEPORTIVIDAD DE LA PAFYD EN GIPUZKOA

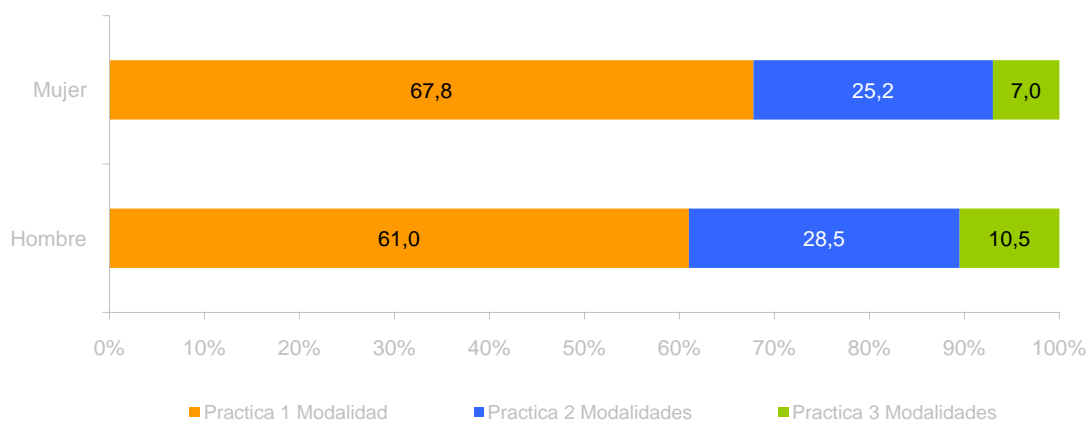
Deteniéndonos ahora en la polideportividad de la PAFYD, los resultados nos muestran (**Tabla 3**) que de la población guipuzcoana adulta que realizó alguna PAFYD en los últimos 12 meses, el 64,3% práctico una única modalidad, el 26,9% dos modalidades y el 8,8% tres.

Tabla 3. Distribución del porcentaje de PAFYD polideportiva

	%
Practica 1 Modalidad	64,3
Practica 2 Modalidades	26,9
Practica 3 Modalidades	8,8
Total	100

Según el sexo, son los hombres los que realizan PAFYD de una manera más polideportiva que las mujeres (**Gráfica 7**). Concretamente, un 3,5% más de hombres que mujeres practican dos y tres modalidades diferentes.

Gráfica 7. Distribución del porcentaje de PAFYD polideportiva según el sexo



4.1.4. NIVEL DE INSTITUCIONALIZACIÓN DE LA PAFYD

Un aspecto destacable respecto de los hábitos de PAFYD en la medida en que nos permite ahondar en la dinámica de los mismos, es el relativo al nivel de institucionalización de la práctica.

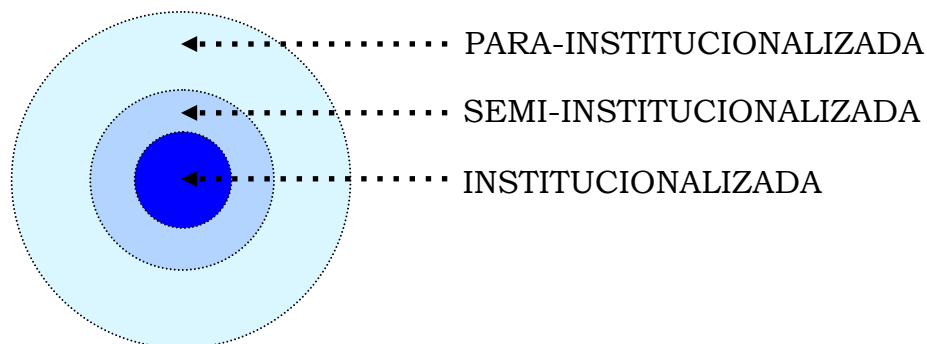
Tal y como indicábamos en el marco teórico, nuestra clasificación de la PAFYD según el nivel de institucionalización da como resultado tres tipologías que se resumen como sigue:

Tabla 4. Clasificación de las actividades físicas y deportivas según nivel de institucionalización

Tipo de PAFYD según el nivel de Institucionalización	Descripción
<i>PAFYD Institucionalizada</i>	Los deportes, espectáculo o no, reconocidos por el COI y practicados de manera organizada y competitiva a todos los niveles.
<i>PAFYD Semi-institucionalizada</i>	Todas aquellas practicas físico-deportivas practicadas de manera lúdico-recreativa, pero que comparten, en esencia, las normas de ejecución de las modalidades de PAFYD institucionalizadas.
<i>PAFYD Para-Institucionalizada</i>	Todas aquellas modalidades de PAFYD de nueva creación, apenas institucionalizadas o, institucionalizadas sin reconocimiento internacional oficial, en casos junto a las prácticas institucionalizadas, en casos al margen, e incluso, en otros casos, en contra.

Asimismo, y dado que el nivel de institucionalización de la PAFYD varía a lo largo de la historia, esta dinámica se puede ilustrar a modo de un átomo donde, en el núcleo, se concentran las actividades físicas y deportivas más clásicas, las más *Institucionalizadas*, alrededor del átomo, a cada vez mayor distancia, gravitan prácticas físicas y deportivas de menor nivel de institucionalización que se pueden agrupar en dos grandes grupos: por un lado, las más cercanas al núcleo, es decir las *Semi-institucionalizadas*, que agrupan todas aquellas practicas físicas y deportivas realizadas de manera lúdico-recreativa pero que comparten, en esencia, las normas de ejecución de las modalidades de práctica de actividades físicas y deportivas institucionalizadas y, por otro, las *Para-institucionalizadas*, es decir, todas aquellas modalidades de práctica de actividades físicas y deportivas de nueva creación, apenas institucionalizadas o institucionalizadas sin reconocimiento internacional oficial, en casos junto a las practicas institucionalizadas, en casos al margen, e incluso, en otros casos, en contra (tales como el caminar, el *skate*, el *parkour*, etc.). Se podría ilustrar como sigue:

Figura 6. Metáfora atómica de la dinámica de institucionalización de la PAFYD



Desde esta figura sobre la metáfora atómica de la dinámica de institucionalización de la PAFYD, observamos cómo, mayoritariamente, la actividad física y deportiva que se practica es la para-institucionalizada. Así, vemos que el 55,8% de la población realiza PAFYD para-institucionalizada, el 35,4% PAFYD semi-institucionalizada y el 5,4% PAFYD institucionalizada.

Tabla 5. Distribución del porcentaje de PAFYD realizada según el nivel de institucionalización

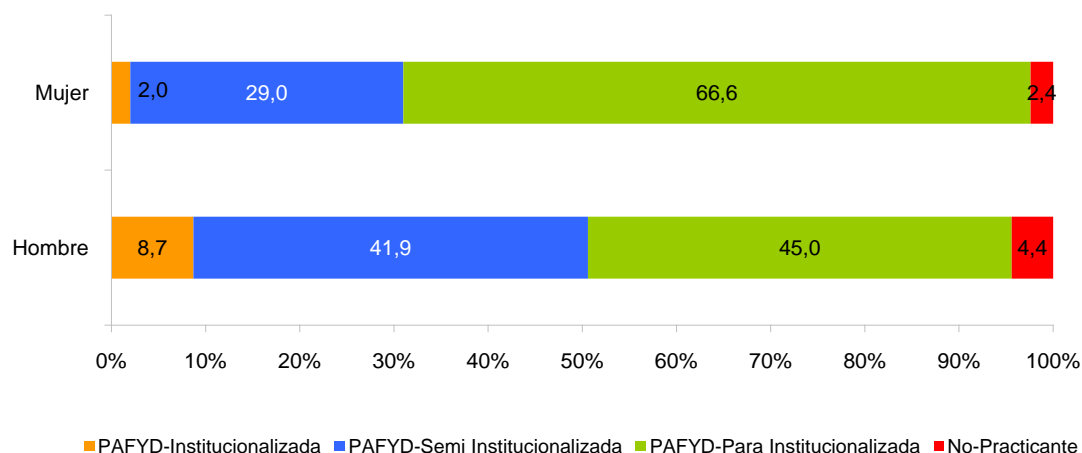
	%
PAFYD Institucionalizada	5,4
PAFYD Semi-Institucionalizada	35,4
PAFYD Para-Institucionalizada	55,8
No Practicante	3,4
Total	100

Asimismo, de quienes han realizado algún tipo de PAFYD en el último año, un 8,1% lo ha hecho en algún tipo de competición, de los cuales, un 75,9% lo ha hecho en competiciones organizadas por federaciones o clubes, el 13,9% por su cuenta y el 13,9% no contesta. Además, el 8,0% de los practicantes ha estado federado/a o ha pertenecido a algún club deportivo en el último año, siendo las federaciones de mayor peso las de fútbol/fútbol 7 (con un 24,2% del total de practicantes federados o que pertenecieron a algún club deportivo), montañismo/senderismo (con un 20,4% del total de practicantes federados o que pertenecieron a algún club deportivo) y caza y pesca (con un 8,9% del total de practicantes federados o que pertenecieron a algún club deportivo)

Por sexo, vemos (**Gráfica 8**) que son los hombres los que realizan PAFYD institucionalizada en mayor medida con un 8,7% frente a un 2,0% de las mujeres. Asimismo, también son los hombres los que realizan PAFYD semi-institucionalizada, concretamente un 41,9% de los hombres frente a un 29,0% de las mujeres. Es evidente, pues, que las mujeres se decantan por una práctica para-institucionalizada en mayor medida que los hombres, de forma

que el 66,6% de las primeras realiza PAFYD para-institucionalizada frente al 45,0% de los segundos.

Gráfica 8. Distribución del porcentaje de PAFYD realizada según el nivel de institucionalización y el sexo



Asimismo, de quienes han realizado alguna PAFYD en el último año, un 13,1% de los hombres, frente a un 3,3% de las mujeres, ha participado en algún tipo de competición y, en ambos casos, el tipo de competiciones en las que han participado mayoritariamente (del orden del 75,0% en ambos casos) han sido organizadas por federaciones o clubes. Además, el 12,2% de los hombres practicantes y el 3,9% de las mujeres practicantes han estado federados/as o han pertenecido a algún club deportivo en el último año.

4.1.5. LAS MODALIDADES DE PAFYD QUE MÁS REALIZA LA POBLACIÓN ADULTA DE GIPUZKOA

Deteniéndonos ahora en las modalidades de PAFYD más practicadas por la población adulta de Gipuzkoa, vemos (**Tabla 6**) cómo las diez actividades más importantes son 1.- Caminar, 2.- Natación, 3.- Ciclismo/bicicleta/mountain bike, 4.- Montañismo/ senderismo, 5.- Aeróbicos, gimnasia de mantenimiento, 6.- Footing, jogging, 7.- Fútbol/Fútbol 7, 8.- Pelota/frontón, 9.- Deportes de invierno, y 10.- Yoga/Tai-chi.

Tabla 6. Porcentaje de las diez modalidades de PAFYD más practicadas por la población adulta de Gipuzkoa

	Modalidades de PAFYD más practicadas*	%
1.	Caminar	77,5
2.	Natación	13,2
3.	Ciclismo/bicicleta/ mountain bike	12,4
4.	Montañismo/ senderismo	8,4
5.	Aeróbicos, gimnasia de mantenimiento	7,9
6.	Footing, jogging	5,1
7.	Fútbol/ fútbol 7	4,2
8.	Pelota/ frontón	2,9
9.	Deportes de invierno (nieve)	2,0
10.	Yoga/ Tai-chi	1,7

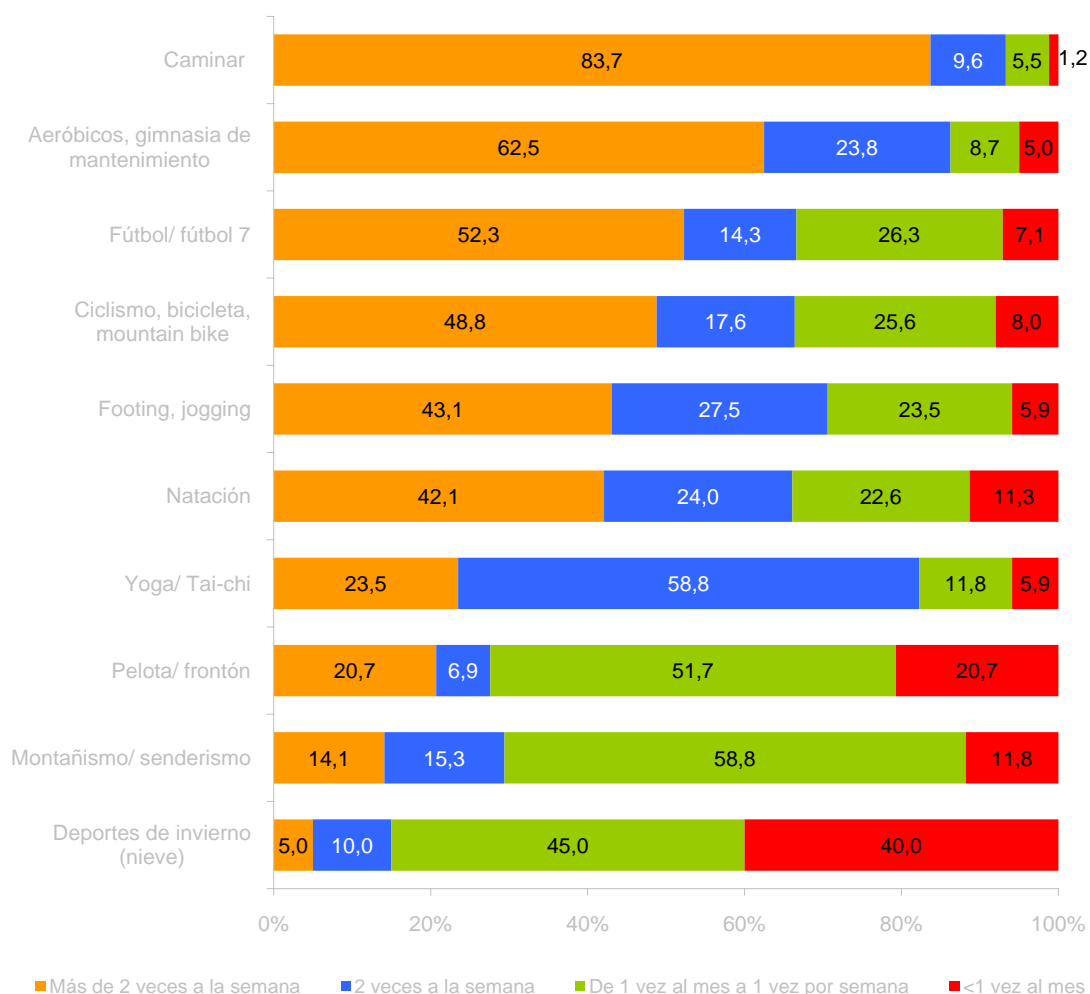
Vistos los resultados, llama la atención, sobre el resto de modalidades de PAFYD, el caminar que, con un 77,5% es, sin duda, la actividad por excelencia, seguida muy de lejos por la natación, con un 13,2%. Asimismo, si a esto le añadimos que **la única modalidad de PAFYD que realizó el 48,8% de la población adulta de Gipuzkoa durante el último año fue caminar**, nos lleva a realizar una reflexión específica al respecto que realizaremos posteriormente.

En cuanto a la frecuencia con la que se realizan estas modalidades de PAFYD (**Gráfica 9**) tal y como señalábamos, el caminar destaca como la actividad que se practica con mayor frecuencia (el 83,7% de quienes caminaron en los últimos 12 meses lo hicieron más de dos veces a la semana) seguida de los aeróbicos, gimnasia de mantenimiento (el 62,5% de quienes practicaron aeróbicos y/o gimnasia de mantenimiento en los últimos 12 meses, lo hicieron más de dos veces a la semana) y el fútbol/fútbol 7 (el 52,3% de quienes practicaron fútbol/fútbol 7 en los últimos 12 meses lo hicieron más de dos veces a la semana).

Asimismo, si bien es cierto que la modalidad de PAFYD que más realizan, tanto mujeres como hombres, es caminar (**Tabla 7**), en el caso de las mujeres destaca especialmente con un 86,9% frente a un 68,1% de los hombres. Tal y como señalábamos, este es un aspecto que exige de un análisis en exclusiva que realizaremos más adelante.

* La suma de los porcentajes no da cien dado que se les daba la posibilidad de dar tres actividades físicas y deportivas diferentes.

Gráfica 9. Distribución del porcentaje de la frecuencia de práctica de las modalidades de PAFYD más practicadas



Llama la atención cómo entre los hombres se da una mayor tendencia hacia las modalidades de PAFYD en grupo (como es el caso del fútbol/ fútbol 7, la pelota/ frontón que no aparece entre las diez actividades físicas y deportivas más practicadas por parte de las mujeres). Esto nos hace pensar que el espacio para la PAFYD es un espacio de socialización que se estructura (y estructura a los individuos) de diferente manera dependiendo del sexo.

Tabla 7. Porcentaje de las diez modalidades de PAFYD más practicadas por la población adulta de Gipuzkoa según el sexo

Hombres (n=504)		Mujeres (n=504)	
PAFYD	%	PAFYD	%
1. Caminar	68,1	1. Caminar	86,9
2. Ciclismo/bicicleta/mountain bike	16,5	2. Natación	13,9
3. Natación	12,5	3. Aeróbicos, gimnasia de mantenimiento	11,3
4. Montañismo/ senderismo	11,9	4. Ciclismo/bicicleta/mountain bike	8,3
5. Footing, jogging	7,3	5. Montañismo/ senderismo	5,0

6. Fútbol/ fútbol 7	7,3	6. Yoga/ Tai-chi	3,2
7. Pelota/ frontón	5,2	7. Bailes	3,0
8. Aeróbicos, gimnasia de mantenimiento	4,6	8. Footing, jogging	2,8
9. Deportes de invierno (nieve)	3,4	9. Danza	1,0
10. Musculación	2,8	10. Atletismo	0,8

En este sentido, si bien es cierto que en ambos casos se observa una PAFYD relacionada con la salud, que habrá de contrastarse con los discursos sobre la misma aludidos por los hombres y la mujeres, parece destacar, sobre todo, en el caso de las mujeres que realizan modalidades de PAFYD como aeróbicos, gimnasia de mantenimiento, eminentemente relacionadas con discursos sobre la salud, en mayor medida que los hombres.

De igual modo, cabe hacer una reflexión sobre los espacios para la PAFYD y la identificación habitual de género que se hace respecto de la práctica de algunas modalidades. En relación a los espacios para la práctica, parece que, si bien es cierto que el medio abierto prevalece en todos los casos (teniendo en cuenta que el caminar es la modalidad que más se practica), en relación al resto de modalidades de PAFYD, hay una presencia importante, sobre todo en el caso de las mujeres, de modalidades de PAFYD que requieren de espacios cerrados y adecuados para dicha práctica (como es el caso de la natación con 13,0%, los aeróbicos/gimnasia de mantenimiento, con un 11,3%). Por el contrario, los hombres realizan modalidades de PAFYD que no aparecen entre las 10 más practicadas por las mujeres, tales como deportes de invierno (3,4%), el montañismo/senderismo (11,9%), ciclismo/bicicleta/mountain bike (16,5%), más relacionados con el medio natural.

Asimismo, llama la atención cómo hay modalidades de PAFYD que podríamos calificar como especialmente sexuadas y/o identificadas habitualmente de manera diferencial con base en el sexo. Tal es el caso de los bailes (3,0%), la danza (1,0%) e incluso el Yoga/Tai-chi (3,2%) que únicamente aparecen entre las 10 modalidades más practicadas en el caso de las mujeres.

De lo que no cabe duda es que el caminar no es solo la modalidad de PAFYD que más gente realiza sino que, además, es la que con mayor frecuencia se realiza, evidenciando su importancia como PAFYD en la sociedad guipuzcoana cómo podemos ver a continuación.

4.1.6. GIPUZKOA SOCIEDAD DE CAMINANTES

Tal y como ha quedado de manifiesto, nos encontramos ante una sociedad adulta, la guipuzcoana, donde destaca la PAFYD de caminar sobre cualquier otra. Se puede afirmar, pues, que nos encontramos ante una sociedad de caminantes.

El dato es contundente (**Tabla 8**), ***caminar fue la única modalidad de PAFYD que realizó el 48,8% de la población adulta de Gipuzkoa durante el último año.*** Asimismo, si a esto le añadimos que del restante 47,8% de la población adulta guipuzcoana que realizó alguna PAFYD, el 17,7% de estos entre otras modalidades de PAFYD, el caminar es la que con mayor frecuencia realizan, nos encontramos ante la confirmación de que la sociedad adulta guipuzcoana es una sociedad de caminantes.

Tabla 8. Distribución del porcentaje de quienes solo caminan, de quienes entre otras modalidades de PAFYD la primera que realizan es caminar, quienes realizan otras modalidades de PAFYD y no practicantes

	%
Solo caminan	48,8
1ª modalidad de PAFYD caminar	17,7
PAFYD	30,1
No Practicantes	3,4
Total	100

Este hecho nos permite explicar mejor la tendencia de la población adulta guipuzcoana hacia la PAFYD para-institucionalizada, permitiéndonos argumentar la dirección de hacia dónde se canalizan modalidades de PAFYD que no siguen los cauces más institucionalizados porque, además, cabe subrayar el hecho de que el caminar se muestra como una actividad completamente integrada en los hábitos de PAFYD. Así, observamos (**Tabla 9**) que el 95,9% de la población adulta va a caminar dos o más veces a la semana. Concretamente, un 87,8% afirma haber ido más de dos veces a la semana a caminar y el 8,1% dos veces a la semana.

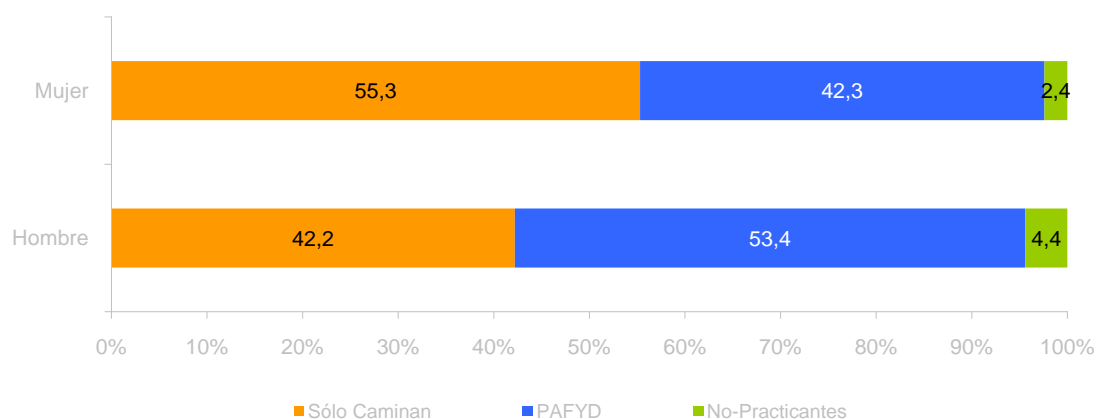
Tabla 9. Distribución del porcentaje de la frecuencia con la que la población caminante camina

	%
Más de 2 veces a la semana	87,8
2 veces a la semana	8,1
De 1 vez al mes a 1 vez por semana	3,1
Menos de 1 vez al mes	1,0
Total	100

Así pues, nos encontramos ante una modalidad de PAFYD muy arraigada en los hábitos de PAFYD de la población adulta de Gipuzkoa.

Ahondando en aquellos que únicamente caminan, observamos (**Gráfica 10**) que son las mujeres las que más “solo caminan”, concretamente un 55,3% de las mujeres frente a un 42,2% de los hombres.

Gráfica 10. Distribución del porcentaje de quienes solo caminan, de quienes realizan otras modalidades de PAFYD además de caminar, y de no practicantes según el sexo



De este modo, queda de manifiesto cómo mayoritariamente la PAFYD dominante, que se realiza en Gipuzkoa, es caminar, puesto casi la mitad de la población (el 48,8% de la población adulta de Gipuzkoa) la tiene como la única PAFYD. Asimismo, cabe incidir, una vez más, en el hecho de que el estatus social del segmento de población vuelve a mostrar una tendencia en relación a que cuanto menor es el estatus social mayor es el porcentaje de quienes solo caminan y, por el contrario, cuanto mayor es el estatus social, menor es el porcentaje de quienes solo caminan.

Dicho esto, cabe resaltar el hecho de que el caminar no es una PAFYD anecdótica entre la población adulta de Gipuzkoa puesto que tal y como hemos podido observar, el 95,9% afirma haber ido a caminar en el último año un mínimo de dos veces a la semana (el 87,8% afirma haber ido más de dos veces a la semana a caminar y el 8,1% dos veces a la semana). Nos encontramos, pues, ante una realidad con una entidad propia dentro de los hábitos de PAFYD.

4.2. LA SOCIALIZACIÓN EN LOS HáBITOS DE PAFYD ANTERIOR A LA MAYORÍA DE EDAD

Un aspecto destacable respecto de los hábitos de PAFYD de la población adulta de Gipuzkoa es el relativo a la historia anterior relacionada con la PAFYD, es decir, a la socialización en unos hábitos de PAFYD.

Nos vamos a detener en analizar en qué medida la población adulta participó durante su etapa escolar en deporte (en horario extra-escolar, actualmente denominado deporte escolar), en competiciones organizadas en el deporte escolar, en qué medida estuvo federada o perteneció a algún club deportivo, y si participó en competiciones federadas.

4.2.1. PARTICIPACIÓN EN DEPORTE ESCOLAR (EN HORARIO EXTRA-ESCOLAR), HASTA LOS 16 AÑOS

Desde una perspectiva general, podemos observar (**Tabla 10**) cómo el 43,4% de la población adulta guipuzcoana participó alguna vez en deporte escolar hasta los 16 años.

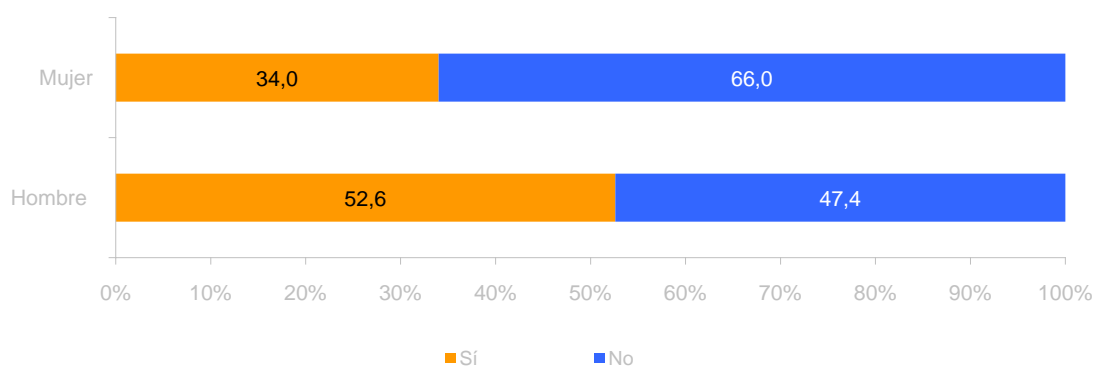
Tabla 10. Porcentaje de población adulta guipuzcoana que participó alguna vez en deporte escolar (en horario extra-escolar), hasta los dieciséis años

	%
Sí	43,4
No	56,6
Total	100

Asimismo, cabe añadir que la media de años en que participaron en el deporte escolar fue de 5,6 años.

Según el sexo, observamos (**Gráfica 11**) que los hombres participaron más alguna vez en deporte escolar, hasta los 16 años; concretamente, un 52,6% de hombres frente al 34,0% de mujeres.

Gráfica 11. Porcentaje de población adulta guipuzcoana que participó alguna vez en deporte escolar (en horario extra-escolar), hasta los dieciséis años según el sexo



En cuanto a la media de años de práctica, los hombres participaron en deporte escolar una media de 5,9 años, frente a 5,1 años de media en el caso de las mujeres.

4.2.2. PARTICIPACIÓN EN COMPETICIONES ORGANIZADAS EN EL DEPORTE ESCOLAR

Otro aspecto a tener en cuenta respecto de los hábitos de PAFYD previos a la vida adulta (**Tabla 11**), es el relativo a la participación o no en

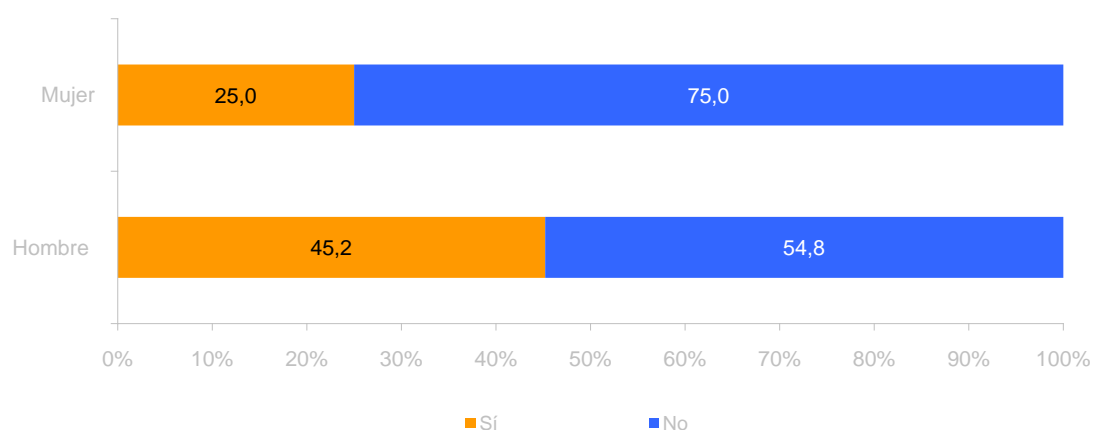
competiciones organizadas en el deporte escolar. A este respecto, observamos que el 35,1% de la población adulta de Gipuzkoa sí participó.

Tabla 11. Porcentaje de población adulta guipuzcoana que participó en competiciones organizadas en el deporte escolar

	%
Sí	35,1
No	64,9
Total	100

Asimismo, observamos (**Gráfica 12**) que participaron más los hombres que las mujeres en competiciones organizadas en el deporte escolar. Concretamente el 45,2% de los hombres lo hizo frente al 25,0% de las mujeres, es decir, casi la mitad de los hombres frente a una cuarta parte de las mujeres.

Gráfica 12. Porcentaje de población adulta guipuzcoana que participó en competiciones organizadas en el deporte escolar según el sexo



4.2.3. ESTUVIERON FEDERADOS/AS O PERTENECIERON A ALGÚN CLUB DEPORTIVO ANTES DE LOS DIECISÉIS AÑOS

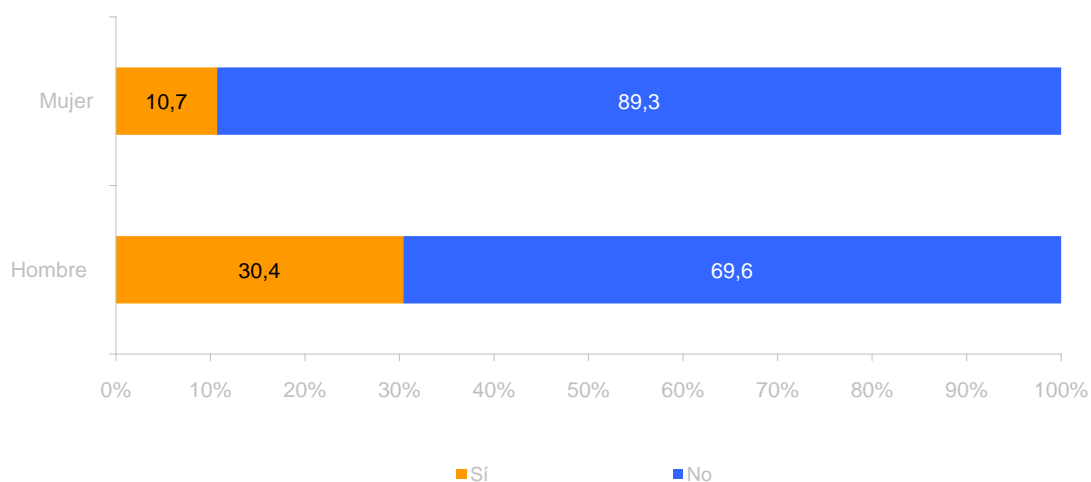
Siguiendo con el análisis de los hábitos de PAFYD previos a la vida adulta, si nos fijamos en el porcentaje de aquellas personas que estuvieron federadas o pertenecieron a algún club deportivo antes de los 16 años, observamos (**Tabla 12**) que el 20,5% de la población adulta estuvo federada o perteneció a algún club deportivo antes de los 16 años y lo estuvo, además, durante una media de 5,2 años.

Tabla 12. Porcentaje de población adulta guipuzcoana que estuvo federada o perteneció a algún club deportivo antes de los dieciséis años

	%
Sí	20,5
No	79,5
Total	100

Por sexo, vemos (**Gráfica 13**) que hubo más hombres que mujeres federados o que pertenecieron a algún club deportivo antes de los 16 años. Concretamente un 30,4% de hombres frente al 10,7% de mujeres.

Gráfica 13. Porcentaje de población adulta guipuzcoana que estuvo federada o perteneció a algún club deportivo antes de los dieciséis años según el sexo



En el caso de los hombres, estuvieron federados o pertenecieron a algún club deportivo una media de 5,4 años, frente a 4,6 años de media en el caso de las mujeres, por lo que se evidencia que los hombres destacan tanto en extensión como en intensidad de la práctica federada o perteneciente a algún club.

4.2.4. PARTICIPACIÓN EN COMPETICIONES FEDERADAS

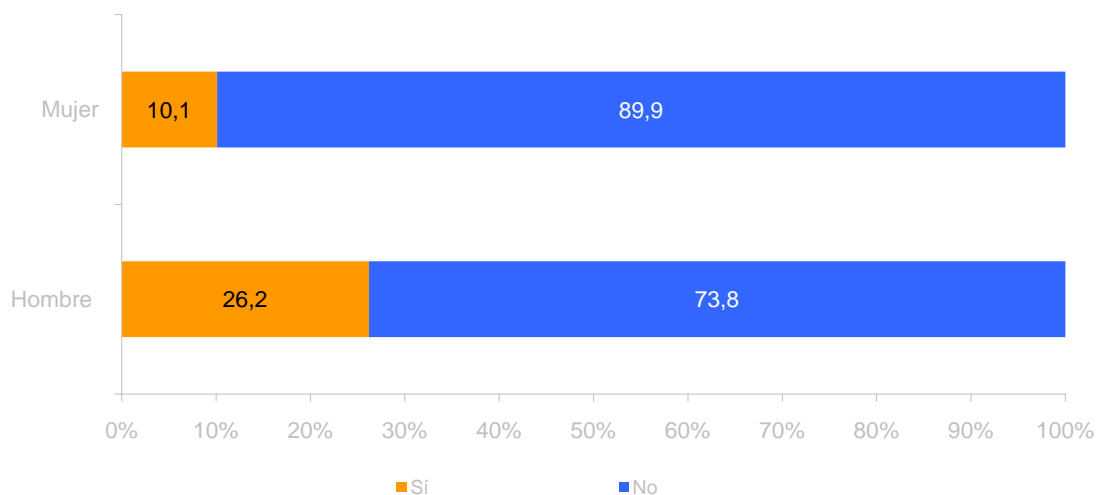
En cuanto al porcentaje de los que participaron en competiciones federadas, un 18,2% de la población responde afirmativamente tal y como podemos ver en la siguiente gráfica (**Tabla 13**).

Tabla 13. Porcentaje de población adulta guipuzcoana que participó en competiciones federadas

	%
Sí	18,2
No	81,8
Total	100

La variable sexo nos muestra (**Gráfica 14**) que los hombres participaron más en competiciones federadas. Concretamente el 26,2% de hombres frente al 10,1% de mujeres participaron en competiciones federadas.

Gráfica 14. Porcentaje de población adulta guipuzcoana que participó en competiciones federadas según el sexo



Queda de manifiesto que en el proceso de socialización en los hábitos de PAFYD ha tenido mayor peso en el caso de los hombres que las mujeres por lo que no es de extrañar que en la vida adulta sean más los hombres que las mujeres que realicen más PAFYD institucionalizada.

4.3. CONTEXTOS PARA LA PAFYD

Al referirnos a los contextos de la PAFYD, nos referimos a los espacios y los tiempos en los que se practica, pero también a las redes sociales que tienen relación con la práctica.

Los contextos, pues, son lugares, espacios y tiempos con un sentido y uso social, donde las personas mediante su praxis convierten los espacios y tiempos neutros en lugares, es decir, contextos con sentido social.

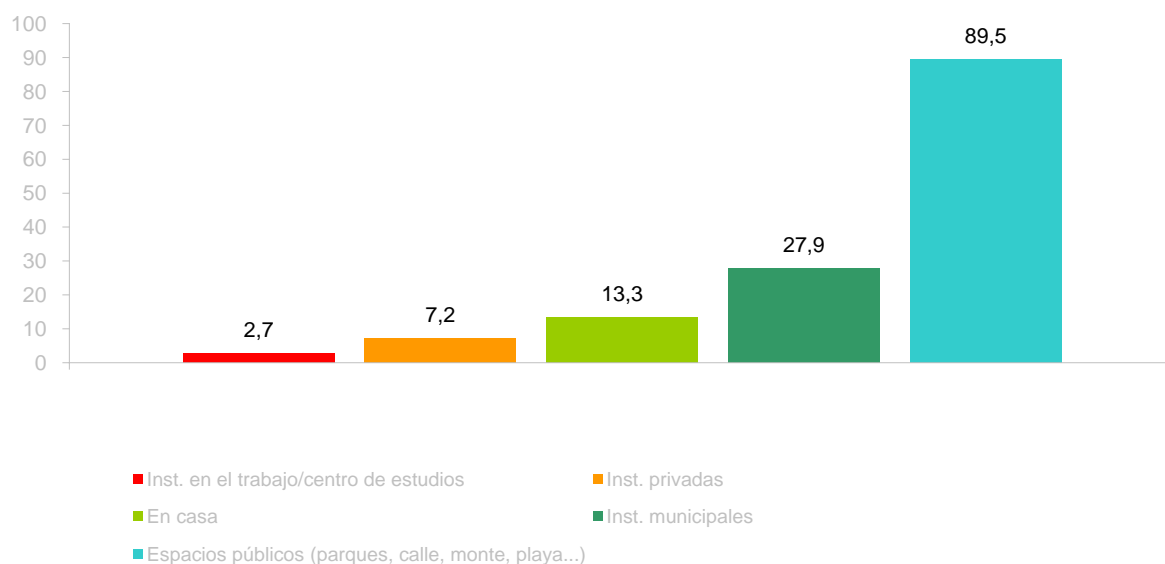
En los contextos se materializa el diálogo entre lo posible y lo imposible, lo legal y lo prohibido, lo deseable y lo indeseable, de la *praxis* social en general y de la PAFYD, en concreto. Así, entre los espacios, los tiempos y las redes sociales, se da una relación dialéctica (de hecho, la propia diferenciación de espacios, tiempos y redes sociales tan solo puede ser entendida como una herramienta heurística, como un recurso epistemológico) que se materializa en unos contextos para la PAFYD, sea esta institucionalizada, semi-institucionalizada, e incluso, para-institucionalizada, en continua reconstrucción (de hecho podría casi afirmarse que haciendo imposible los no-lugares para la

PAFYD en términos de Auge -1993-, hasta el punto que la propia idea de no-lugar para la PAFYD pudiera considerarse a modo de oxímoron).

4.3.1. ESPACIOS PARA LA PAFYD

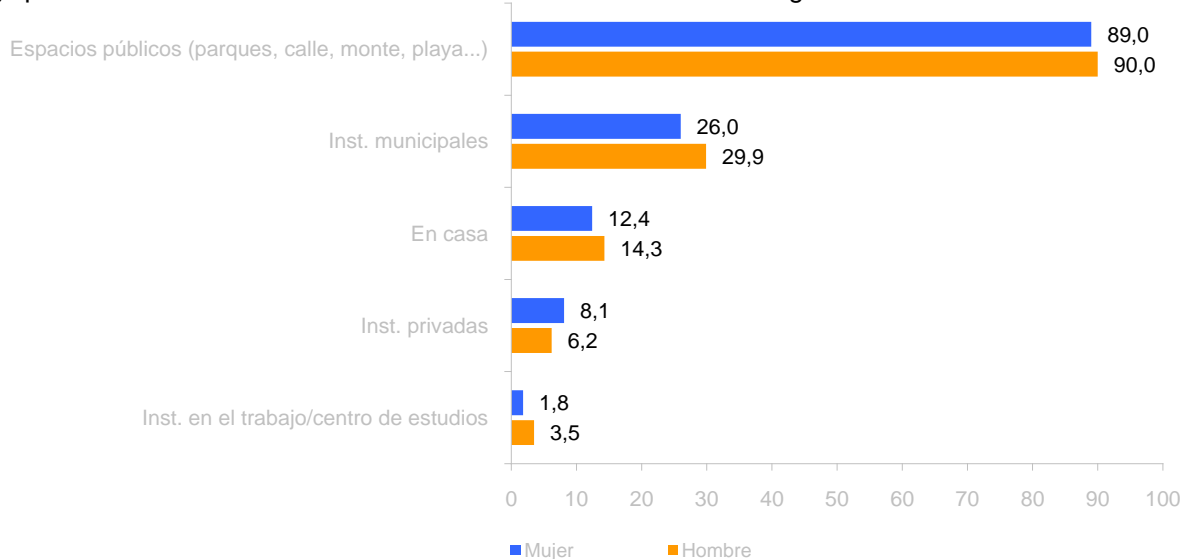
En cuanto a los espacios se refiere (**Gráfica 15**), destacan los espacios públicos (parques, calle, monte, playa,...), con un 89,5%, seguido de las instalaciones municipales, con un 27,9%, la casa, con un 13,3%, las instalaciones privadas, con un 7,2% y, por último, las instalaciones en el trabajo/centro de estudios.

Gráfica 15. Distribución del porcentaje de los espacios en los que la población adulta guipuzcoana ha realizado su PAFYD en los últimos doce meses



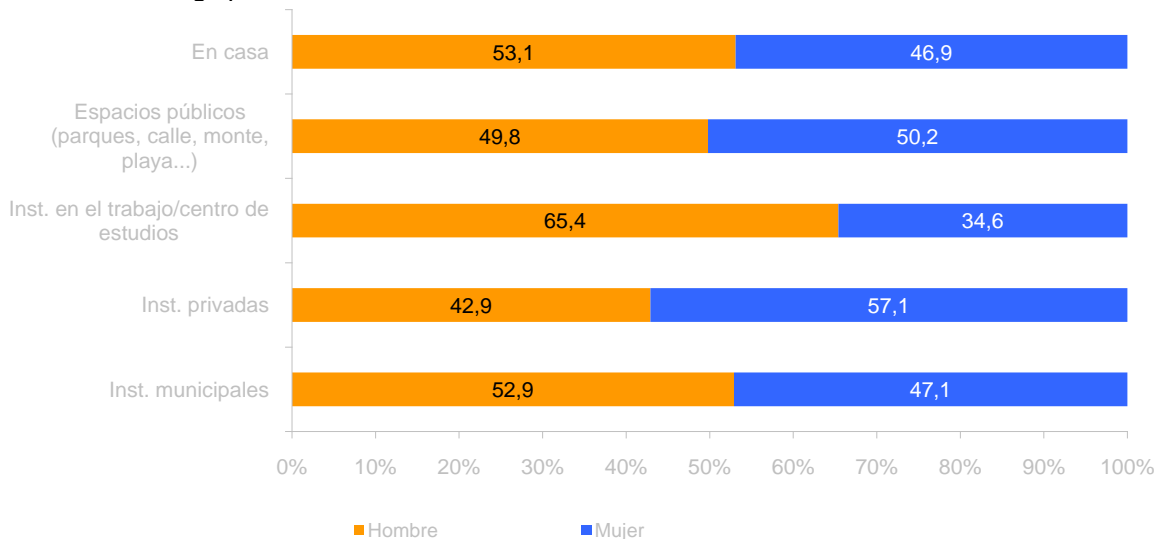
Tanto hombres como mujeres muestran (**Gráfica 16**) una distribución similar en los espacios para la PAFYD, y cabe subrayar cómo el único espacio en el que la mujer destaca sobre los hombres es el de las instalaciones privadas, concretamente un 8,1% de las mujeres frente al 6,2% de los hombres (el resto de espacios siempre tienen mayor peso relativo los hombres).

Gráfica 16. Distribución del porcentaje de los espacios en los que la población adulta guipuzcoana ha realizado su PAFYD en los últimos doce meses según el sexo



Si nos fijamos en los espacios para la PAFYD, podemos ver (**Gráfica 17**) que los dos espacios que son más utilizados por las mujeres que por los hombres son las instalaciones privadas y los espacios públicos, concretamente, en el caso de las instalaciones privadas, el 57,1% son mujeres frente al 42,9% de hombres, y en los espacios públicos, aunque apenas se dan diferencias, son más las mujeres que los hombres, concretamente un 50,2% de mujeres frente al 49,8% de hombres.

Gráfica 17. Distribución del porcentaje de hombres y mujeres según los espacios en los que la población adulta guipuzcoana ha realizado su PAFYD en los últimos doce meses



4.3.2. TIEMPOS PARA LA PRÁCTICA

Con los tiempos para la PAFYD, nos referimos a los días de la semana en los que se realiza principalmente la PAFYD, es decir, si entre semana, si en fines de semana, o indistintamente, por un lado, y los períodos del año en los que se realiza principalmente, es decir, en período no-vacacional, en período vacacional, o indistintamente. El propósito de este apartado es determinar qué tiempo-período ocupa la PAFYD.

Así pues, los resultados sobre los tiempos para la PAFYD nos muestran los siguientes resultados (**Tabla 14**). Por un lado, en relación a los días de la semana en los que la población adulta de Gipuzkoa realizó su PAFYD, observamos que lo hicieron indistintamente entre semana, como en fines de semana (concretamente el 66,3% afirma realizar su PAFYD de manera indistinta entre semana como en fin de semana seguido de quienes dicen hacerlo entre semana, el 25,5%, y por último, por quienes dicen hacerlo en fines de semana, el 8,2%).

Tabla 14. Distribución del porcentaje de los días de la semana en los que la población adulta de Gipuzkoa realiza su PAFYD

	%
Días entre semana	25,5
Fines de semana	8,2
Indistintamente	66,3
Total	100

Según la época del año (**Tabla 15**), la población guipuzcoana realiza su PAFYD indistintamente en período no-vacacional como en período vacacional (concretamente el 86,1% de la población adulta de Gipuzkoa afirma realizar su PAFYD de manera indistinta en período vacacional como no-vacacional, seguido de quienes dicen hacerlo en período no-vacacional, el 12%, y de quienes afirman hacerlo en período vacacional, un 1,9%).

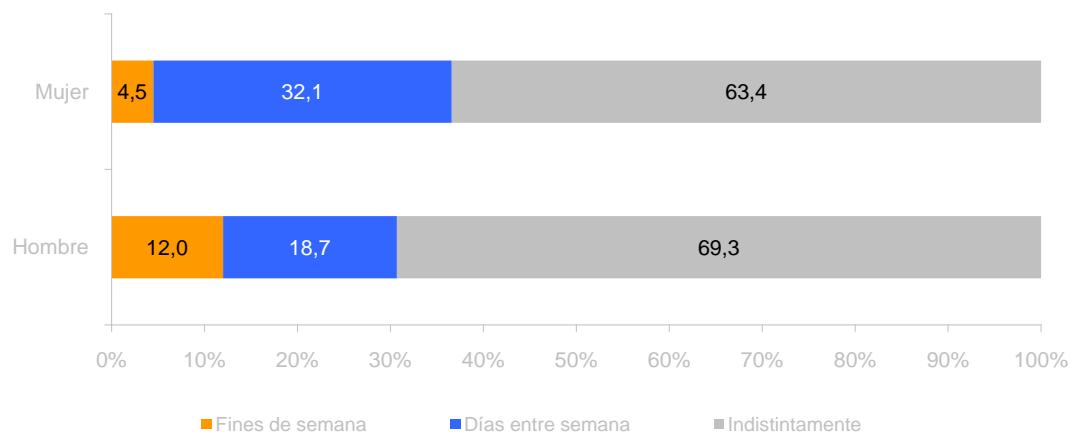
Tabla 15. Distribución del porcentaje de la época del año en la que la población adulta de Gipuzkoa realiza su PAFYD

	%
Período no vacacional	12,0
Período vacacional	1,9
Indistintamente	86,1
Total	100

Deteniéndonos ahora en los días de la semana en la que se realiza la PAFYD según las diferentes variables analizadas, observamos (**Gráfica 18**) que, si bien es cierto que tanto hombres como mujeres realizan su PAFYD indistintamente a lo largo de la semana (un 69,3% y un 63,4% respectivamente), los hombres tienen más tendencia a la PAFYD en fin de semana (un 12,0% de los hombres) que las mujeres (un 4,5%), que muestran

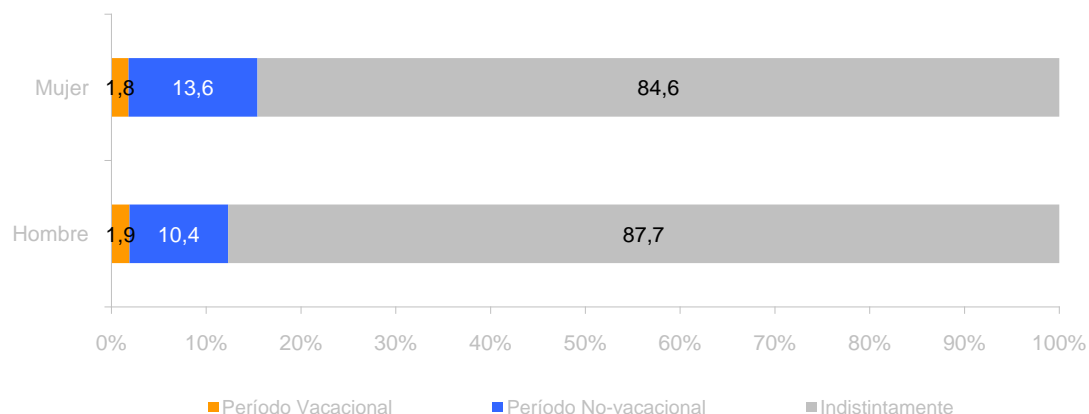
una mayor tendencia a realizar su PAFYD entre semana (concretamente un 32,1% de las mujeres realiza su PAFYD entre semana, frente al 18,7% de los hombres).

Gráfica 18. Distribución del porcentaje de los días de la semana en los que la población adulta de Gipuzkoa realiza su PAFYD según el sexo



Según la época del año en la que se realiza la PAFYD (**Gráfica 19**), apenas se dan diferencias entre hombre y mujeres, que en ambos casos afirman realizar su PAFYD indistintamente en período vacacional como no vacacional (concretamente el 87,7% de los hombres y el 84,6% de las mujeres).

Gráfica 19. Distribución del porcentaje de la época del año en la que la población adulta de Gipuzkoa realiza su PAFYD según las variables analizadas



4.3.3. REDES SOCIALES PARA LA PRÁCTICA

Tal y como señalábamos en la introducción al presente punto, los contextos de PAFYD se (re)construyen en sociedad junto con otros individuos. Estos individuos, esta red social, con quienes se realiza, o no, la PAFYD, componen la tercera dimensión del entramado que da como resultado los contextos para la PAFYD. En este sentido, cabe preguntar en qué medida estas redes sociales, individuos con quienes nos relacionamos, o no, para la PAFYD, realizan alguna PAFYD.

4.3.3.1. PERSONAS DE LA RED SOCIAL QUE REALIZAN ALGUNA PAFYD

Así, en un primer vistazo, vemos (**Tabla 16**) que destacan los/las amigos/as como las personas cercanas que más PAFYD realizan (un total del 78,5%), seguidos de los hermanos/as (con un 55,5%), la pareja (con un 52,6%), los hijos/as (un 51%), los compañeros/as de estudios/trabajo (un 32,2%), la madre (un 26,6%), y el padre (un 23,5%).

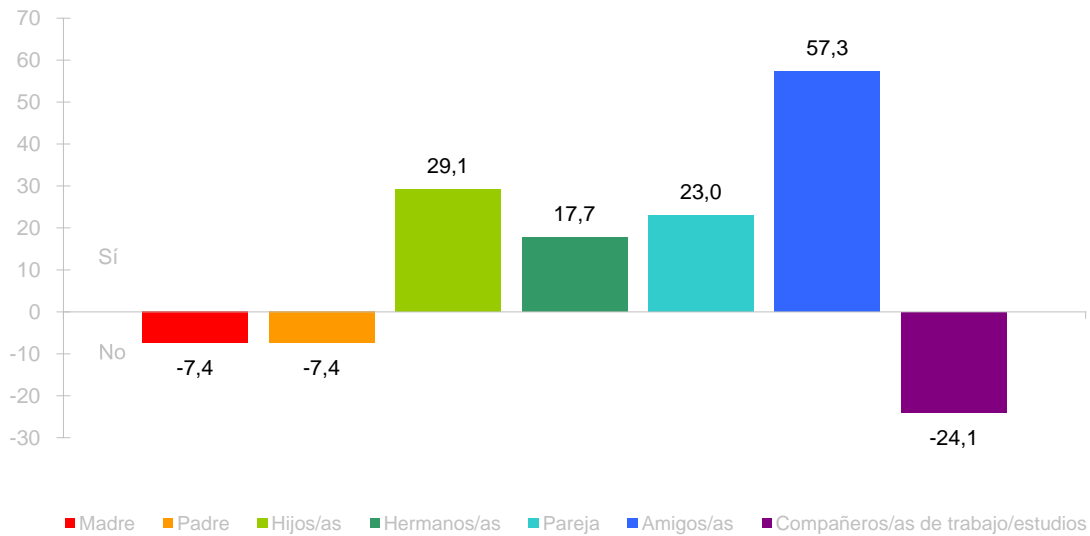
Tabla 16. Porcentaje de las personas cercanas que realizan alguna PAFYD

	Madre	Padre	Hijos/as	Hermanos/as	Pareja	Amigos/as	Compañeros/as
Sí	26,6	23,5	51	55,5	52,6	78,5	32,2
No	34	30,9	21,9	37,8	29,6	21,2	56,3
NP	39,4	45,6	27,1	6,7	17,8	0,3	11,5

Con el propósito de determinar el peso positivo o negativo que tiene cada una de estas personas que componen la red social en los hábitos de PAFYD, hemos optado por generar un diferencial derivado de la resta al porcentaje de quienes afirman que estas personas de la red social realizan alguna PAFYD el porcentaje de quienes niegan que esas mismas personas realizan alguna PAFYD por cada una de las variables socio-estructurales analizadas.

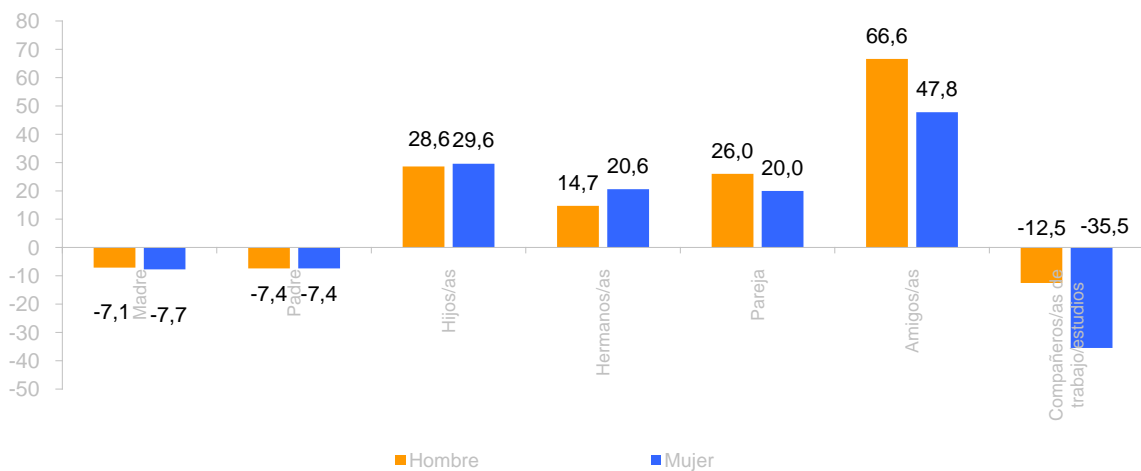
Así, si profundizamos en el diferencial resultante entre quienes afirman que estas personas cercanas realizan o no realizan PAFYD, vemos (**Gráfica 20**) que hay un mayor número de personas que afirman que sus padres y madres no realizan ninguna PAFYD (concretamente el 7,4% en ambos casos). De igual manera, en el caso de los compañeros/as de trabajo/estudios, observamos que son más las personas que afirman que sus compañeros/as no realizan ninguna PAFYD (concretamente el 24,1%).

Gráfica 20. Diferencial del porcentaje de personas cercanas que realizan alguna PAFYD



Los hombres afirman en mayor medida (**Gráfica 21**) tener amigos/as que realizan alguna PAFYD: un 66,6% de los hombres frente al 47,8% de las mujeres. Asimismo, cabe destacar que el diferencial negativo de las mujeres es más pronunciado que el de los hombres (concretamente el 35,5% más de las mujeres, frente al 12,5% de los hombres afirma que sus compañeros/as de trabajo/estudios no realizan PAFYD alguna).

Gráfica 21. Diferencial del porcentaje de personas cercanas que realizan alguna PAFYD según el sexo



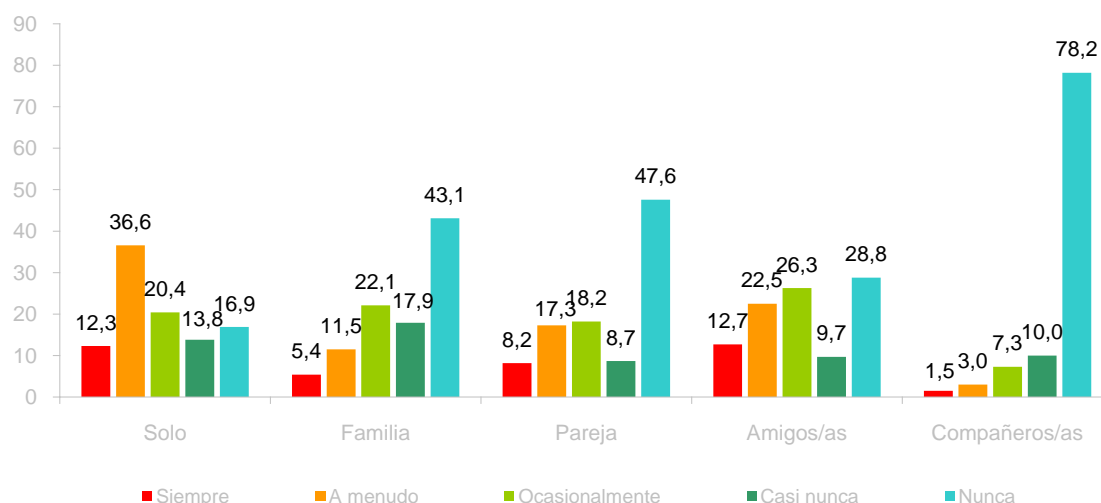
4.3.3.2. PERSONAS DE LA RED SOCIAL CON LAS QUE SE REALIZA ALGUNA PAFYD

Otro aspecto relativo a la red social, una vez hemos determinado en qué medida las personas de la red social de las personas participantes en este estudio realizan alguna PAFYD, es ver en qué medida las personas entrevistadas realizan alguna PAFYD con estas personas de la red social.

En un primer vistazo (**Gráfica 22**), vemos cómo la mayoría de los guipuzcoanos lo hace, principalmente, solo/a. De hecho, un 12,3% afirma hacerlo siempre solo/a, y el 36,6% a menudo. A continuación destacan los amigos/as como la compañía con la que más frecuentemente se realiza la PAFYD (el 12,7% afirma que siempre lo hace con amigos/as y el 22,5% a menudo).

En cuanto a las personas con las que nunca realizan su PAFYD, destacan los/as compañeros/as de estudios/trabajo con un 78,2%, seguidos de lejos por la pareja con un 47,6% y las personas de la familia, con un 43,1%.

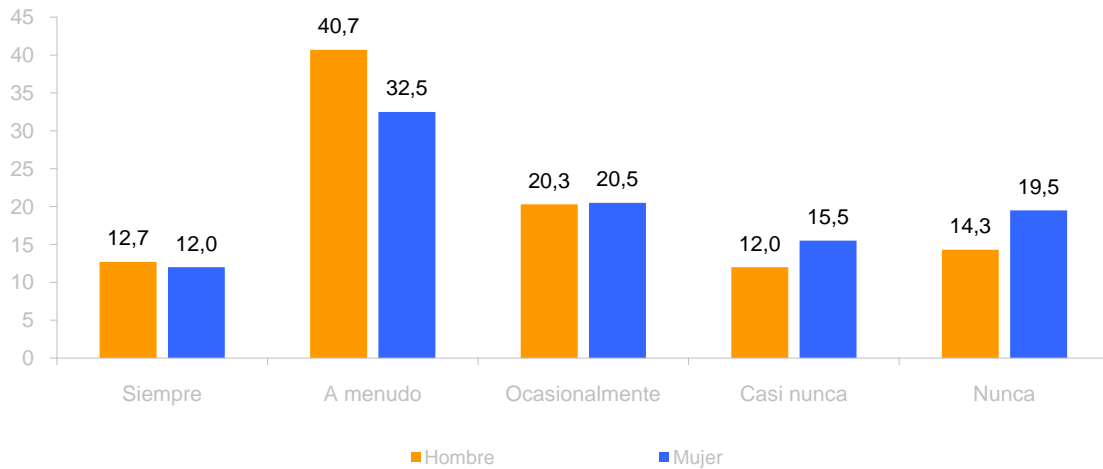
Gráfica 22. Frecuencia con la que realizaron su PAFYD en compañía de las siguientes personas en los últimos 12 meses



Atendiendo al sexo, podemos ver (**Gráfica 23**) cómo destacan los casos de quienes realizan PAFYD solos, en familia y en compañía de sus compañeros/as de estudios/trabajo (en el resto apenas se dan diferencias relevantes).

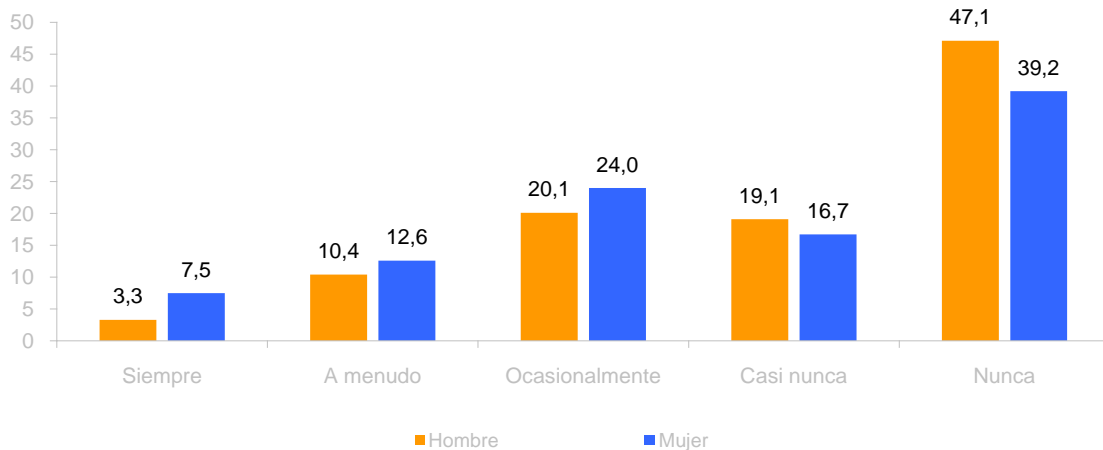
En relación a quienes realizan su PAFYD solos/as, si bien en el caso de quienes siempre lo hacen solos/as apenas se dan diferencias (12,7% en el caso de hombres y 12% en el caso de las mujeres), en el caso de quienes lo hacen solos/as a menudo se dan diferencias más importantes (el 40,7% de los hombres frente al 32,5% de las mujeres). Este hecho se confirma con el hecho de que son más las mujeres que casi nunca (15,5% frente al 12,0% de los hombres) o nunca (19,5% frente al 14,3% de los hombres) realizan su PAFYD solas.

Gráfica 23. Frecuencia con la que realizaron su PAFYD solos/as según el sexo



En cambio, en cuanto a la práctica con personas de la familia (**Gráfica 24**), son más las mujeres que lo hacen en compañía de personas de la familia. Así, el 7,5% de las mujeres siempre realiza su PAFYD con personas de su familia (frente al 3,3% de los hombres) y el 12,6% lo hace ocasionalmente (frente al 10,4% de los hombres). Asimismo, son más los hombres que nunca realizan su PAFYD con personas de la familia, concretamente el 47,1% de los hombres frente al 39,2% de mujeres.

Gráfica 24. Frecuencia con la que realizaron su PAFYD con personas de su familia según el sexo

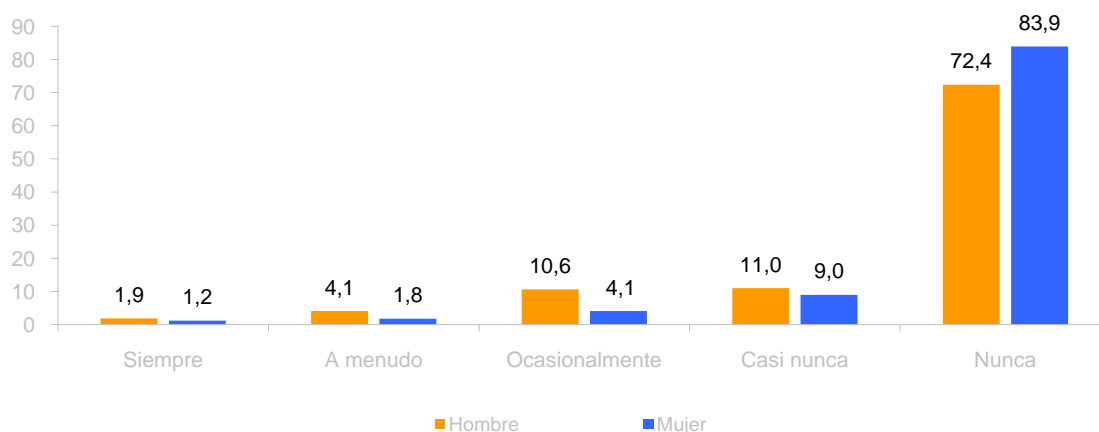


Esto nos hace pensar en una doble hipótesis: una en el sentido de que las mujeres cargan más con las responsabilidades familiares y se ven obligadas a incorporarlas a sus hábitos de PAFYD, y otra en relación a que las mujeres que realizan PAFYD lo hacen porque tienen un soporte familiar que les posibilita la práctica.

En relación a los compañeros/as de estudios/trabajo, llama la atención (**Gráfica 25**) que son más las mujeres que nunca realizan PAFYD con compañeros/as de trabajo/estudios (el 83,9% de las mujeres frente al 72,4% de los hombres).

Asimismo, si bien es cierto que ni hombres ni mujeres lo hacen con mucha frecuencia, son más los hombres que ocasionalmente realizan PAFYD con compañeros/as de estudios/trabajo que las mujeres (un 10,6% de hombres frente al 4,1% de mujeres).

Gráfica 25. Frecuencia con la que realizaron su PAFYD con compañeros/as del trabajo/estudios según el sexo

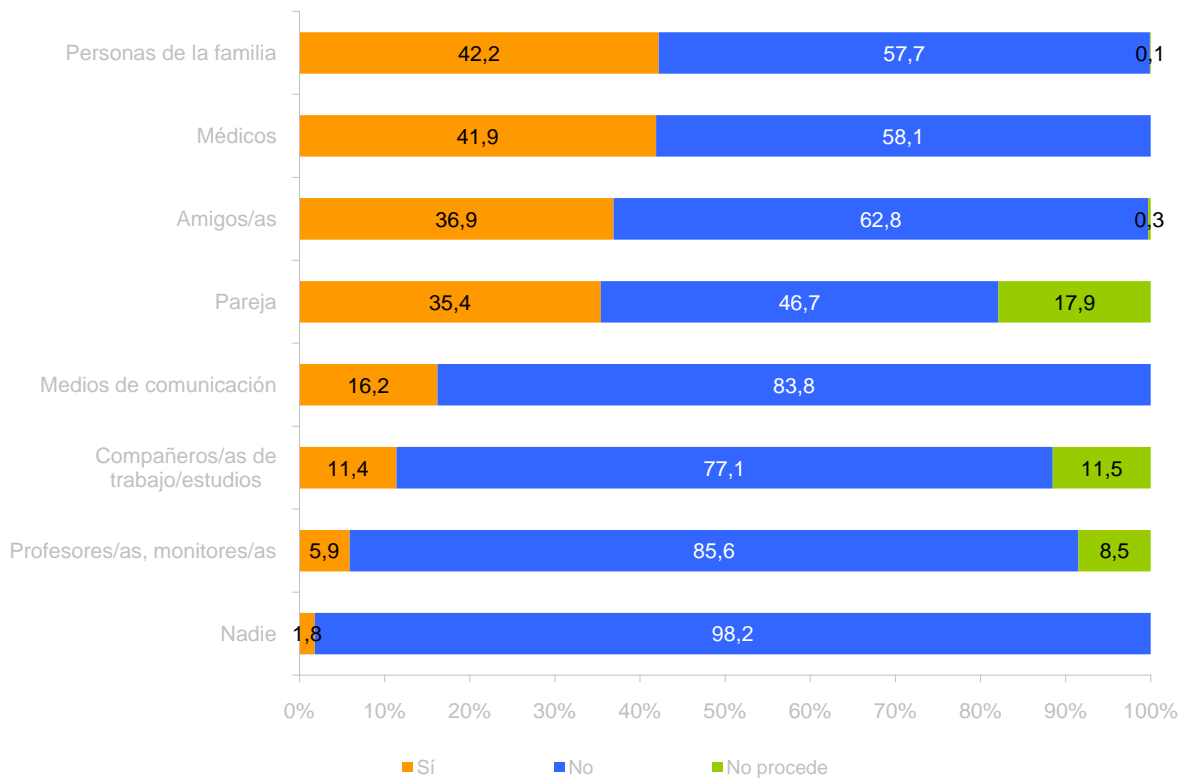


4.3.3.3. PERSONAS DE LA RED SOCIAL QUE LES ANIMAN A REALIZAR ALGUNA PAFYD

En cuanto a las *personas que les animan* a realizar alguna PAFYD observamos (**Gráfica 26**) que en casi todos los casos hay alguien que les anima a realizar alguna PAFYD, y tan solo un 1,8% afirma que nadie le anima a realizar alguna PAFYD.

Destaca que son las personas de la familia quienes más animan a la práctica de alguna PAFYD (concretamente el 42,2% así lo afirma), seguido de los médicos (el 41,9%), los/las amigos/as (un 36,9%), y la pareja (el 35,4%). Con menor influencia positiva, se observa cómo también los medios de comunicación (en un 16,2%), los/las compañeros/as de trabajo/estudios (con un 11,4%) y los/las profesores/as, monitores/as (con un 5,9%) animan a la práctica de PAFYD.

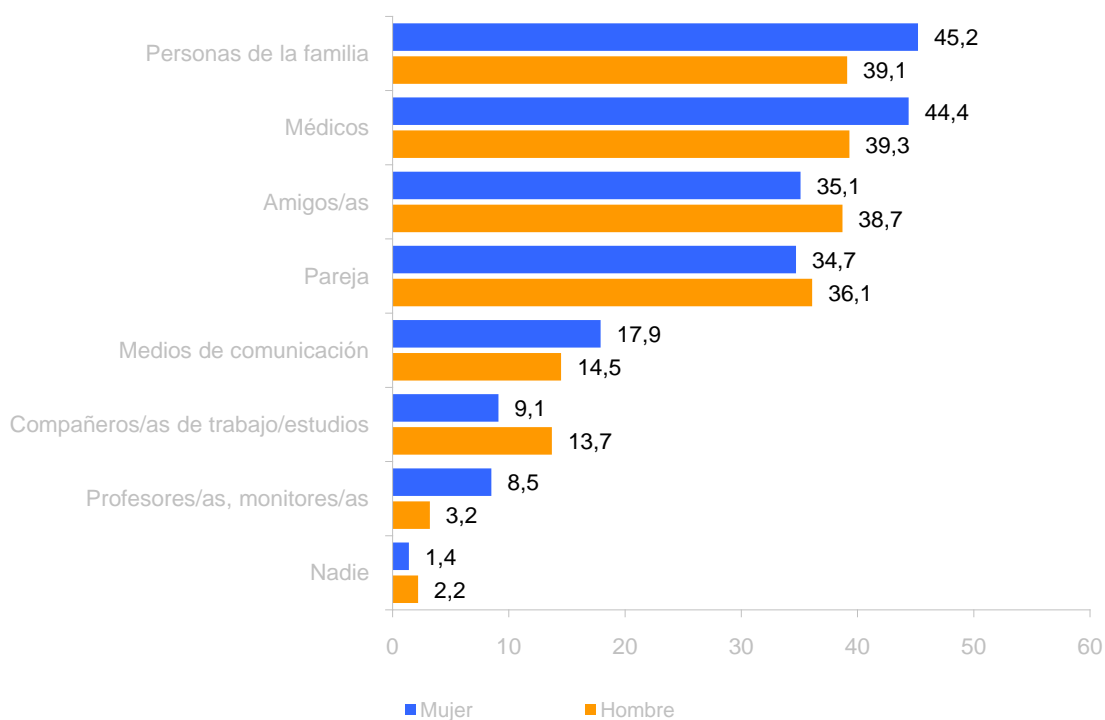
Gráfica 26. Porcentaje con que las siguientes personas animan o no a la práctica de PAFYD



En el caso de las mujeres (**Gráfica 27**) destaca la influencia que tienen las personas de la familia (45,2%) y los médicos (44,4%) en animar a realizar PAFYD (frente al 39,1% y el 39,3%, respectivamente, en el caso de los hombres). También llama la atención como son más en el caso de las mujeres los profesores/as-monitores/as que les animan a la PAFYD que en el caso de los hombres (concretamente el 8,5% en el caso de las mujeres, y el 3,2% en el caso de los hombres).

Cabe subrayar, asimismo, que en el caso de los hombres son más los amigos/as (38,7%), la pareja (36,1%), y los compañeros/as de trabajo (13,7%) que animan a la PAFYD (frente al 35,1%, el 34,7%, y el 9,1%, respectivamente, en el caso de las mujeres).

Gráfica 27. Porcentaje con que las siguientes personas animan a realizar PAFYD según el sexo



4.4. DISCURSOS DE LA POBLACIÓN ADULTA DE GIPUZKOA RESPECTO DE LA PAFYD

Al referirnos a los discursos sobre la PAFYD, hacemos alusión, tal y como se señala en el diccionario de la Real Academia de la Lengua Española, a la “facultad racional con que se infieren unas cosas de otras, sacándolas por consecuencia de sus principios o conociéndolas por indicios y señales”, en definitiva a la manera en la que mediante el “uso de la razón” se verbaliza una experiencia sobre la que se tiene un mayor o menor conocimiento. En este caso concreto, respecto de la experiencia relativa a la PAFYD.

De este modo, lo que nos interesa es determinar de qué manera la población adulta de Gipuzkoa articula sus discursos sobre los hábitos de PAFYD. Para ello, optamos por analizar una serie de aspectos que podrían agruparse en los siguientes bloques de contenido:

1. Un primer bloque relativo a la importancia que en la actualidad la población adulta de Gipuzkoa otorga a la PAFYD;
2. un segundo bloque relativo a la utilidad que los guipuzcoanos creen que tiene la PAFYD;
3. un tercer bloque relativo a las razones que aluden los guipuzcoanos para la PAFYD;
4. y un cuarto bloque relativo a las percepciones sobre la realidad de la PAFYD.

4.4.1. IMPORTANCIA OTORGADA A LA PAFYD

En cuanto a la importancia que los hábitos de PAFYD tienen en las vidas de las personas adultas de Gipuzkoa, es una práctica social que en el 76,8% de los casos se considera bastante o muy importante (**Tabla 17**). De hecho, tan solo en el 4,9% de los casos se considera poco o nada importante y un 18,3% la considera importante.

Tabla 17. Importancia que actualmente tiene la PAFYD

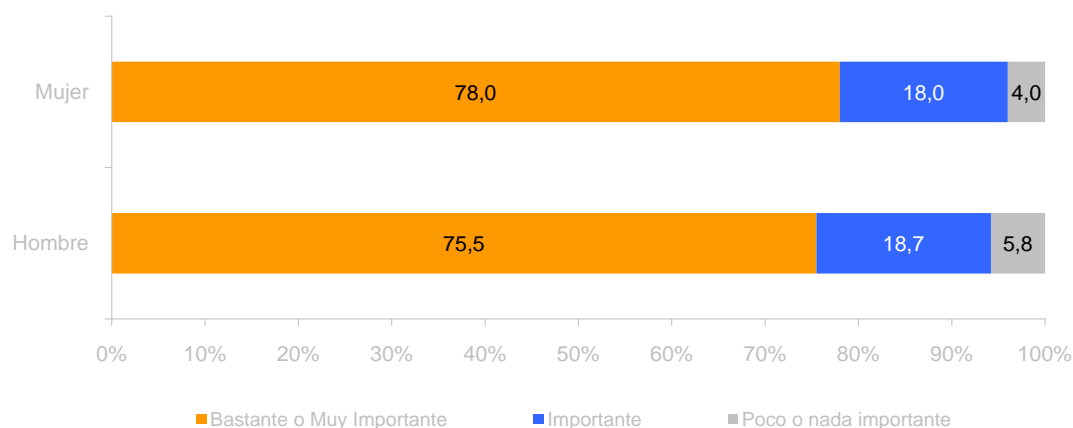
	%
Bastante o Muy Importante	76,8
Importante	18,3
Poco o Nada Importante	4,9
Total	100

Asimismo (**Gráfica 28**) esta distribución de la diferente importancia otorgada a la PAFYD se mantiene con base en el total de variables que venimos utilizando hasta aquí. De este modo, en todos los casos, el porcentaje de quienes afirman que actualmente la PAFYD es bastante o muy importante, está por encima del 70,0%.

No obstante, partiendo de lo anteriormente dicho, cabe decir que es mayor el porcentaje de hombres que de mujeres que considera poco o nada importante la PAFYD (un 5,8% de los hombres frente al 4,0% de las mujeres). Según la edad, son los guipuzcoanos de entre 25 y 44 años los que en mayor porcentaje consideran que la PAFYD es poco o nada importante (frente al 5,6% de los mayores de 65 años, el 2,8% de los guipuzcoanos de entre 45 y 64 años, y el 1,4% de los jóvenes de entre 18 y 24 años).

Queda de manifiesto que la población adulta de Gipuzkoa considera que para ellos/as la PAFYD tienen bastante o mucha importancia.

Gráfica 28. Importancia que actualmente tiene la PAFYD según el sexo



4.4.2. CREENCIAS DE UTILIDAD SOBRE LA PAFYD

Tal y como hemos podido observar en el punto anterior, la PAFYD se considera muy importante por la mayoría de la población adulta de Gipuzkoa. Ahora bien, y siguiendo con el análisis de los discursos sobre los hábitos de PAFYD, vamos a detenernos a continuación en las creencias de utilidad sobre la PAFYD de la población adulta de Gipuzkoa.

Para ello, nos hemos servido de la escala reducida de utilidad percibida de la PAFYD validada por Arribas, Arruza, González y Telletxea (2006) en la que se definían cuatro factores explicativos compuestos por los siguientes ítems:

1. FACTOR SOCIALIZACIÓN
 - a. Para expresarse con libertad
 - b. Para hacer nuevos/as amigos/as
 - c. Para poder ayudar mejor a los/as demás. (Porque fomenta la cooperación, solidaridad, integración,...)
 - d. Para comunicarse con los/as demás

2. FACTOR SENSACIÓN DE BIENESTAR
 - a. Para dar salida al afán competitivo
 - b. Para desarrollar el afán de superación
 - c. Para lograr una mayor seguridad de uno/a mismo/a: Hace sentir seguridad
 - d. Para desarrollar un mejor concepto de uno/a mismo/a: Lo que piensa de sí mismo/a

3. FACTOR FORMA FÍSICA Y SALUD
 - a. Para mejorar o mantener la forma física
 - b. Para mejorar y mantener la buena salud

4. FACTOR LIBERACIÓN DE TENSIONES
 - a. Para desahogarse
 - b. Olvidar las preocupaciones

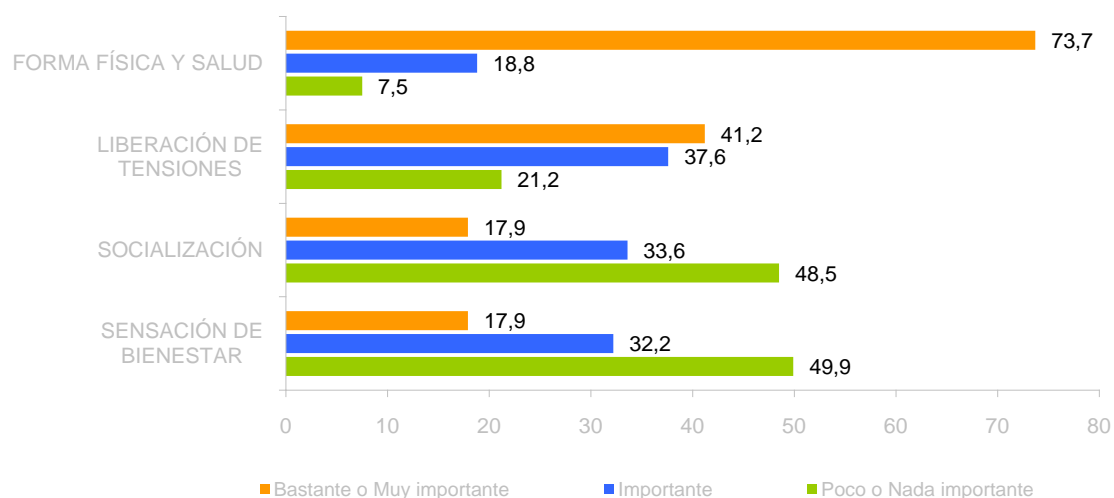
Así, vemos (**Gráfica 29**) cómo el factor más importante sobre las creencias de utilidad de la PAFYD es el relativo a la forma física y la salud. Concretamente, el 73,7% de la población considera que la PAFYD es bastante o muy útil para mejorar la salud, el 18,8% considera que es útil, y el 7,5% considera que es poco o nada útil para mejorar la salud.

A continuación, se destaca la creencia de utilidad de la PAFYD para liberar tensiones. De esta manera, el 41,2% de la población adulta de Gipuzkoa considera que la PAFYD es bastante o muy útil para desconectar y el 37,6% considera que es útil.

El factor denominado como socialización, nos muestra cómo el 17,9% de la población adulta de Gipuzkoa considera bastante o muy útil la PAFYD para socializarse y el 33,6% lo considera útil.

Por último, estaría el factor relativo a la sensación de bienestar que, como el factor anterior, muestra un porcentaje del 17,9% de los guipuzcoanos que consideran que la PAFYD es bastante o muy importante al respecto y un 32,2%, algo menos que en el factor anterior, que consideran que la PAFYD es importante para tener una sensación de bienestar.

Gráfica 29. Utilidad de la PAFYD

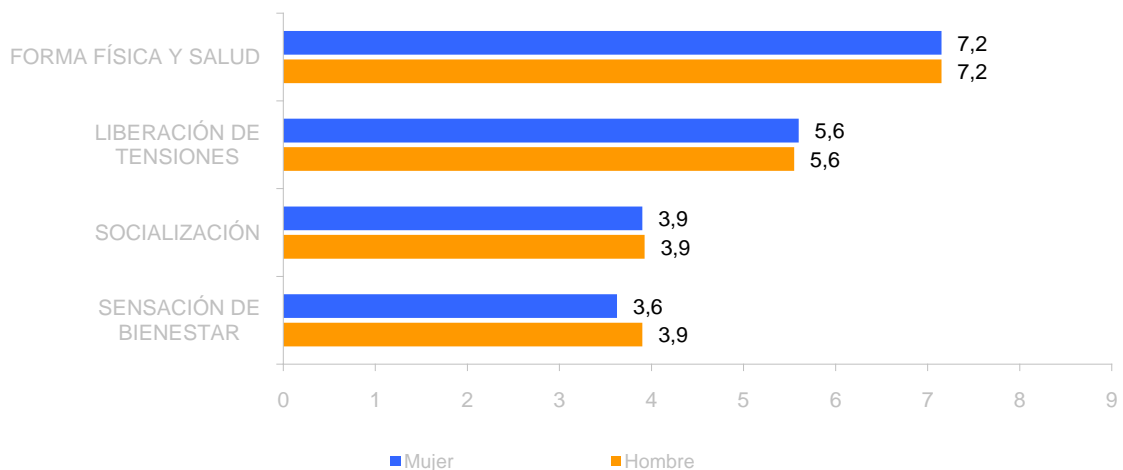


Apenas se dan diferencias entre hombres y mujeres en relación a la valoración media respecto de los factores sobre las creencias de utilidad de la PAFYD (**Gráfica 30**). Así, tanto hombres como mujeres consideran que la PAFYD es útil, sobre todo, en relación a la forma física y la salud, valorándola en ambos casos con un 7,2 de media.

El otro único factor que se valora por encima del 5 de media es el relativo a la creencia de utilidad de la PAFYD relativo a la liberación de tensiones. Este factor es valorado tanto por los hombres como por las mujeres con una valoración media de 5,6.

En el resto de factores se mantienen unas valoraciones medias parecidas, por debajo del 5,0 de media. Concretamente de un 3,9 de valoración media en relación al factor socialización, tanto en el caso de los hombres y las mujeres, y un 3,6 y un 3,9 de valoración media de mujeres y hombres, respectivamente, en relación al factor relativo a la sensación de bienestar.

Gráfica 30. Utilidad de la PAFYD según el sexo



4.4.3. RAZONES QUE SE ALUDEN PARA LA PRÁCTICA DE ACTIVIDAD FÍSICA Y DEPORTIVA

Para determinar las razones por las cuales la población adulta de Gipuzkoa realiza PAFYD, se les plantearon las siguientes razones, que tenían que puntuarlas en función de que correspondieran con las que ellos/as tenían para realizar su PAFYD:

1. Por diversión
2. Por estar con amigos/as, con otra gente
3. Por mantener la línea
4. Por motivos de salud
5. Por desconectar
6. Por afán de competición
7. Por mejorar su atractivo físico
8. Por hacer carrera deportiva

Así, en general, los resultados nos muestran (**Tabla 18**) que la razón más valorada es la relativa a la salud con un 6,7 de media, seguida de las razones de diversión y desconexión (con un 5,7), mantener la línea (con un 4,7), estar con amigos/as, con otra gente (con un 4,4) y, ya con valoraciones más bajas, por mejorar el atractivo físico (con 2,7), por afán de competición (con 1,7), y, por último, por hacer carrera deportiva (con 1,2).

Tabla 18. Valoración media de las diferentes razones para realizar PAFYD

Diferentes razones	Valoración
--------------------	------------

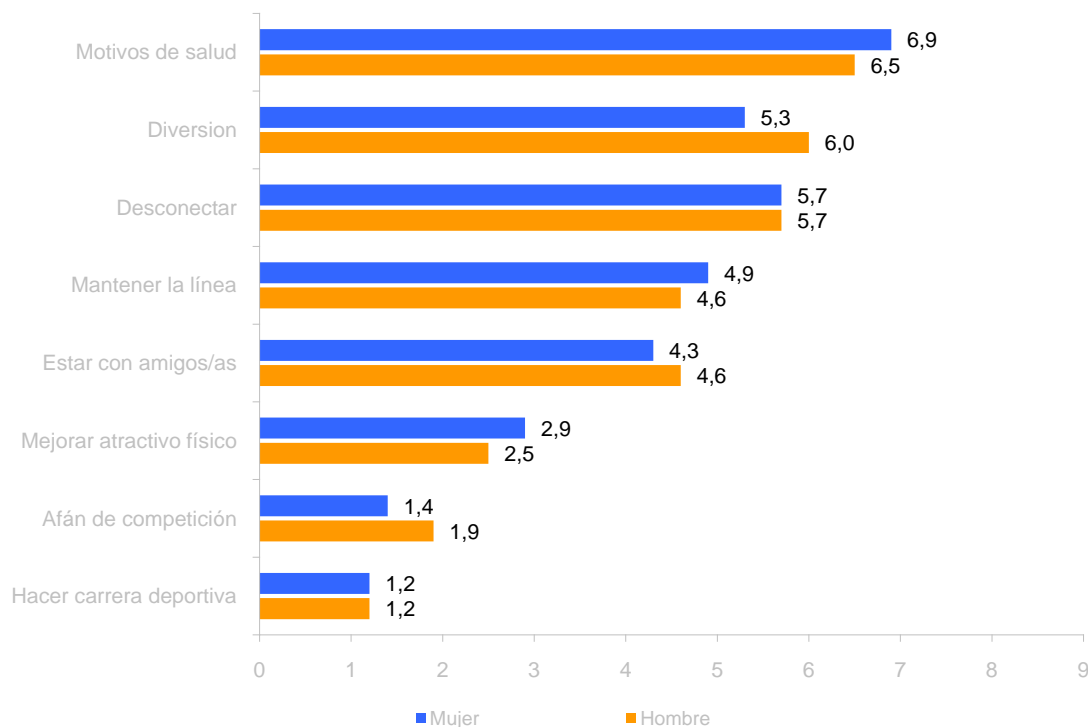
	media
1.Por diversión	5,7
2.Por estar con amigos/as, con otra gente	4,4
3.Por mantener la línea	4,7
4.Por motivos de salud	6,7
5.Por desconectar	5,7
6.Por afán de competición	1,7
7.Por mejorar su atractivo físico	2,7
8.Por hacer carrera deportiva	1,2

Analizando las razones según el sexo (**Gráfica 31**), si bien destacan los motivos de salud como razón más valorada para realizar PAFYD (con un 6,9 de media en el caso de las mujeres, y un 6,5 de media en el caso de los hombres), en cuanto a la segunda razón más valorada, observamos que se dan diferencias entre hombres y mujeres. Así, si en el caso de los hombres se aducen la razones relativas a la diversión (con un 6 de media) como la segunda razón más valorada, en el caso de las mujeres obtiene una mayor valoración la razón relativa a desconectar, con un 5,7 de valoración media frente al 5,3 de valoración media de la diversión, que se muestra como la tercera razón más valorada en el caso de las mujeres.

En cuanto al resto de razones se refiere, cabe subrayar que mantener la línea se valora algo más en el caso de las mujeres que de los hombres, concretamente las mujeres le dan una valoración media de un 4,9 frente al 4,6 de los hombres. Asimismo, también es destacable el hecho de que los hombres valoren algo más el estar con amigos/as que las mujeres. Concretamente, los hombres le dan una valoración media a esta razón de un 4,6 de media frente al 4,3 de media de las mujeres.

Si bien el resto de razones para realizar PAFYD obtienen valoraciones medias mucho más bajas, cabe destacar que las mujeres valoran en mayor medida que los hombres la mejora del atractivo físico, concretamente las mujeres le dan una valoración media de un 2,9 frente al 2,5 de los hombres.

Gráfica 31. Valoración media de las diferentes razones para la PAFYD según el sexo



4.4.4. PERCEPCIONES SOBRE LA PAFYD DE DIFERENTES COLECTIVOS

Otro aspecto a tener en cuenta en relación a los discursos sobre la PAFYD, es el relativo a las diferentes percepciones que se dan sobre diferentes segmentos de población.

Para ello, se plantearon a la población encuestada una serie de frases relativas a los hábitos de PAFYD de diferentes segmentos de población que tenían que completar con alguna de las opciones *Mayor*, *Igual* o *Menor* medida.

Las frases que se plantearon fueron las siguientes:

1. Los hombres practican actividades físicas y deportivas con...frecuencia que las mujeres

Los hombres practican actividades físicas y deportivas con...frecuencia que las mujeres

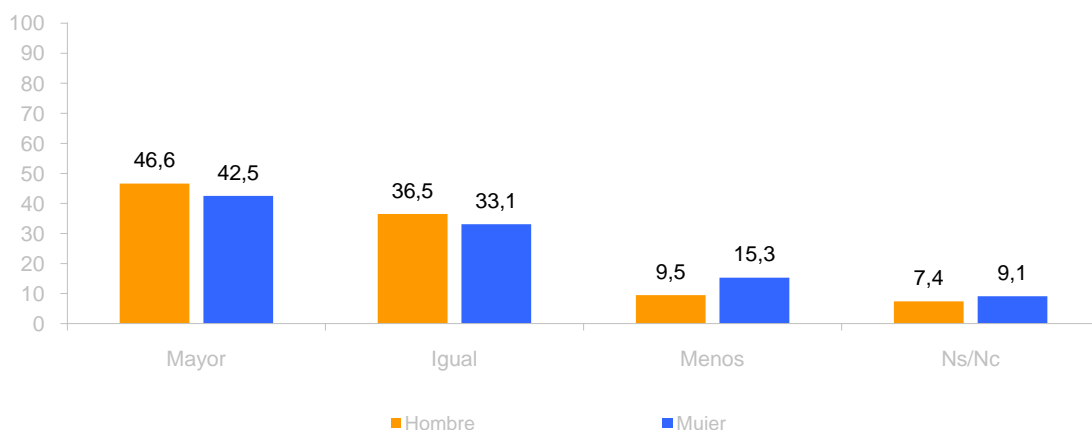
En relación a si los hombres realizan actividades físicas y deportivas con mayor, igual o menor frecuencia que las mujeres, observamos (**Tabla 19**) que mayoritariamente (en un 44,5%) se opina que los hombres practican actividades físicas y deportivas en mayor medida que las mujeres. Así, hay un 34,8% de la población que opina que lo hacen en igual medida, y un 12,4% de la población que opina que lo hacen en menor medida.

Tabla 19. Distribución del porcentaje de quienes piensan que los hombres practican actividades físicas y deportivas con mayor, igual o menor frecuencia que las mujeres

	%
Mayor	44,5
Igual	34,8
Menos	12,4
Ns/Nc	8,2
Total	100

En este sentido, y dado que nos referimos a las posibles diferencias con base en el sexo, cabe analizar las respuestas obtenidas por sexo. Así, y tal y como podemos observar a continuación (**Gráfica 32**), apenas se dan diferencias entre hombres y mujeres. No obstante, cabe destacar que son las mujeres quienes consideran en mayor medida (concretamente el 15,3% de las mujeres frente al 9,5% de los hombres) que son ellas quienes practican actividades físicas y deportivas con menor frecuencia que los hombres.

Gráfica 32. Distribución del porcentaje de quienes piensan que los hombres practican actividades físicas y deportivas con mayor, igual o menor frecuencia que las mujeres, según el sexo



4.5. LA TRANSFORMACIÓN EN LOS HÁBITOS DE PAFYD

Un aspecto destacable para el análisis de los hábitos de PAFYD es el relativo a la transformación de los mismos. A este respecto, nos interesa ahondar en aspectos tales como el *abandono de PAFYD* en los últimos años, por un lado, profundizando en la modalidades y tipos de PAFYD que se han abandonado, las razones por las cuales se ha abandonado; la *intención de recomenzar a realizar alguna PAFYD*; por otro lado, profundizando en la actividad que se quisiera comenzar a practicar, y las razones por las que todavía no se ha comenzado a practicarla y, por último, la *adherencia a la PAFYD*. Asimismo, por último, nos interesa saber la percepción de la población adulta de Gipuzkoa en relación sus hábitos de PAFYD en el sentido de si

consideran que en la actualidad tienen una vida menos, igual, o más activa que hace unos años.

4.5.1. ABANDONO DE PAFYD EN LOS ÚLTIMOS CINCO AÑOS

El abandono de PAFYD nos muestra (**Tabla 20**) que, en general, una cuarta parte de la población ha abandonado alguna PAFYD en los últimos cinco años, concretamente un 26,5%.

Tabla 20. Porcentaje de personas que han dejado de realizar alguna PAFYD en los últimos cinco años

	%
Sí	26,5
No	73,5
Total	100

En cuanto al tipo de PAFYD que se ha dejado de practicar más recientemente, observamos (**Tabla 21**) cómo es la PAFYD libre la que más se ha abandonado, concretamente en un 54,7%, frente al 21,0% de deporte federado, el 17,6% de deporte organizado no federado y el 6,7% de deporte escolar.

Tabla 21. Porcentaje del tipo de PAFYD que se ha dejado de practicar más recientemente

	%
Deporte Escolar	6,7
Deporte Organizado No Federado	17,6
Deporte Federado	21,0
PAFYD Libre	54,7
Total	100

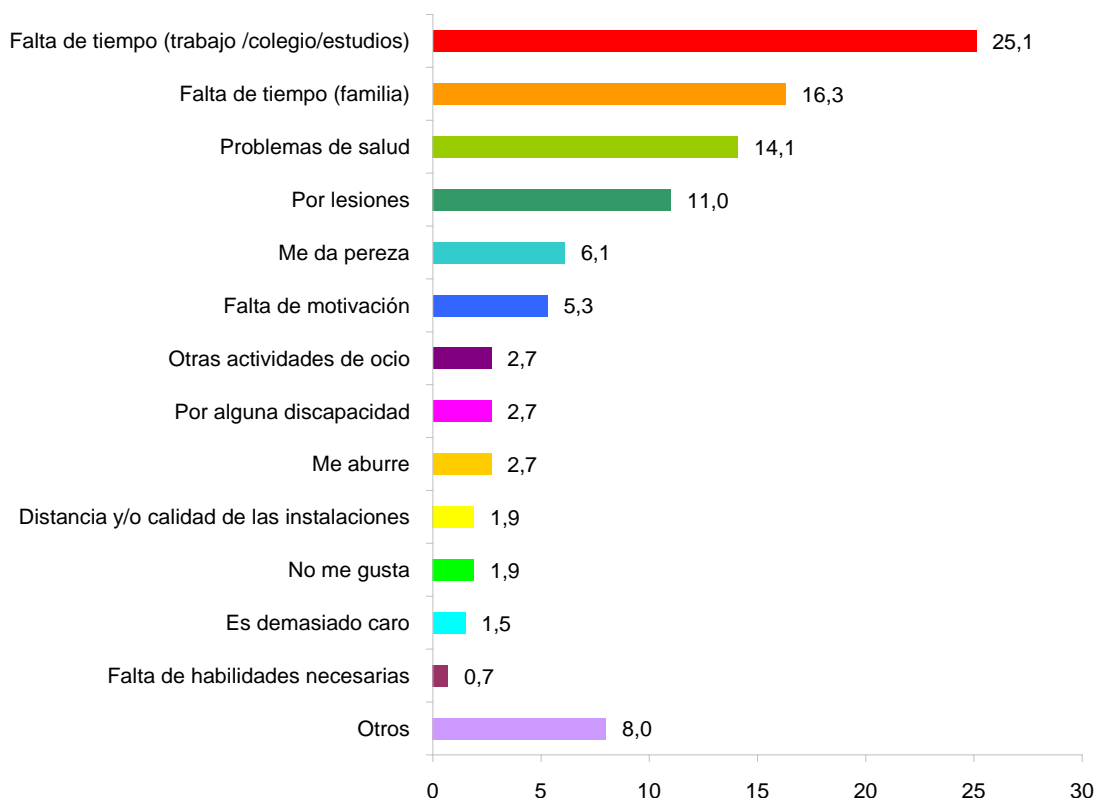
En cuanto a las modalidades de PAFYD más abandonadas (**Tabla 22**), se encuentran la *natación* (con un 15,7% del total), *los aeróbicos, gimnasia de mantenimiento* (con un 14,6%), *el fútbol/fútbol 7* (con un 12,0%) y, ya en menor porcentaje, *el montañismo/senderismo* (con un 6,7%), y *el ciclismo/bicicleta/mountain bike y la pelota/frontón* (con un 4,9%).

Tabla 22. Porcentaje de las cinco modalidades más abandonadas

	Modalidad	%
1	Natación	15,7
2	Aeróbicos, gimnasia de mantenimiento	14,6
3	Fútbol/ fútbol 7	12,0
4	Montañismo/ senderismo	6,7
5	Ciclismo/bicicleta/mountain bike y pelota /frontón	4,9

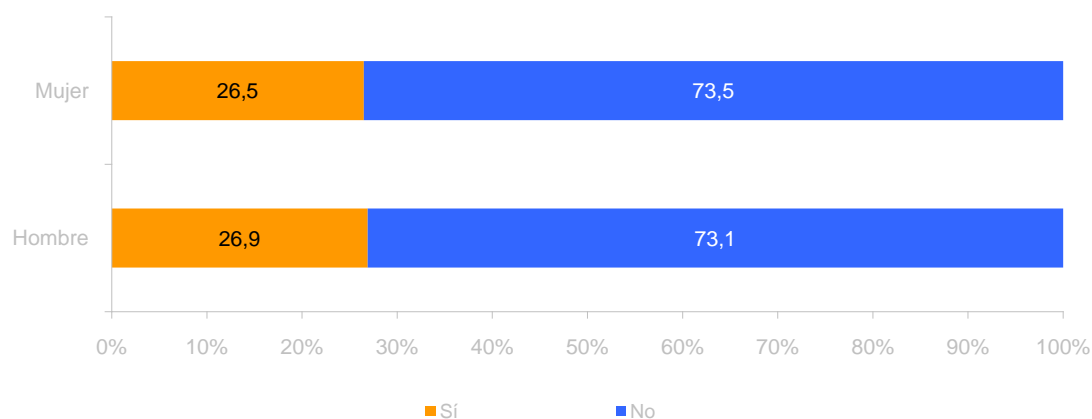
Las razones principales por las que se afirma haber dejado de practicar estas modalidades de PAFYD son (**Gráfica 33**), principalmente, *la falta de tiempo por razones de trabajo/estudios (25,1%), la falta de tiempo por obligaciones familiares (16,3%), los problemas de salud (14,1%) y las lesiones (11%)*.

Gráfica 33. Distribución del porcentaje de las razones principales por las que se dejó de realizar la PAFYD



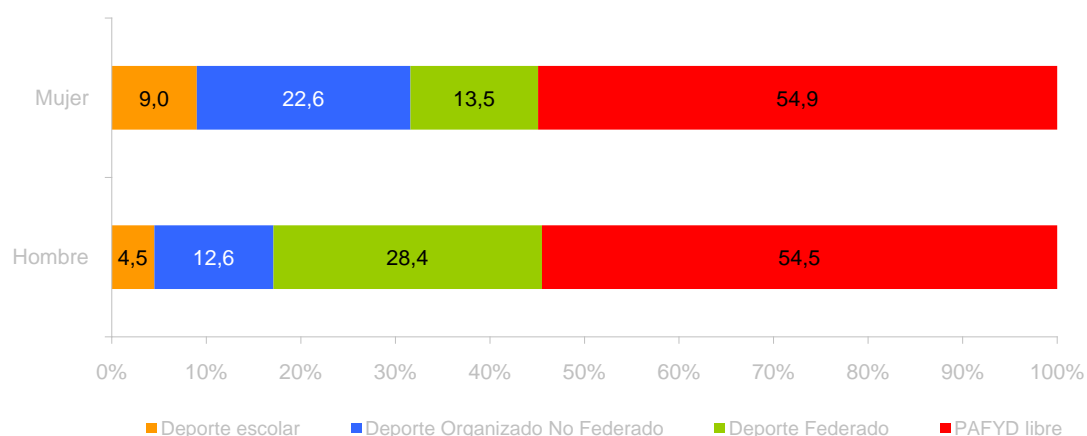
Por sexo, podemos ver (**Gráfica 34**) que apenas se dan diferencias. Así, el 26,9% de los hombres ha dejado de realizar alguna modalidad de PAFYD en los últimos cinco años frente al 26,5% de las mujeres.

Gráfica 34. Porcentaje de personas que han dejado de realizar alguna PAFYD en los últimos cinco años según el sexo



Si nos detenemos en el tipo de PAFYD que se ha dejado de practicar más recientemente, observamos (**Gráfica 35**) que si bien en el caso de hombres y mujeres el tipo de practica que más recientemente se ha dejado de practicar en ambos casos es la PAFYD libre (en un 54,5% en el caso de los primeros y en un 54,9% en el caso de las segundas), se dan diferencias respecto del segundo y tercer tipo de PAFYD. Así, mientras que en el caso de los hombres es el deporte federado es el segundo tipo de practica más abandonado (con un 28,4% frente al 13,5% en el caso de las mujeres), en el caso de las mujeres es el deporte organizado no federado (con un 22,6% frente al 12,6% en el caso de los hombres).

Gráfica 35. Porcentaje del tipo de PAFYD que se ha dejado de practicar más recientemente según el sexo



En cuanto a las modalidades de PAFYD más abandonadas según el sexo, vemos (**Tabla 23**) cómo se dan grandes diferencias. Así, mientras que en el caso de los hombres destaca el *fútbol/fútbol 7* (con un 21,6%) como la modalidad más abandonada, seguida de lejos por la *pelota/frontón* (con un 9,0%) y el *montañismo/senderismo* y el *ciclismo/ bicicleta/mountain bike* (con un 8,2% del total de modalidades abandonadas en ambos casos), en el caso

de las mujeres destacan los *aeróbicos*, *gimnasia de mantenimiento* y la *natación* (con un 27,1% y un 25,6% respectivamente), seguidas de lejos por el *montañismo/senderismo* y el *baloncesto* (con un 5,3% del total).

Tabla 23. Porcentaje de las cinco modalidades más abandonadas según el sexo

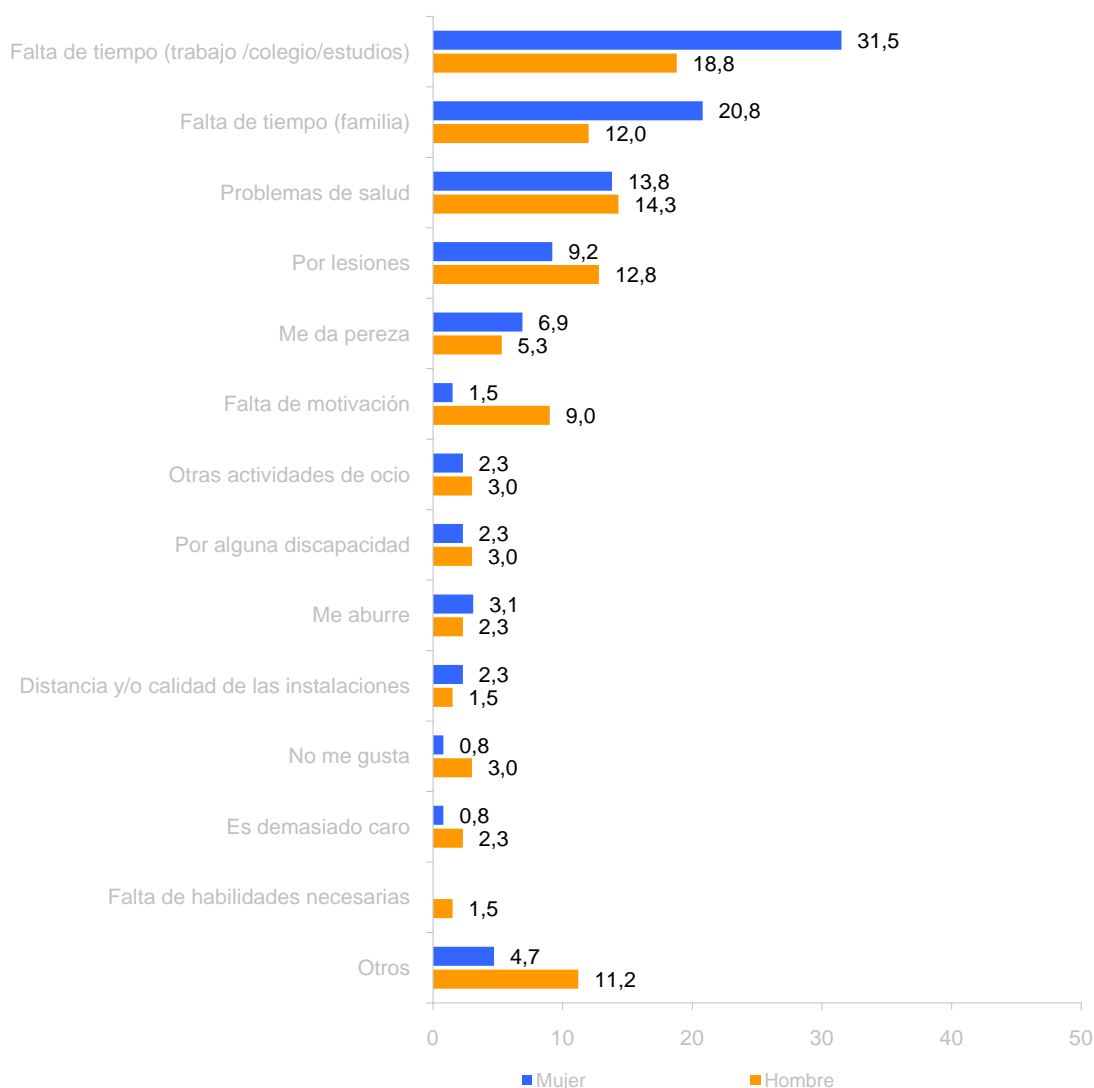
Hombres		Mujer	
Modalidad	%	Modalidad	%
1 Fútbol/ fútbol 7	21,6	1 Aeróbicos, gimnasia de mantenimiento	27,1
2 Pelota/ frontón	9,0	2 Natación	25,6
3 Montañismo/ senderismo	8,2	3 Montañismo/ senderismo	5,3
4 Ciclismo/bicicleta/mountain bike	8,2	4 Baloncesto	5,3
5 Natación	6,0	5 Fútbol/ fútbol 7	2,3

Las razones principales por las que se dejó de realizar PAFYD en el caso de hombres y mujeres son diferentes (**Gráfica 36**). Así, si bien es cierto que en ambos casos la razón principal es *la falta de tiempo por motivos de trabajo/estudio*, el peso porcentual que esta razón tiene en cada uno de los segmentos de población, es muy diferente puesto que en el caso de las mujeres representa el 31,5% del total de razones planteadas y en el caso de los hombres el 18,8% del total de razones planteadas.

Asimismo, se dan diferencias en cuanto al orden de las razones principales para el abandono de la práctica. De este modo, mientras que en el caso de las mujeres la segunda razón principal por la que se dejó de realizar PAFYD fue *la falta de tiempo por responsabilidades familiares* (con un 20,8% frente al 12% en el caso de los hombres), en el caso de los hombres fueron *problemas de salud* los que hicieron que se dejase la PAFYD (con un 14,3% frente al 13,8% en el caso de las mujeres).

Estos porcentajes nos hacen pensar en la doble jornada que han de asumir las mujeres, compaginando tanto cargas de trabajo/estudios como familiares, a diferencia de los hombres que aducen en menor medida la falta de tiempo por las responsabilidades familiares como razón principal para haber dejado de practicar la actividad física y deportiva.

Gráfica 36. Distribución del porcentaje de las razones principales por las que se dejó de realizar la PAFYD según el sexo



4.5.2. INTENCIÓN DE COMENZAR A PRACTICAR ALGUNA (OTRA) NUEVA MODALIDAD DE PAFYD

Otro aspecto destacable en relación a la transformación de los hábitos de PAFYD es el relativo a la intención de comenzar a practicar alguna (otra) nueva modalidad de PAFYD. En este sentido, además de valorar la intencionalidad, queremos ahondar en las modalidades que más se desean comenzar a practicar y los motivos por los cuales aún no se ha comenzado.

Desde una perspectiva general, observamos (**Tabla 24**) que al 31,8% de la población adulta de Gipuzkoa le gustaría comenzar a practicar alguna (otra) nueva modalidad de PAFYD.

Tabla 24. Porcentaje de personas que les gustaría comenzar a practicar alguna (otra) nueva modalidad de PAFYD

	%
Sí	31,8
No	68,2
Total	100

En cuanto a las modalidades que más les gustaría comenzar a practicar (**Tabla 25**), destacan la natación (con un 26,3%) y los aeróbicos, gimnasia de mantenimiento (con un 14,9%), modalidades que, a su vez, han sido las más abandonadas.

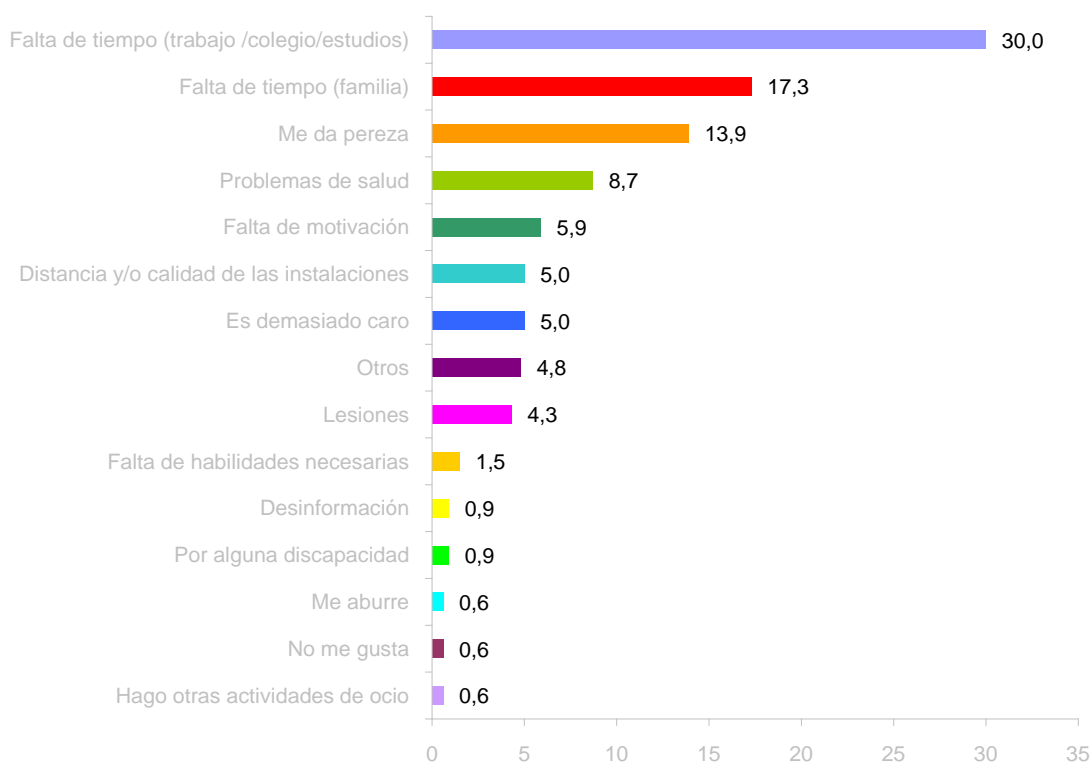
Tabla 25. Porcentaje de las cinco modalidades que más gustaría comenzar a practicar

	Modalidad	%
1	Natación	26,3
2	Aeróbicos, gimnasia de mantenimiento	14,9
3	Ciclismo/bicicleta/mountain bike	6,8
4	Montañismo/ senderismo	4,6
5	Deportes de invierno (nieve)	3,7

Esta cuestión nos hace pensar en que lo que se pretende recuperar es las modalidades abandonadas. Más aún si tenemos en cuenta que los motivos principales aludidos para no haber comenzado (o retomado) esta modalidad de PAFYD (**Gráfica 37**) son los mismos que motivaron el abandono, es decir, *la falta de tiempo por trabajo/estudios* (30%) y *la falta de tiempo por responsabilidades familiares* (17,3%).

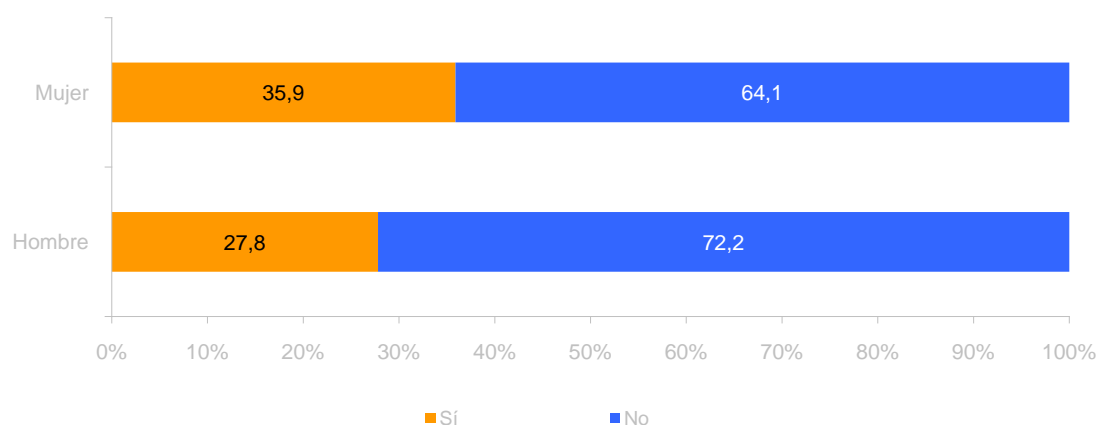
Llama la atención, además, el argumento relativo a la *pereza* que lo plantea un 13,9% de quienes desearían comenzar a practicar alguna (otra) nueva modalidad de PAFYD.

Gráfica 37. Distribución del porcentaje de las razones principales por las que no se ha comenzado todavía a practicar alguna (otra) nueva modalidad de PAFYD



Según el sexo de la población adulta de Gipuzkoa (**Gráfica 38**), son más las mujeres que los hombres a quienes les gustaría comenzar a practicar alguna (otra) nueva modalidad de PAFYD. Concretamente un 35,9% de las mujeres y un 27,8% de los hombres.

Gráfica 38. Porcentaje de personas que les gustaría comenzar a practicar alguna (otra) nueva modalidad de PAFYD según el sexo



En cuanto a las modalidades que más gustaría comenzar a practicar (**Tabla 26**), la *natación* destaca tanto en el caso de los hombres como de las mujeres, aunque con un mayor peso en el caso de estas últimas (concretamente un 30,8% de las mujeres frente al 20,6% de los hombres).

Asimismo, en cuanto a la correspondencia en las modalidades que más les gustaría comenzar a practicar también se encuentra el *montañismo/senderismo*, en cuarto lugar en ambos casos (con un 4,3% en el caso de los hombres, y un 4,9% en el caso de las mujeres).

Por el contrario, el resto de modalidades son diferentes, a los hombres les gustaría comenzar a practicar *ciclismo/bicicleta/mountain bike* en un 12,1%, *deportes de invierno (nieve)* en un 7,8% y *fútbol/fútbol 7* en un 4,3%, mientras que a las mujeres les gustaría comenzar a practicar *aeróbicos, gimnasia de mantenimiento* en un 24,2%, *Yoga/Tai-chi* en un 5,5% y *tenis* en un 3,3%.

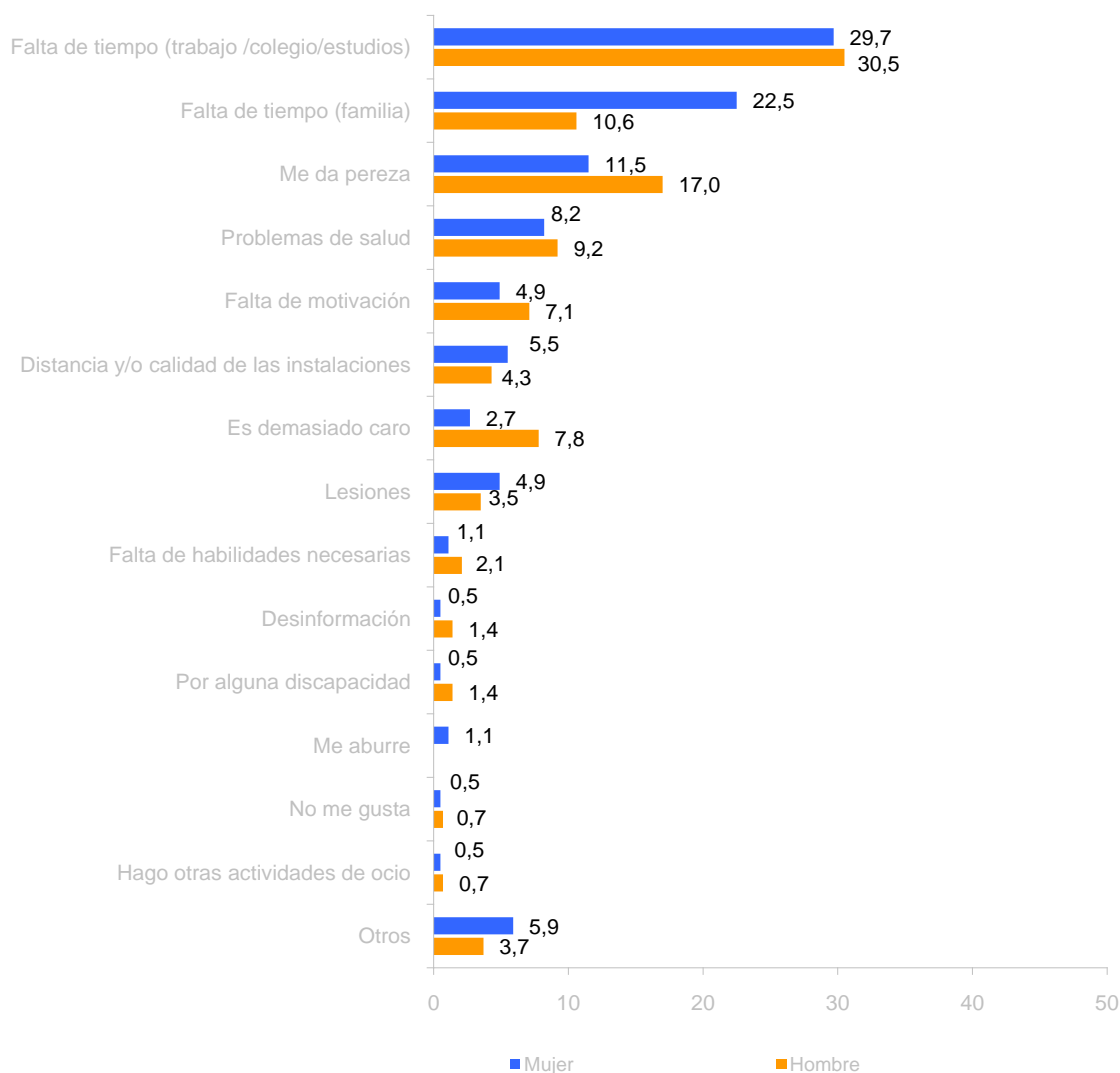
Tabla 26. Porcentaje de las cinco modalidades que más gustaría comenzar a practicar según el sexo

Hombre		Mujer	
Modalidad	%	Modalidad	%
1 Natación	20,6	1 Natación	30,8
2 Ciclismo/bicicleta/mountain bike	12,1	2 Aeróbicos, gimnasia de mantenimiento	24,2
3 Deportes de invierno (nieve)	7,8	3 Yoga/ Tai-chi	5,5
4 Montañismo/ senderismo	4,3	4 Montañismo/ senderismo	4,9
5 Fútbol/ fútbol 7	4,3	5 Tenis	3,3

En cuanto a las razones por las cuales todavía no han comenzado a practicar alguna (otra) nueva modalidad de PAFYD (**Gráfica 39**), tanto hombres como mujeres aluden a la *falta de tiempo por trabajo/estudios* como razón principal (con un 29,7% en el caso de las mujeres y con un 30,5% en el caso de los hombres). No obstante, en cuanto a la segunda razón más importante, observamos cómo en el caso de las mujeres destaca la *falta de tiempo por responsabilidades familiares* (un 22,5% frente al 10,6% de los hombres), mientras que en el caso de los hombres destaca *la pereza* (con un 17,0% frente al 11,5% de las mujeres).

Estos datos nos hacen pensar, de nuevo, en la doble jornada de las mujeres, es decir, la doméstica y profesional, dado que si en la *falta de tiempo por trabajo/estudios* tanto mujeres como hombres presentan porcentajes parecidos, en la falta de tiempo derivada de las responsabilidades familiares, las mujeres doblan en porcentaje a los hombres.

Gráfica 39. Distribución del porcentaje de las razones principales por las que no se ha comenzado todavía a practicar alguna (otra) nueva modalidad de PAFYD según el sexo



4.5.3. ADHERENCIA A LA PAFYD

De cara a determinar la adherencia a PAFYD preguntamos por la *intención de seguir practicando algún tipo de PAFYD*, teniendo que contestar en una escala de 1 (poco) a 9 (mucho) y la percepción del *nivel de PAFYD actual con respecto a los dos años anteriores*.

En general, la población adulta guipuzcoana muestra una media alta de intención de continuar realizando algún tipo de PAFYD, concretamente un 7,1 sobre 9.

Asimismo, esta media se mantiene en todas las variables analizadas salvo en excepciones en las que se da una media más elevada. Tal es el caso de los jóvenes de entre 18 y 24 años, con una valoración media de 7,5; los estudiantes, con una valoración media de 7,9; los directores/profesionales, técnicos y cuadros medios, y los pequeños empresarios, con una valoración

media de 7,5; y quienes realizan PAFYD institucionalizada y para-institucionalizada, con valoraciones medias de 8,2 y 7,6 , respectivamente.

En cuanto a la percepción respecto del nivel de PAFYD que realizan actualmente y del que realizaban hace dos años, observamos (**Tabla 27**) que mayoritariamente se considera que se tiene una vida igualmente activa que hace dos años. Además, tan solo el 18,9% considera que tiene una vida más activa y un 28,2% considera que tiene una vida menos activa.

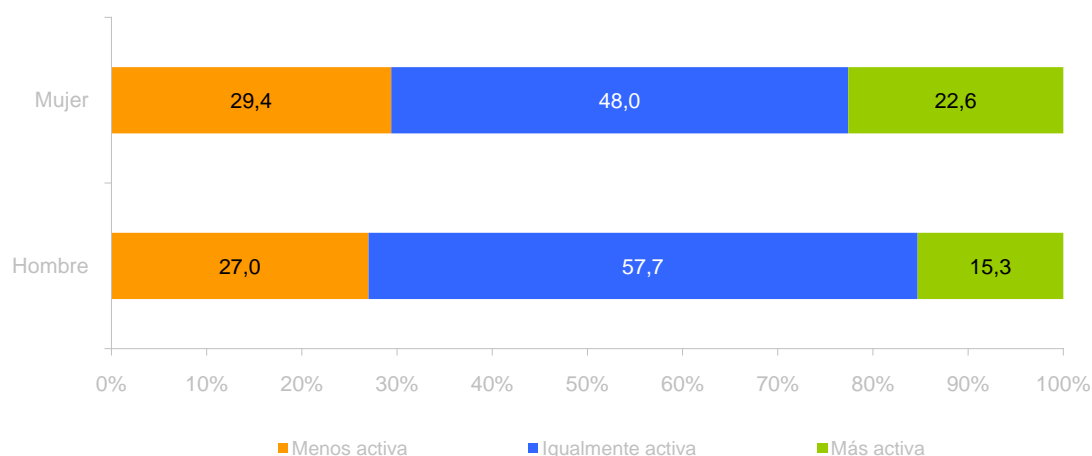
Tabla 27. Distribución del porcentaje de la percepción del nivel de PAFYD actual respecto de la de hace dos años

	%
Más Activa	18,9
Igualmente Activa	52,9
Menos Activa	28,2
Total	100

El sexo de la población adulta de Gipuzkoa nos muestra (**Gráfica 40**) que aunque hombres y mujeres consideran que actualmente tienen una vida igual de activa que hace dos años, los hombres lo hacen en mayor medida (un 57,7% de los hombres frente al 48,0% de las mujeres).

No obstante, son más las mujeres que consideran que actualmente tienen una vida más activa que hace dos años, concretamente un 22,6% de las mujeres frente al 15,3% de los hombres.

Gráfica 40. Distribución del porcentaje de la percepción del nivel de PAFYD actual respecto de la de hace dos años según el sexo



5. CONCLUSIONES Y PERSPECTIVAS DE FUTURO

Tal y como hemos podido observar en el presente trabajo, la mayoría de la población adulta de Gipuzkoa (concretamente el 96,6%) realiza algún tipo de PAFYD. Estos resultados no se corresponden con los arrojados por otros estudios a nivel internacional que, haciendo uso de una concepción más institucionalizada de la PAFYD, como es el caso del proyecto COMPASS, nos arrojan resultados mucho más limitados.

El caso es que, desde nuestra perspectiva atómica de la PAFYD, entendemos que si bien es cierto que las diferentes modalidades incluidas dentro de cada una de las tres categorías según el nivel de institucionalización de la PAFYD no tienen el mismo carácter, todas han de concebirse como actividades físicas y deportivas puesto que, tal y como hemos tratado de demostrar en el marco teórico, la realidad del sistema deportivo actual se presenta como un sistema abierto y complejo donde, cada vez es más difícil acotar de manera clara qué es deporte y qué no, salvo que se adopte una perspectiva dinámica, como es el caso de la perspectiva atómica de la PAFYD que contemple que el *Homo Impiger*, a su manera, busca dar respuesta a su necesidad inherente de realizar actividad física, sea cual sea el carácter institucionalizado de la misma.

De este modo, nos hemos podido percatar que, básicamente, las grandes diferencias con respecto a los hábitos de PAFYD se dan según el nivel de institucionalización de la misma, observándose, sobre todo, un *proceso adaptativo*, que hemos calificado como *de transformación de los hábitos de PAFYD* en su dimensión de institucionalización y que sugiere que, en una sociedad como la guipuzcoana, el mayor condicionante en estos hábitos es el de la edad, de forma que a medida que avanza la edad descienden las modalidades más institucionalizadas de PAFYD y adquieren un mayor protagonismo las para-institucionalizadas haciendo que se mantengan de forma similar los niveles generales de PAFYD en todos los intervalos de edad.

Esto tiene sentido si tenemos en cuenta que nos encontramos ante una sociedad del / y de bienestar, donde las necesidades más elementales están, en gran parte, cubiertas y las diferencias que podríamos considerar de clase apenas tienen repercusión, en términos de la pirámide de necesidades de Maslow (1991), respecto de prácticas sociales más ubicadas en el nivel de autorrealización.

Ahondando en aspectos como la polideportividad y las modalidades de PAFYD, hemos constatado que mayoritariamente se realiza una modalidad de PAFYD, el caminar, que, junto con otras modalidades de PAFYD o no, es realizada por un 77,5% de la población adulta de Gipuzkoa. A continuación, a gran distancia, aparece la natación, realizada por un 13,2% de la población adulta de Gipuzkoa.

Estos resultados nos permiten caracterizar la sociedad guipuzcoana como *sociedad de caminantes* en el sentido de que el caminar, lejos de

mostrarse como una modalidad anecdótica de PAFYD, emerge como una actividad enormemente arraigada en los hábitos de la población adulta de Gipuzkoa en la medida en que, además de ser **la única modalidad de PAFYD que realiza el 48,8% de la población adulta de Gipuzkoa**, es practicada, al menos, **tres veces por semana por el 83,7% de los mismos**. Además, como se ha apuntado, es una modalidad eminentemente adaptativa que se adecua a las transformaciones biográficas y que, en consecuencia, va adquiriendo una mayor importancia a mayor edad.

Con respecto a los resultados generales, al comienzo de este trabajo partíamos de la hipótesis de que *los hombres tendrían unos hábitos de PAFYD más intensivos (mayor frecuencia de práctica) que las mujeres, mostrando, asimismo, una mayor polideportividad de PAFYD con un mayor carácter competitivo y organizado*.

Esta hipótesis se ha visto confirmada tal y como hemos podido constatar en el capítulo anterior: los hombres realizan PAFYD institucionalizada y semi-institucionalizada con mayor intensidad que las mujeres. Así, el 29,1% de los hombres realiza PAFYD institucionalizada y semi-institucionalizada de manera intensiva frente al 14,3% de las mujeres. Asimismo, esta ligera mayor frecuencia de los hombres se mantiene entre quienes realizan PAFYD institucionalizada y semi-institucionalizada de manera regular: el 7,8% de los hombres afirma realizar PAFYD institucionalizada y semi-institucionalizada de manera regular frente al 6,9% de las mujeres. Pero, estos porcentajes, que indican una práctica más institucionalizada de los hombres, deben ser analizados con cautela, porque se contrapesan con un hábito más frecuente pero menos institucional, o lo que hemos denominado PAFYD para-institucionalizada, de las mujeres.

Con respecto a la polideportividad, observamos que apenas se dan diferencias entre hombres y mujeres, aunque los hombres muestran mayores porcentajes de polideportividad: el 61,0% de los hombres practican una única modalidad de PAFYD frente al 67,8% de las mujeres, el 28,5% de los hombres realizan dos modalidades de PAFYD frente al 25,2% de las mujeres y el 10,5% de los hombres practican tres modalidades de PAFYD frente al 7,0% de las mujeres.

Asimismo, los hombres realizan su PAFYD con un carácter más competitivo y organizado que las mujeres. Con base en la tipología de institucionalización de la PAFYD que hemos utilizado, hemos podido corroborar que los hombres realizan PAFYD de carácter institucionalizado en mayor medida (un 8,7% de los hombres frente al 2,0% de las mujeres) y de carácter semi-institucionalizado (un 41,9% de los hombres frente al 29,0% de las mujeres). Pero, por el contrario, las mujeres muestran un mayor porcentaje de PAFYD para-institucionalizada (66,6%) que los hombres (45%).

Probablemente esta desigual distribución del grado de institucionalización de la PAFYD obedece a cuestiones de género, de forma que, en el mejor de los casos, la mujer retoma una actividad tras liberarse de

responsabilidades familiares o de labores del hogar y, en el peor, a través de modalidades de PAFYD para-institucionalizada (caminar, aeróbicos, gimnasia de mantenimiento) plasma en su cotidianidad el discurso predominante de, y sobre, la salud.

Nuestra segunda hipótesis partía de la suposición *de que los hombres mostrarían una mayor participación en el deporte escolar que las mujeres. Asimismo, su práctica previa a la vida adulta presentaría un mayor carácter competitivo y organizado.*

Tal y como suponíamos, los hombres, en general, participaron en mayor medida en el deporte escolar que las mujeres. Asimismo, más hombres que mujeres participaron en las competiciones organizadas en la escuela, manteniéndose esta diferencia porcentual también en la práctica federada. En este sentido, un dato que viene a reafirmar esta presencia es que, el porcentaje de hombres (30,4%) que estuvo federado o perteneció a algún club deportivo es superior al de las mujeres (10,7%).

Una tercera hipótesis nos inducía a pensar que *las mujeres tenderían a utilizar más espacios privados y cerrados que los hombres para realizar su PAFYD y que era más probable que lo hicieran en solitario y/o con miembros de la familia que los hombres.*

Tal y como hemos podido comprobar a lo largo del análisis empírico, apenas se dan diferencias en el tipo de espacios utilizados según el sexo. No obstante, todos los espacios son más usados por los hombres que por las mujeres, salvo el caso de las instalaciones privadas. Ahora bien, si analizamos en qué medida cada uno de esos espacios es, más o menos, frecuentado por mujeres o por hombres, observamos, una vez más, que las instalaciones privadas tienen una mayor presencia femenina y que, en los espacios públicos, también es ligerísimamente superior la presencia de la mujer (50,2% frente al 49,8%).

En cuanto a las redes de PAFYD, si bien pensábamos en principio que las mujeres realizarían su PAFYD en solitario y/o con miembros de la familia en mayor medida que los hombres, vemos que son los hombres quienes con mayor frecuencia que las mujeres realizan PAFYD en solitario (concretamente el 53,4% de los hombres realiza su PAFYD en solitario siempre o a menudo, frente al 44,5% de las mujeres) y, en cambio, son más las mujeres que realizan su PAFYD con miembros de la familia (concretamente el 20,1% de las mujeres realiza su PAFYD con miembros de su familia siempre o a menudo, frente al 13,7% de los hombres).

Otro aspecto a destacar de la red de práctica es el relativo a los compañeros que tienen mayor relevancia en el caso de los hombres, de tal manera que el 16,6% afirma haber realizado, aunque sea tan solo ocasionalmente, PAFYD con sus compañeros/as del trabajo/estudios, frente al 7,1% de las mujeres.

Con todo ello, no se confirma nuestra suposición previa relativa tanto a las redes sociales como a los espacios de práctica de forma que, allí donde pensábamos que las mujeres harían uso de ámbitos más privados y practicarían en solitario o en redes familiares, en gran parte son también comportamientos más atribuibles a los hombres.

Las razones para la PAFYD nos llevaban a pensar que habría una doble lectura de tal práctica según género, de forma que sería *muy probable que los hombres adscribirían valores de bienestar a la utilidad de la PAFYD mientras que las mujeres se referirían en términos de forma física y salud.*

Antes que nada, cabe decir que para el 76,8% de la población mayor de 18 años de Gipuzkoa la PAFYD es bastante o muy importante. Asimismo, en el conjunto de las variables analizadas, se dan pocas diferencias y, en todos los casos, se considera que la PAFYD es bastante o muy importante por encima del 70,0%.

Dicho esto, y si bien pensábamos que se darían diferencias en relación a las creencias de utilidad de la PAFYD dependiendo del sexo, lo cierto es que apenas las observamos, de tal manera que en ambos sexos se da el mismo orden de importancia a los factores de utilidad de la PAFYD, encabezado por el relativo a la forma física y la salud (con una puntuación media en ambos casos del 7,2 en una escala de 1 a 9), seguido por el de la liberación de tensiones (puntuación del 5,6) y, finalmente, aparece el de la socialización (3,9).

Con respecto a las razones por las cuales se realiza PAFYD, hombres y mujeres destacan los motivos de salud como los más importantes: 6,9 en el caso de las mujeres y 6,5 en el de los hombres. Eso sí, aparecen diferencias en el orden de importancia y valoración media atribuida a otras razones para realizar PAFYD. La segunda razón más importante en el caso de los hombres es la relativa a la diversión (6,0) mientras que en el caso de las mujeres es el de la desconexión (5,7). En tercer lugar se invierte el orden de los factores anteriores: las mujeres mencionan la diversión (5,3) y los hombres la desconexión (5,7).

Como quinta hipótesis sosteníamos que *era probable que las mujeres abandonasen la PAFYD en mayor grado que los hombres, y más en aquellas prácticas menos organizadas y de menor carácter competitivo. Este abandono crecería, además, probablemente con la edad.*

En conjunto, vemos que los porcentajes de abandono de alguna PAFYD en los últimos cinco años, al contrario de lo que estimábamos en un primer momento, apenas muestran diferencias entre hombres y mujeres porque, tal y como hemos podido ver, el 26,9% de los hombres y el 26,5% de las mujeres dejó de realizar alguna modalidad en los últimos cinco años. Ahora bien, en cuanto al tipo de PAFYD que se ha dejado de practicar, vemos que si bien tanto en el caso de los hombres como en el caso de las mujeres la más abandonada es la libre, en el caso de los hombres la segunda que más se ha dejado de practicar es la federada (con un 28,4% del total de la PAFYD

abandonada) y en el caso de las mujeres la organizada no federada (con un 22,6% del total de la PAFYD abandonada).

No obstante, sí aparecen ciertas diferencias en las modalidades de PAFYD abandonadas: en el caso de los hombres las tres modalidades de PAFYD más abandonadas son el *fútbol/fútbol 7* (con un 21,6%), la *pelota / frontón* (con un 9,0%) el *montañismo/senderismo* y el *ciclismo/bicicleta/mountain bike* (con un 8,2% en ambos casos); en el caso de las mujeres, las más abandonadas son los *aeróbicos/gimnasia de mantenimiento* (con un 27,1%), la *natación* (con un 25,6%), y el *montañismo/senderismo* y el *baloncesto* (con un 5,3% en ambos casos).

Como última hipótesis *pensábamos que las personas que abandonaban un tipo de PAFYD, tendrían como efecto de compensación (o de recambio) la adopción de otras formas de PAFYD menos exigentes y más adaptadas a las limitaciones biográficas.*

Antes que nada, cabe decir que, partiendo del alto porcentaje de la población de Gipuzkoa que realiza algún tipo de PAFYD, no es de extrañar que el porcentaje de quienes les gustaría comenzar a practicar alguna nueva modalidad de PAFYD se limite al 31,8%. Cabe decir, además, que las razones aludidas para no haber empezado todavía están claramente encabezadas por las de falta de tiempo por trabajo / estudios (con un 30,0%) seguidas por las relativas a la falta de tiempo por responsabilidades familiares (con un 17,3%).

Entre las modalidades de PAFYD que más gustaría comenzar a practicar, destaca la *natación*, con un 26,3%, seguida por los *aeróbicos /gimnasia de mantenimiento*, con un 14,9%, modalidades que, a su vez, aparecieron como las más abandonadas. Este hecho nos hace pensar en un deseo de recuperación de modalidades anteriormente practicadas más que en comenzar con nuevas.

Dicho esto, cabe decir que son más las mujeres que los hombres a quienes les gustaría comenzar a practicar alguna nueva modalidad de PAFYD, concretamente el 27,8% de los hombres frente al 35,9% de las mujeres. Asimismo, si bien en ambos casos la razón principal por la que todavía no se ha comenzado a practicar es la falta de tiempo por el trabajo o estudios (con un 29,7% en el caso de las mujeres, y un 30,5% en el caso de los hombres), llama la atención como la segunda razón principal varía entre hombres y mujeres, siendo en el caso de las mujeres la falta de tiempo por responsabilidades familiares (con un 22,5%) mientras que en el caso de los hombres es la pereza (con un 17,0%). Evidentemente, cuando afirmamos que llama la atención no nos referimos a la razón en sí, sino a la claridad con la que se muestra el género como categoría de distribución de atribuciones de razón.

Las modalidades de PAFYD que más gustaría re-comenzar según sexo, tanto hombres como mujeres coinciden en la primera, que es la *natación* (el 20,6% de los hombres y el 30,8% de las mujeres), y en la cuarta, en el *montañismo/senderismo* (el 4,3% de los hombres y el 4,9% de las mujeres).

Las restantes tres modalidades son diferentes. En el caso de los hombres serían el *ciclismo/bicicleta/mountain bike*, los *deportes de invierno* y el *fútbol/fútbol 7* y en el de las mujeres, serían los *aeróbicos/gimnasia de mantenimiento*, el *Yoga/Tai-Chi* y el *tenis*.

5.1. CONCLUSIONES ESPECÍFICAS SEGÚN EL SEXO DE LA POBLACIÓN DE GIPUZKOA

- Tanto hombres como mujeres muestran porcentajes de PAFYD muy parecidos, aunque con base en la perspectiva COMPASS los hombres realizan una práctica más frecuente y de carácter competitivo y organizado que las mujeres, mientras que éstas muestran un mayor porcentaje de práctica de otro tipo de modalidades de PAFYD.
- Además, los hombres practican una ligera mayor polideportividad que las mujeres, así como una PAFYD de carácter más institucionalizada: los hombres realizan una PAFYD institucionalizada y semi-institucionalizada, las mujeres optan más por las prácticas para-institucionalizadas.
- Independientemente de su institucionalización, la modalidad mayoritaria, tanto entre hombres como entre mujeres, es el caminar. Es tan importante que llega a ser la única actividad para el 55,3% de las mujeres y para el 42,2% de los hombres. Entre las modalidades diferenciadas por sexo, destacan el *fútbol/fútbol 7*, la *pelota/frontón*; los *deportes de invierno (nieve)* y la *musculación* en el caso de los hombres y el *Yoga/Tai-Chi*; *Bailes*; *Danza* y el *Atletismo* en el caso de las mujeres.
- Como fuentes previas de socialización en hábitos de PAFYD, observamos que los hombres participaron en deporte escolar en mayor medida que las mujeres, ocurriendo lo mismo en competiciones organizadas de deporte escolar y en las federadas o pertenecientes a algún club deportivo antes de los dieciséis años. Finalmente, compitieron más hombres que mujeres en competiciones federadas.
- Los espacios públicos (parques, calle, monte, y demás) son los habituales para el PAFYD con alrededor del 90% tanto para hombres como para mujeres. Asimismo, en cuanto a los días de la semana y la época del año en la que se realiza la PAFYD, tampoco se dan grandes diferencias por sexo, aunque las mujeres se decantan por una práctica mayor durante la semana y en período no vacacional y los hombres algo más durante los fines de semana y en período vacacional.
- En cuanto a las personas con quienes se realiza alguna PAFYD, son más los hombres que las mujeres los que practican la PAFYD en solitario y, también, los que practican con amistades o compañeros de trabajo. Las mujeres lo hacen más con personas de su familia que los hombres. Asimismo, entre los inductores que animan a realizar alguna PAFYD, entre los hombres encontramos las personas de la familia, los médicos, las amistades y la pareja. En el caso de las mujeres destacan las personas de la familia y los médicos. Asimismo, si bien en menor medida, cabe destacar que las mujeres se sienten más influenciadas que los hombres para realizar PAFYD por los medios de comunicación y los profesores /monitores y, en cambio, los hombres más por los compañeros de trabajo o de estudios que las mujeres.

- Tanto hombres como mujeres consideran la PAFYD como bastante o muy importante y de suma utilidad para la forma física y la salud, así como para la liberación de tensiones. Por ello, sobre las razones para la PAFYD, hombres y mujeres destacan los motivos de salud como razón más importante para realizar PAFYD. En otro tipo de razones, los hombres valoran en mayor medida aspectos como la diversión, estar con amistades o el afán de competir, mientras que las mujeres valoran en mayor medida que los hombres razones de carácter más instrumental como mantener la línea o mejorar el atractivo físico.
- En lo relativo a la percepción de la PAFYD de hombres y mujeres, tanto unos como otros estiman que los hombres realizan PAFYD en mayor medida que las mujeres.
- En los últimos cinco años, un porcentaje similar de hombres como de mujeres han abandonado alguna forma de PAFYD, sobre todo la libre: los hombres han dejado en mayor medida de practicar deporte federado y las mujeres deporte organizado no federado. Los hombres abandonan modalidades como el fútbol/fútbol y la pelota/frontón y las mujeres los aeróbicos/gimnasia de mantenimiento y la natación. Es la falta de tiempo por trabajo/estudios la causa principal, así como la falta de tiempo por asunción de responsabilidades familiares en el caso de las mujeres. Otras son los problemas de salud, las lesiones.
- Las mujeres aducen deseos de re-comenzar alguna otra modalidad de PAFYD más que los hombres, aunque no las han reemprendido por falta de tiempo por motivos de trabajo/estudios o por responsabilidades familiares, aunque la adherencia a la PAFYD sea de 7,2 en una escala de 1 a 9.

Las conclusiones anteriores nos reafirman en la idea de que los hábitos de PAFYD de la población adulta de Gipuzkoa pueden entenderse como *praxis* social paradigmática de las dinámicas de la modernidad líquida. Si bien desde una perspectiva general pudiera parecer que los índices de práctica de la población adulta de Gipuzkoa distan mucho de ser activos con base en una lectura estricta de la metodología del proyecto COMPASS en cambio, sí lo son, si ampliamos y adaptamos esta perspectiva a la realidad de Gipuzkoa porque, al margen de las modalidades más institucionalizadas, se da un relevante nivel de PAFYD en esta provincia.

Es decir, los niveles no institucionalizados y los para-institucionalizados de PAFYD de alguna manera nos están indicando la emergencia de hábitos que deben ser entendidos desde una perspectiva de actividad física y deportiva porque, fuera de ella, serían incomprensibles y estaríamos adjudicando su aparición al azar. Estimamos que hay muy poco azar en estos nuevos comportamientos, que exigen una apertura de miras y una comprensión profunda de procesos de destradicionalización y desinstitucionalización que hasta muy poco parecían muy sólidos, procesos que afectan a las dimensiones sociales, políticas, culturales y económicas de nuestra sociedad. Estamos en una fase en la que según Ulrich Beck proliferan los conceptos *zombies*, referidos a instituciones que no se sabe muy bien si se mantienen vivas o muertas. Como afirma Berman (1991), aplicando una vieja aportación de Marx, con la sociedad moderna todo lo que parecía sólido se desvanece en el aire.

Afirmaba Wright Mills (1986) que cada estructura social crea el tipo de personas que le son funcionales, las que precisa. Sin recaer en determinismos innecesarios, parece indudable que la modernidad industrial, bien en su versión capitalista bien en la socialista, creó, precisó, que el *homo faber*, la persona entendida *antropológicamente* como constructora de su realidad social, se transformase en *homo laborans* en el ámbito laboral y en *homo oeconomicus* en el resto de las esferas sociales.

La realidad moderna declina y también declina el predominio de la modernidad industrial, para pasar a una fase llena de diversos *post-* que nos indican que estamos en un proceso de transformación, en un período de transición, que no terminamos ni de entender ni, por supuesto, de caracterizar. Afirma Lamo de Espinosa que el ser humano primero experimenta, después intuye cómo explicar y posteriormente teoriza. A día de hoy, ante un comportamiento experimentado por muchas personas y al que le atribuyen un sentido de actividad física y deporte, nos encontramos en la fase de intuición que nos permite suponer que estamos ante unas nuevas modalidades de práctica.

Esta intuición nos dice que devaluado el *homo laborans* y suspicaces antes el *homo oeconomicus* que todo lo reduce a pura racionalidad instrumental, el *homo faber* mantiene su naturaleza *Impiger*. Esta persona,

necesitada de realizar actividad física para subsistir, encuentra en la PAFYD la posibilidad de dar salida a esa necesidad de forma, más o menos, institucionalizada.

Los tiempos, en suma, cambian, pero se mantiene constante el hecho humano de la actividad, su naturaleza *Impiger*. En consecuencia, el ser humano debe recurrir a la PAFYD, con base en sus potencialidades y limitaciones. La edad parece un determinante claro en las formas de PAFYD practicadas, de forma que a mayor edad observamos que las modalidades más institucionalizadas van perdiendo relevancia en favor de las menos o para-institucionalizadas y, principalmente, en favor del caminar. Con base en los resultados obtenidos, podríamos calificar la sociedad guipuzcoana como sociedad de caminantes, porque es la forma más arraigada en los hábitos de PAFYD, sobre todo a mayor edad. Tampoco creemos que esta característica sea privativa de los guipuzcoanos, pero también lo es de ellos. Quizás la universalización de esta práctica está indicando su asentamiento en el sentido anteriormente expuesto de práctica social que desde la periferia va alcanzado el núcleo de las actividades centrales pero todavía sin reconocimiento oficial autorizado. De todas formas y sin lugar a dudas, esta forma de actividad física canaliza la necesidad antropológica de práctica que tiene el *Homo Impiger*, y también la *mujer Impiger*.

Este hecho de creciente práctica social no autorizada nos hace pensar en que el modelo de institucionalización del sistema deportivo actual, genera una dinámica atómica de atracción-expulsión de modalidades de PAFYD, que se basa en una visión reduccionista de las potencialidades que muestra la PAFYD para las personas, sea cual sea su sexo. En este sentido, cabe preguntarse si, al abandonar determinadas prácticas más institucionalizadas, la sociedad guipuzcoana está abandonando *in toto* la práctica física y deportiva o si, realmente, está transformando los hábitos desde itinerarios institucionalizados a itinerarios para-institucionalizados. Es decir, si estamos ante una pérdida inevitable, con un balance resueltamente negativo de práctica, o ante un juego suma cero, en el que lo que pierde la forma institucionalizada lo recupera en parte o en su totalidad la para-institucionalizada. Desde otro punto de vista, también estaríamos asistiendo a un proceso democratizador de las actividades físicas y deportivas, en donde algunas de éstas que empiezan desde abajo no son reconocidas como tales por la visión que de ellas se tiene desde arriba, desde una visión inmanentemente aristocrática de tales actividades, sea social o deportiva esta aristocracia.

En este sentido deben entenderse los nuevos discursos y las razones esgrimidas para la práctica del PAFYD desde sus propios protagonistas. En estos nuevos discursos es hegemónico el discurso de la salud. Esta es la razón que declaran gran parte de sus practicantes. Esta centralidad del sistema sanitario y de la salud puede que haya fagocitado otros discursos y otros sentidos de las potencialidades que encierra la PAFYD, pero también está en consonancia con la retirada que caracteriza a la sociedad a la hora de construir la identidad en la época pos-moderna o líquida.

La sociedad líquida es una entidad que des-incrusta sin re-incrustar, des-enraíza sin volver a echar raíces. Dicho de otra forma, abandona a su suerte al individuo, le obliga a construir una auto-identidad sin aportes sociales. Allí donde la persona era obrera y/o miembro del ejército de reserva y tenía una profesión que le identificaba y disponía de un *locus* social en la modernidad sólida que le eran suficientes para ser alguien, en la modernidad líquida las estructuras sufren un proceso de licuefacción, el ser humano debe andar sin parar para no quedar fuera de sitio, se convierte en excedente, sin profesión y con mucha capacidad de mutación, flexible y sin identidad.

La identidad líquida proviene del proceso de personificación, abandonando categorías genéricas y universales ligadas al ámbito laboral, debiéndolas sustituir con movimientos personistas. Es decir, la sociedad abandona al individuo, abdica de la responsabilidad de crearlo, y le transmite la idea, mediante lógicas culpabilizadoras, de que debe resolver personal y biográficamente las grandes contradicciones sociales. Debe cuidar de sí mismo, debe erigirse en persona. Si el *body building* edifica la parte externa de la persona, el *personismo* es el que edifica la parte interna. De cara a este objetivo, el discurso de la salud hace verosímil la *misión* que el individuo/la persona tiene ante sí. Disfrutar de salud que objetivamente es condición suficiente para una vida digna se convierte en discurso subjetivamente indispensable para su logro. La responsabilidad de desoír tal misión es evidentemente culpa del individuo. “¡Allá él, si no actúa con responsabilidad!”, dice el actual discurso hegemónico.

A otro nivel, siguiendo con esta lógica de auto-producción individualizada, que no social, del individuo, no nos olvidemos de la omnipresente proliferación de libros y métodos de auto-ayuda. En resumen, lo que la sociedad genera que lo resuelva si puede el propio individuo; es decir, los motivos y razones relacionadas con la salud permiten enfocar la PAFYD como *praxis* social a merced del propio cuerpo, que se convierte en ámbito de proyecto-responsabilidad. Aparte del caminar, el intento de retomar o incorporar la natación a los hábitos de la PAFYD, visibiliza la hegemonía que hoy el discurso de la salud y la presencia importante que tiene el colectivo médico como inductor o como agente incorporado a la red social que promueve la realización de la actividad física y deportiva.

Aunque a primera vista pudiera parecer que el discurso de la salud establece una relación de contradicción lógica con las posibilidades implícitas en la PAFYD para que ésta contribuya en el desarrollo personal integral, estimamos que más que dos polos antitéticos constituyen puntos de un *continuum*. Otra cosa es que con base en este desarrollo socialmente deseable se promueva en nuestras sociedades la socialización multidimensional y no reduccionista desde la infancia hasta la vejez en los hábitos de PAFYD. Ahora bien, estimamos que la estructura atómica que hemos aportado para explicar las prácticas físicas y deportivas en nuestra sociedad permite comprender las dinámicas de emergencia, solapamiento, transformación y sustitución de las nuevas prácticas. Además, estimamos que vamos a estar obligados a atender a estas dinámicas si deseamos entender y estar atentos a las mutaciones que experimenta el *homo (mujer) impiger*, mutaciones coextensivas a las que vive

la sociedad en la que se inserta el individuo en cuestión. Entender esta interacción individuo-sociedad nos impide permanecer quietos y nos obliga a perfilar, depurar y enriquecer nuestros instrumentos analíticos.

El descubrimiento de este mapa social desde las actuales prácticas y practicantes nos permitirá cumplir con otro objetivo de Kirolbegi: una asesoría más experta en el plano más social de la actividad deportiva y una planificación de prácticas más acorde a la realidad social guipuzcoana. Evidentemente, también tiene una dimensión interna innegable: precisar los instrumentos analíticos y conceptuales, así como los procedimientos y técnicas para la recogida de información.

BIBLIOGRAFIA

- AAVV (2006): Revista Internacional de Sociología N° 44. Número monográfico sobre "Sociología del Deporte". Madrid. CSIC.
- Bauman, Z. 2002. en Bauman, Z. y Keith Tester. *La ambivalencia de la modernidad y otras conversaciones*. Barcelona: Paidós.
- . 2003. en Beck, Ulrich y Elisabeth Beck Gernsheim. *La individualización: el individualismo institucionalizado y sus consecuencias sociales y políticas*. Barcelona: Paidós.
- . 2004. *Modernidad líquida*. Buenos Aires: Fondo de Cultura Económica de Argentina.
- . 2008 en Coakley, Jay J. and Eric Dunning. 2008. *Handbook of sports studies*. London [etc.]: SAGE.
- Beck, Ulrich y Elisabeth Beck Gernsheim. 2003. *La individualización: el individualismo institucionalizado y sus consecuencias sociales y políticas*. Barcelona: Paidós
- Berger, Peter L. y Luckmann, Thomas. 1998. *La Construcción Social de la Realidad*. Buenos Aires: Amorrortu Editores, S.A.
- Bette, K.H., 1995 en García Ferrando, Manuel, Puig Barata, Núria y Lagardera Otero, Francisco (comps.). 2005. *Sociología del deporte*. Torrejón de Ardoz (Madrid): Alianza Editorial.
- Bourdieu, Pierre. 1993. *Sociology in question*. London[etc.]: SAGE Publications.
- . 2000a. *Cosas Dichas*. Guanajuato (México): Gedisa editorial.
- . 2000b. *La distinción: criterios y bases sociales del gusto*, Vol. 259. Madrid: Taurus.
- . 2008. *El sentido práctico*. Madrid: Siglo XXI.
- Bourdieu, Pierre, Jean-Claude Chamboredon, y Jean-Claude Passeron. 2004. *El oficio de sociólogo: presupuestos epistemológicos*. Buenos Aires: Siglo Veintiuno de Argentina.
- Bourdieu, Pierre y Jean Claude Passeron. 1977. *La reproducción: elementos para una teoría del sistema de enseñanza*. Barcelona: Laia.
- Bowen West, Patricia y Benilde Vázquez Gómez. 1992. *Deporte y mujer*. Sevilla: Unisport Andalucía.

- Campillo Álvarez, José Enrique. 2004. *El mono obeso: la evolución humana y las enfermedades de la opulencia: diabetes, hipertensión, arteriosclerosis*. Barcelona: Crítica.
- Carbajosa Menéndez, Concepción. 1999. *La participación deportiva de las mujeres asturianas (1939-1977)*. Oviedo: Universidad de Oviedo, Servicio de Publicaciones.
- Castells, Manuel. 1998. *La estructura social de la era de la información: la sociedad RED*. Madrid: Universidad Nacional de Educación a Distancia.
- Chaney, David. 2003. *Estilos de vida*. Madrid: Talasa.
- Comisión de las Comunidades Europeas y País Vasco. Gobierno. 2008. *Libro blanco: libro blanco sobre el deporte: (presentado por la Comisión)*. [Bilbao]: Gobierno Vasco.
- Consejo de Europa y el Instituto Vasco de Educación Física. 1986. *Carta europea del deporte*. Vitoria-Gasteiz: Instituto Vasco de Educación Física.
- Consejo Superior de Deportes, Instituto de la Mujer (Madrid), y Secretaría de Estado de Educación de España. 1992. *El ejercicio físico y la práctica deportiva de las mujeres*. Madrid: Instituto de la Mujer.
- Contreras Jordán, Onofre Ricardo, Roberto Velázquez Buendía, y Eduardo de la Torre Navarro. 2001. *La iniciación deportiva*. Madrid: Síntesis.
- Dunning, E. (2003): *El fenómeno deportivo. Estudios sociológicos en torno al deporte, la violencia y la civilización*. Barcelona. Editorial Paidotribo.
- Ehrenreich y English. 2003. en Beck, Ulrich y Elisabeth Beck Gernsheim. *La individualización: el individualismo institucionalizado y sus consecuencias sociales y políticas*. Barcelona: Paidós.
- Elias, Norbert. 1999. *Sociología fundamental*. Barcelona: Gedisa.
- Elias, N. y Dunning, E. (1992): *Deporte y ocio en el proceso de la civilización*. Madrid. Fondo de Cultura Económica.
- García Ferrando, M., Puig, N. y Lagardera, F. (comp.). 2005. *Sociología del deporte*. Madrid. Alianza Editorial.
- García Ferrando, M. 1990. *Aspectos sociales del deporte. Una reflexión sociológica*. Madrid. Alianza-deporte.

- . 1994. en Kaiero Uría, Andoni. *Valores y estilos de vida de nuestras sociedades en transformación*. Bilbao: Universidad de Deusto.
- . 2006. Posmodernidad y Deporte: Entre la individualización y la masificación. Encuesta sobre hábitos deportivos de los españoles 2005. Madrid. CSD y CIS.
- Gergen, Kenneth J. 1992. *El yo saturado: dilemas de identidad en el mundo contemporáneo*. Barcelona [etc.]: Paidós.
- Giddens, Anthony. 2001. *Más allá de la izquierda y de la derecha: el futuro de las políticas radicales*. Madrid: Cátedra.
- Held, David, Anthony McGrew, David Goldblatt, and Jonathan Perraton. 1999. *Global transformations: politics, economics and culture*. Cambridge: Polity.
- Hernández i Martí, Gil-Manuel. 2005. *La condición global: hacia una sociología de la globalización (vols. I y II)*. Alzira (Valencia): Germania
- Hillmann, Karl-Heinz. 2001. "Diccionario enciclopédico de sociología." in *Diccionario enciclopédico de sociología*, editado por A. Martínez Riu. Barcelona: Herder.
- Inglehart, Ronald. 1998. *Modernización y postmodernización: El cambio cultural, económico y político en 43 sociedades*. Madrid: CIS.
- Lamo de Espinosa, Emilio. 1996. *Sociedades de cultura, sociedades de ciencia. Ensayos sobre la condición moderna*, Vol. 2. Oviedo: Nobel.
- Lipovetsky, Gilles. 2003. *La era del vacío: ensayos sobre el individualismo contemporáneo*. Barcelona: Anagrama.
- .2007a. *La tercera mujer: permanencia y revolución de lo femenino*. Barcelona: Anagrama.
- Luckmann, Thomas. 1996. *Teoría de la acción social*. Barcelona [etc.]: Paidós.
- Martuccelli, Danilo. 2007. *Gramáticas del individuo*. Buenos Aires: Losada.
- Maslow, Abraham H. 1991. *Motivación y Personalidad*. Madrid: Ediciones Díaz de Santos, S.A.
- Población Martínez, Adolfo. 2006. "Análisis, valoración y plan de intervención orientado hacia la práctica de la actividad física y el deporte del alumnado de los centros de educación especial de Cantabria."

Didáctica de la Expresión Musical, Plástica y Corporal, Universidad del País Vasco / Euskal Herriko Unibertsitatea.

Puig, N. y Heinemann, K. 1991. "El deporte en la perspectiva del siglo 2000." *Papers* 38:18.

Riechmann, Jorge. 1994. *Redes que dan Libertad. Introducción a los nuevos movimientos sociales*. Barcelona [etc.]: Paidós.

Rocchi, Fernando, en Altamira, Carlos. *et. al.* 2002. *Términos críticos de Sociología de la Cultura*. Buenos Aires: Paidós.

Sánchez Bañuelos, Fernando. 1996. "La valoración del deporte y la educación física y su relación con la practica del ejercicio físico orientado hacia la salud.", Autónoma de Madrid, Madrid.

Veyne, P., J.-P. Vernant, L. Dumont, P. Ricoeur, F. Dolto, F. Varela, y G. Percheron. 1990. *Sobre el Individuo*, Vol. 78. Barcelona [etc.]: Paidós.

DOCUMENTOS BASE

Arribas, S. (2005): La práctica de la actividad física y el deporte (PAFYD) en escolares de 15-18 años de Gipuzkoa: creencias sobre su utilidad y relación con la orientación motivacional, diversión y satisfacción. UPV/EHU. SERIE TESIS DOCTORALES.

Arribas, S., Arruza, J.A. y Gil de Montes, L. (2006): La práctica de actividad física y deporte en la población adulta de Gipuzkoa: Hábitos y datos comparativos. UPV/EHU.

Arruza, J.A. y Aldaz, J. (2007): Análisis y valoración de la práctica de actividad física y del deporte femenino en Gipuzkoa. Donostia. Grupo Iceberg, Asesoramiento Deportivo.

Arruza, J.A., Gil de Montes, L., Palacios, M. y Verde, A. (2007): Estudio sobre la participación en el Programa de Deporte Escolar de Gipuzkoa durante el Curso Escolar 05-06. IKERKI 05/30 UPV/EHU.

Arruza, J.A., Gil de Montes, L., Palacios, M. y Verde, A. (2006): Estudio sobre la participación en el Programa de Deporte Escolar de Gipuzkoa y su evolución. IKERKI 05/30 UPV/EHU.

Díez Mintegi, C. y Guisasola, R. (2002): Estudio de las causas del abandono de la práctica deportiva en las jóvenes de doce a dieciocho años y propuesta de intervención. PROYECTO "ITXASO". KIROLARTE.

INE (2004): Encuesta de empleo de tiempo 2002-2003. MADRID. INE.

Instituto de la Mujer (2006): Actitudes y Prácticas Deportivas de las Mujeres en España (1990-2005). Madrid. Instituto de la Mujer.

Gabinete de Prospecciones Sociológicas del Gobierno Vasco (2004): La población de la CAPV y el Deporte.

Elizondo, A., Martínez, E. Y Novo, A. (2005): Cifras sobre la situación de mujeres y hombres en Euskadi (2004). UPV/EHU.

Departamento de Sanidad (2004): Encuesta de Salud de la C.A. del País Vasco 2002. Vitoria-Gasteiz. Servicio Central de Publicaciones del Gobierno Vasco.

PÁGINAS WEB DE INTERES

www.deporteyciencia.com

www.deporteyciencia.com/wiki.pl?AEISAD

www.efdeportes.com

www.ehu.es/cinvidere

www.emakunde.es

www.ipaq.ki.se/

www.kirolbegi.net

www.kirolzerbitzua.net

www.mtas.es/mujer/

www.mujerydeporte.org

www.womenssportsfoundation.org/

www.wsf.org.uk/

www.melpomene.org/

www.womenshealth.gov/