

Vol. 5, No. 2 | 2025

ARJEAD

ARTÍCULO

Juicio Psicofísico en la Intención de Actividad Deportiva en
Estudiantes Universitarios

*Psychophysical Judgment in University Students' Intention to
Engage in Sports Activity*

Sebastián López Romero

Recepción: 15-03-2025 | Aceptación: 06-05-2025

Recepción: 15-03-2025 | Aceptación: 06-05-2025

Juicio Psicofísico en la Intención de Actividad Deportiva en Estudiantes Universitarios

Psychophysical Judgment in University Students' Intention to Engage in Sports Activity

Sebastián López Romero¹¹ Facultad de Psicología, Universidad Nacional Autónoma de México, Ciudad de México, México, batianoloro@gmail.com.

Resumen

Factores como la preferencia por espacios públicos o privados, el apoyo recibido y el nivel socioeconómico han sido previamente estudiados en relación con la práctica deportiva. Sin embargo, la Teoría de Integración de Información (TII) permite analizar la interacción de estas y otras variables en la toma de decisiones sobre la actividad física. El objetivo de la investigación consistió en evaluar el efecto del tipo de espacio utilizado, el apoyo académico recibido, el tipo de deporte, la exigencia física y el objetivo de la actividad en la disposición de estudiantes universitarios a realizar deporte. Se empleó un diseño de medidas repetidas y el procedimiento de valoración conjunta para identificar los factores determinantes de la práctica deportiva. La muestra estuvo conformada por 45 estudiantes universitarios (60% mujeres, edad promedio = 19.6 años, DE = 0.84), seleccionados por conveniencia. Se utilizó un ANOVA de medidas repetidas para analizar los efectos de las variables. Se encontraron efectos significativos en el objetivo de la actividad y el tipo de deporte en términos de exigencia física.

No obstante, el apoyo académico mostró un efecto altamente significativo [$F(2, 88) = 66.59, p < .001, \eta^2p = .602$], destacándose como la variable más influyente en la disposición a realizar deporte. El apoyo académico sobresale como el principal determinante en la decisión de practicar deporte. Estos hallazgos sugieren la necesidad de investigar cómo este factor puede utilizarse para fomentar la actividad física en entornos universitarios, promoviendo estrategias basadas en el refuerzo académico.

Palabras clave: Apoyo Académico, Decisión sobre actividad física, Juicio psicofísico, Práctica deportiva universitaria, Teoría de Integración de la Información.

Abstract

Factors such as preference for public or private spaces, received support, and socioeconomic level have been previously studied in relation to sports participation. However, Information Integration Theory (IIT) allows for the analysis of the interaction between these and other variables in decision-making regarding physical

activity. The aim of this research consists to evaluate the effect of the type of space used, academic support received, type of sport, physical demand, and purpose of activity on university students' willingness to engage in sports. A repeated-measures design and conjoint analysis procedure were used to identify key factors influencing sports participation. The sample consisted of 45 university students (60% women, mean age = 19.6 years, SD = 0.84), selected through convenience sampling. Repeated measures ANOVA was conducted to analyze the effects of the variables. Significant effects were found for the purpose of activity and type of sport in terms of physical demand. However, academic support showed a highly significant effect [$F(2, 88) = 66.59, p < .001, \eta^2p = .602$], emerging as the most influential factor in students' willingness to engage in sports. Academic support stands out as the primary determinant in the decision to practice sports. These findings highlight the need for further investigation into how this factor can be leveraged to promote physical activity in university settings, encouraging strategies based on academic reinforcement.

Keywords: Academic support, Decision-making in physical activity, Psychophysical judgment, University sports participation, Information Integration Theory

Introducción

Diversos estudios han analizado la influencia de factores como la preferencia por espacios públicos o privados, el apoyo recibido, el nivel socioeconómico, la comodidad de practicar un deporte individual o en equipo, y la percepción del riesgo asociado a la actividad de-

portiva. Sin embargo, no existen investigaciones que combinen y comparen estos elementos para identificar sus interacciones y relevancia relativa.

Álvarez et al. (2014) hacen mención acerca de algunos ámbitos de mejora señalados por los entrevistados, como lo pueden ser ayudas económicas, académicas, sanitarias y mejora en los espacios para la práctica deportiva, lo que contrasta con las variables que se consideran en esta investigación. A su vez se habla en la investigación de Cambronero et al. (2015) de los principales motivos por los que los universitarios practican alguna actividad físico-deportiva, donde se hablan de razones como: “porque me gusta estar en forma”, “para liberar energía y tensiones acumuladas durante el resto del día” y “por los beneficios que obtengo para la salud”. Esto sirve para corroborar la relevancia del tema de beneficios para la salud entre otros temas, sin embargo, no se suele evaluar la interacción del factor en conjunto con otros.

Por el lado de Moreno (2014) evaluó distintos factores de abandono deportivo, donde algunos de los considerados fueron “Falta de instalaciones”, “instalaciones inadecuadas” e “imposibilidad de formar equipo”, sin embargo, de nuevo estos factores no fueron considerados de manera que se relacionarán, solo individualmente. Heckel y colaboradores (2023) investigó y encontró relevancia sobre beneficios físicos y sociales en la realización de actividad física en distintas instalaciones dedicadas a esto.

Kilpatrick et al. (2005) encontraron que los motivos más valorados por los estudiantes para realizar ejercicio fueron la apariencia física y sobre todo la salud. Dentro del mismo ámbito acerca de la importancia de la salud, Blanco y sus colaboradores (2019) estudiaron barreras para la práctica de ejer-

cicio en universitarios, donde gracias a sus resultados concluyen el valorar las actividades físico-deportivas como factores positivos para la salud.

Por su parte Gómez et al. (2010) encontraron otras barreras como la falta de disponibilidad en cuanto a instalaciones cercanas y adecuadas para la práctica de actividades físicas y faltas de apoyo. Herrera (2023) midió por su parte factores asociados a los niveles de actividad física en estudiantes, donde concluyeron como importante el papel que tiene la actividad física dentro de la calidad de vida.

García y Rodríguez (2022) encontraron en su investigación sobre razones para la no práctica física-deportiva que los estudiantes no participaban en este tipo de actividades por dos factores principales, la falta de tiempo y la falta de interés. Stratakis y colaboradores (2025) en su análisis pre y post pandemia sobre actividad física encontraron relevancia significativa en la percepción que los estudiantes le daban al apoyo social para realizar actividad física (entre otros factores analizados).

Daskpan et al. (2006) también investigaron barreras para actividad física en estudiantes universitarios, sin embargo, ellos dentro de sus variables consideradas encontraron mucha significancia en afirmaciones que hacen referencia a faltas en cuanto al ánimo o energía para hacer ejercicio, lo cual, junto con el párrafo anterior, resalta la importancia de una educación mayor en cuanto a la percepción y los beneficios que conlleva la práctica de actividades físico-deportivas.

Chacón-Borrego y sus colaboradores (2017) por otro lado investigaron hacia la parte del uso de espacios públicos y privados para realizar deporte, donde encontraron diferencias en la pref-

erencia de estos, inclinándose más hacia la parte de espacios públicos que de otro tipo.

En 2023 INEGI mostró que el 60.9% de la población asiste a espacios públicos para realizar deporte. Con este dato puede asumirse que sería la preferencia mayoritaria un espacio público, sin embargo, en el mismo estudio se menciona que la población que asiste a lugares privados ha aumentado a partir de la pandemia, por lo que vale la pena estudiar el contraste de estos.

Vale la pena mencionar que se consideró la definición de la INEGI con respecto a “Actividades físico-deportivas” o “Deporte”, tomando en cuenta al Deporte como 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 (INEGI 2023).

Por otro lado, Brown y sus colaboradores (2024) en su revisión de estudios relacionados con las influencias claves a la actividad física deportiva encontraron que la actividad física es una manera eficaz para la mejoría de la salud física y mental, lo cual refuerza la importancia de este tipo de estudios en los últimos años. Ahsan y Abualait (2025) realizaron una revisión sistemática de estudios experimentales relacionados con actividad física y bienestar de estudiantes, donde si bien resaltan que pocos investigadores estudian esto, si se identifica una relación positiva entre estos dos factores.

Zhang et al. (2025) identificó por su parte que la inclusión de programas efectivos de educación física puede ayudar a reducir riesgos contra la salud como obesidad e inactividad física, resaltando de nuevo la importancia de este tema. Por

su parte Manninen (2022) basándose en la teoría de la Autodeterminación, encontró relevancia en el propósito que tienen la actividad física para la promoción y aumento de esta.

Relacionado con lo anterior identificado por Zhang, de acuerdo con Alkhawaldeh y sus colaboradores (2024), en su investigación de barreras y beneficios de la actividad física en estudiantes universitarios, encontró que el peso corporal esta directamente relacionado con la actividad física de estudiantes universitarios, lo cual en su misma investigación menciona que tiene relación con lo mencionado por Al-Baho et al. en 2016, donde este último investigó lo mismo en personas adultas, llegando a resultados similares.

Reforzando aún más la relevancia actual del tema, Choi et al. (2024) encontró que, en los últimos años, la actividad física en estudiantes se había revisado más en estudiantes de primaria y secundaria, encontrando así un área de oportunidad en la investigación con universitarios.

Para resaltar la importancia de la realización de actividades físico-deportivas Flores y González (2022) recalcan la importancia de introducir actividad física adecuada, periódica, programada y bien prescrita, como una herramienta básica para conseguir y preservar la salud. De igual manera González y Martines (2022) encontraron asociación entre el rendimiento escolar y el tiempo dedicado a la actividad física o deporte y destacaron la importancia de realizar la misma por lo menos cuatro días a la semana por treinta minutos, lo que respalda la relevancia del tema y la identificación de diferentes variables que apoyan a realizar deporte.

La Teoría de la Integración de la Información (TII) propuesta por Norman H. Anderson

(1996, 2008, 2012, 2013) sostiene que las personas combinan diferentes fragmentos de información, realizando juicios los cuales se integran para tomar decisiones o emitir juicios, donde algunos de los factores considerados son los estímulos externos o la valoración psicológica personal que se le da a estos (Muñoz et al., 2017). En el contexto de esta investigación, se utilizará para analizar cómo los individuos ponderan factores como la preferencia de espacios, el apoyo recibido y la percepción de riesgo al decidir si participar en actividades deportivas.

El concepto de juicios psicofísicos proveniente de Anderson (1996, 2008, 2012, 2013) como ya se mencionó, consiste en la combinación de factores dándoles un “valor” para decidir con base a esto una premisa, un ejemplo para entender esto es lo siguiente: “Tienes que elegir un restaurante para cenar, hay uno que tiene una buena calificación en internet, otro que queda a 25 minutos de donde estás caminando, y otro donde el precio por persona es de \$350 pesos.” Bajo esta premisa se podría decidir a que lugar ir con base en las diferentes características mencionadas, el juicio psicofísico aplicaría en esto mismo, una persona podría darle más importancia a lo rápido que puedes llegar al lugar en comparación con la calificación de internet y, por lo tanto, este lugar sería mejor y se decidiría ir al primero mencionado, ejerciendo un juicio que no se basa en un aspecto tangible en el momento de tomar la decisión.

Con base en lo anterior, se consideró como objetivo principal evaluar el efecto del tipo de espacio utilizado, el apoyo académico recibido, el tipo de deporte, la exigencia física y el objetivo de la actividad en la disposición de estudiantes universitarios a realizar deporte. Asimismo, aplicarse

un análisis de clúster para identificar perfiles de estudiantes con patrones similares en su disposición hacia la actividad deportiva, con el fin de diseñar estrategias diferenciadas que fomenten la participación en el deporte universitario.

Método

Diseño de Investigación

Se empleó un diseño de medidas repetidas 3x2x2x2x2 seleccionado para evaluar la influencia de distintos factores en la probabilidad de práctica deportiva, utilizando un muestreo no probabilístico por conveniencia, debido a la accesibilidad de los participantes, la facilitación de un grupo de estudiantes para la aplicación del instrumento y por la naturaleza exploratoria del estudio. Aunque este tipo de muestreo puede limitar la generalización de los resultados, permite evaluar tendencias dentro de la población estudiada.

Características de la muestra

Participantes: Se calculó el tamaño de la muestra con el software G*Power V 3.1.9.7. Los parámetros ingresados fueron: tamaño del efecto $f = 0.1$; $\alpha = 0.05$; poder estadístico $(1-\beta) = 0.95$; número de grupos = 1; número de medidas repetidas = 48; correlación entre medidas = 0.5 y corrección de esfericidad = 0.75. Así, se determinó una muestra de 45 participantes para obtener un poder estadístico de 0.95, de los cuales se incluyeron personas de tercero, quinto y séptimo semestre de la Facultad de Psicología, UNAM.

Se utilizó el criterio de inclusión el pertenecer a la Facultad de Psicología de la UNAM y cursar la licenciatura en Psicología, tener una edad entre los 18 y 25 años y no presentar restricciones médicas que impidieran la práctica deportiva. Por

otro lado, como criterios de exclusión se consideraron haber participado previamente en estudios similares relacionados con TII y contar con experiencia profesional en deportes o recibir becas deportivas, ya que esto podría influir en la percepción de los escenarios experimentales.

Instrumentos

Se contó con un Formulario de Google donde se pidió datos del participante como su nombre, su edad, el sexo con el que se identifique. Posteriormente se agregó un apartado donde se debió adjuntar un consentimiento informado para seguir con los lineamientos éticos, asegurándose de que el participante conociera los propósitos de la investigación.

En un apartado siguiente del formulario de Google se dio las instrucciones pertinentes ofreciendo un ejemplo del cómo se deberá responder las preguntas. Junto a esto se dieron tres enunciados de ejemplo, siendo uno de estos:” ¿Qué tan probable sería que realizaras un deporte tomando en cuenta que tendrías un apoyo monetario con becas, que el deporte sería individual y que lo realizarías en un espacio público? Considera que tu respuesta la debes de cuantificar en una escala del 1 al 10 donde 1 es MUY POCO probable que realices el deporte bajo las consideraciones dadas, y 10 que es MUY probable que realices el deporte bajo las mismas consideraciones, si tienes alguna duda al respecto y consideras necesaria una aclaración informa al encargado del formulario presente.”

Para finalizar siguió la sección de los escenarios que sí se tomaron en cuenta para la investigación. Cabe mencionar que los escenarios planteados para la habituación del instrumento en la parte de ejemplos, y los tomados en cuenta para la investigación, fueron aclarados como escenar-

ios completamente hipotéticos, esto con la finalidad de buscar respuestas verdaderas que no generarán algún tipo de incomodidad al participante. Al término de las respuestas de todos los escenarios propuestos se dio un agradecimiento y se informó sobre un contacto para dudas y comentarios. Para evaluar la validez del instrumento, se realizó una

prueba piloto con 10 participantes, obteniendo un índice de confiabilidad Alpha de Cronbach de .86, lo que indicó una alta consistencia interna.

Los enunciados que se utilizaron fueron oraciones donde se combinaron los 11 niveles que salen de las 5 variables de:

Tabla 1

Variables y niveles.

Variables	Combinaciones del diseño factorial	Medidas repetidas
Apoyo Académico	3 tipos de apoyo (Beca monetaria, Beca alimenticia, Nulo apoyo)	48
Espacio Empleado	2 tipos de espacio (Público, Privado)	
Tipo de deporte (Integrantes)	2 tipos (Deporte en equipo, Deporte individual)	
Tipo de deporte (“Exigencia física”)	2 tipos (Deporte de contacto físico) Deporte con poco o nulo contacto físico)	
Objetivo de realización	2 tipos de objetivo (Objetivo recreativo, Para mejorar salud física)	

Nota. Variables y niveles de los mismos resultados en un diseño de medidas repetidas 3 x 2 x 2 x 2 x 2.

Las oraciones que se utilizaron fueron presentadas a los participantes de manera aleatoria para cada caso. Las oraciones posibles que se podían generar con estas variables y niveles fueron un total de 48 siendo un ejemplo de estas es el siguiente:

“¿Qué tan probable sería que realizarás un deporte tomando en cuenta que el espacio donde lo harías sería público, que tendrías un nulo apoyo académico, que sería un deporte individual, que sería un deporte con poco o nulo contacto físico y que tu objetivo principal sería la realización del deporte para mejorar tu salud personal?”

Procedimiento

Se contactó a los participantes de manera directa y se agendaron sesiones individuales en un aula designada para la investigación. Antes de la aplicación, se explicó detalladamente el consentimiento informado y se resolvieron dudas. Durante

la sesión, los participantes completaron el cuestionario en un tiempo promedio de 30 minutos, bajo la supervisión del investigador, quien permaneció disponible para dar aclaraciones. Para evitar efectos de orden, los reactivos se presentaron en un orden aleatorizado para cada uno de los participantes.

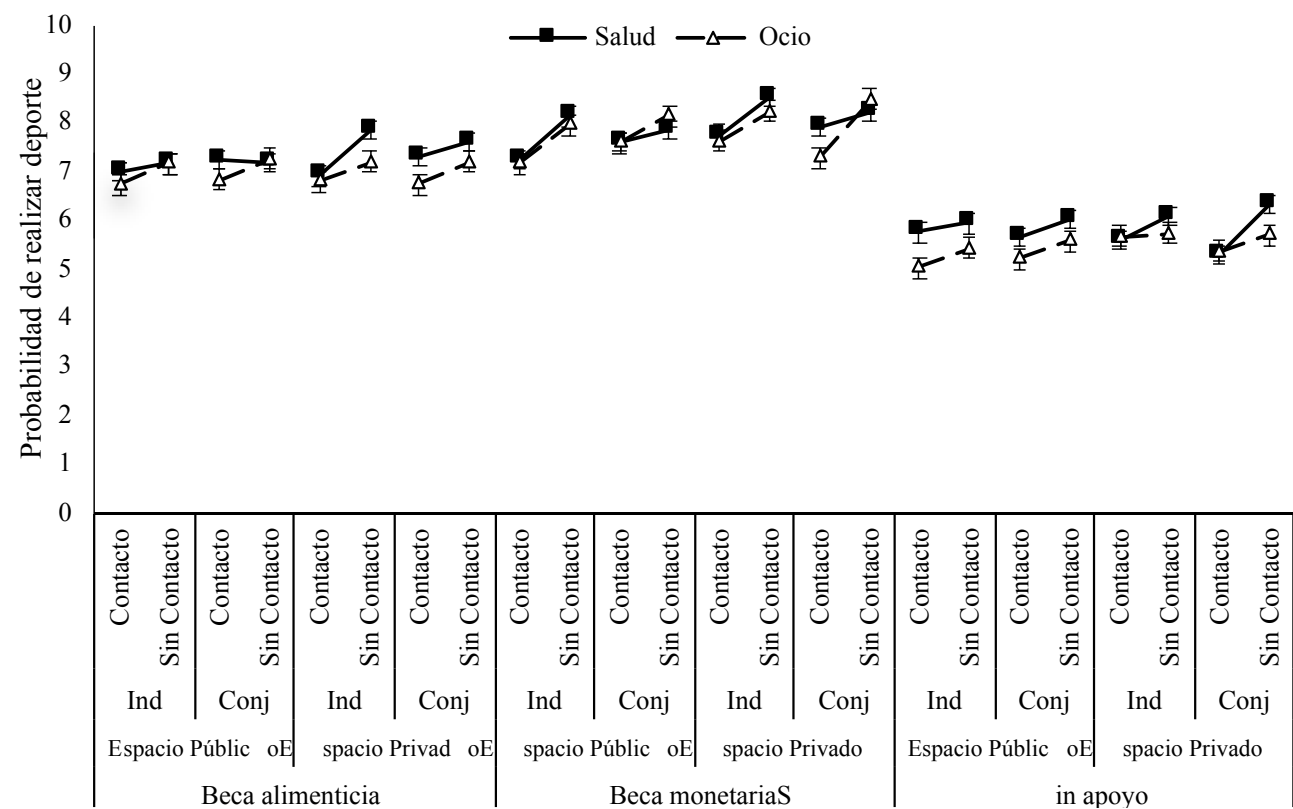
Apego a lineamientos éticos

Todos los lineamientos éticos pertinentes fueron seguidos con precaución y sumo apego gracias a la aprobación del Comité de Ética de Investigación de la Facultad de Psicología de la Universidad Nacional Autónoma de México, con el oficio número FPCE_15092021_H_AC. La aclaración del contenido, junto con el propósito de la investigación a los participantes se dio en el momento previo de la realización de los cuestionarios gracias a un consentimiento informado siguiendo la norma 8.02 establecida en *Principios éticos de los*

psicólogos y código de conducta (American Psychological Association, 2017). Este se entregó en físico junto con una explicación más al inicio del cuestionario para acreditar la participación completamente voluntaria. Por otro lado, no se ofreció ningún incentivo para la participación en el presente estudio, apegándose al lineamiento 8.06. Cabe recalcar que los datos obtenidos fueron utilizados única y exclusivamente con fines de investigación y en caso de hacerse públicos no se incluirán datos personales de los participantes, siendo estos almacenados en una base de datos de Excel 2024.

Resultados

Figura 1
Análisis y representación de datos considerando todos los participantes.



Plan de Análisis de Datos

Se utilizó el software Jamovi en su versión 2.5 (The Jamovi Project, 2024). Se realizó un Análisis de Varianza de Medidas Repetidas (ANOVA-MR) para encontrar el impacto individual e interactivo de los factores, de manera que se pudiera inferir la regla de interacción de información subyacente según la TII. Además, se calculó el tamaño del efecto de cada factor mediante el parámetro de Eta cuadrado parcial y se realizó un Análisis por Conglomerados Jerárquico mediante la paquetería snowCluster en su versión 7.1.7 para determinar si existieron distintas reglas de integración dentro de la muestra

Figura 1. Análisis y representación de datos considerando todos los participantes.

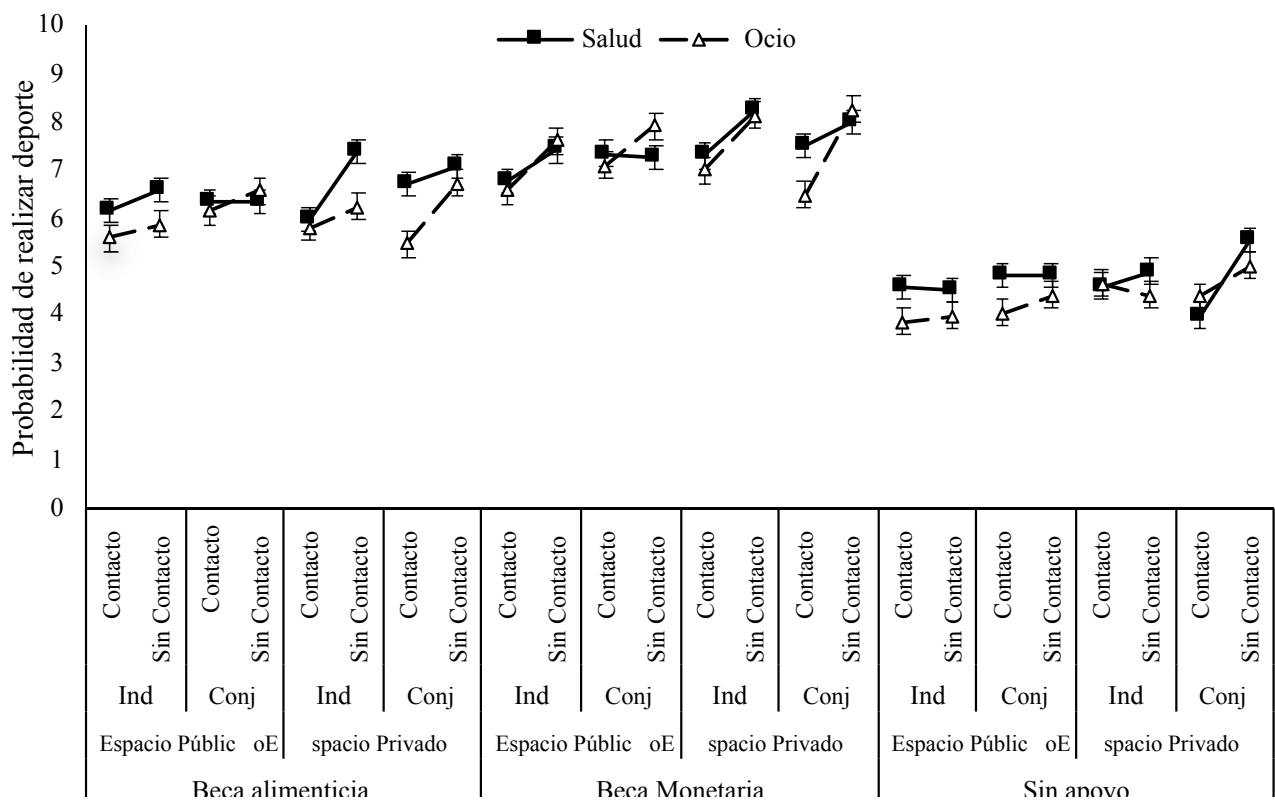
Los resultados obtenidos al final correspondieron con los calculados gracias al software G*Power, siendo estos 45 los cuales se obtuvieron de estudiantes universitarios mencionados de la Facultad de Psicología, de los cuales la media de edad fue de 19.6 años (DE= .84), en un rango entre los 18 y 25 años y del total de la muestra el 60% fueron mujeres y el resto, 40%, fueron hombres.

En el primer análisis realizado con el software Jamovi versión 2.38 aplicando un ANOVA de Medidas Repetidas, se identificó significancia en

tres factores independientes y un factor en conjunto. Estos resultados son observables en la Figura 1, donde se ilustró principalmente la importancia del factor de Apoyo académico.

Los factores individuales fueron Apoyo académico con valores de (F (2, 88) = 66.59, p < .001, η^2p = .602), el Tipo de deporte en cuanto a exigencia física (F (1, 44) = 4.15, p= 0.048, η^2p = .086) y el Objetivo de realización (F (1, 44) = 5.74, p= 0.021, η^2p = .116). Por otro lado, la interacción de factores en conjunto fue la denominada como Tipo de espacio empleado * Apoyo académico * Objetivo de realización, la cual tuvo valores de (F (2, 88) = 5.26, p= 0.007, η^2p = .107).

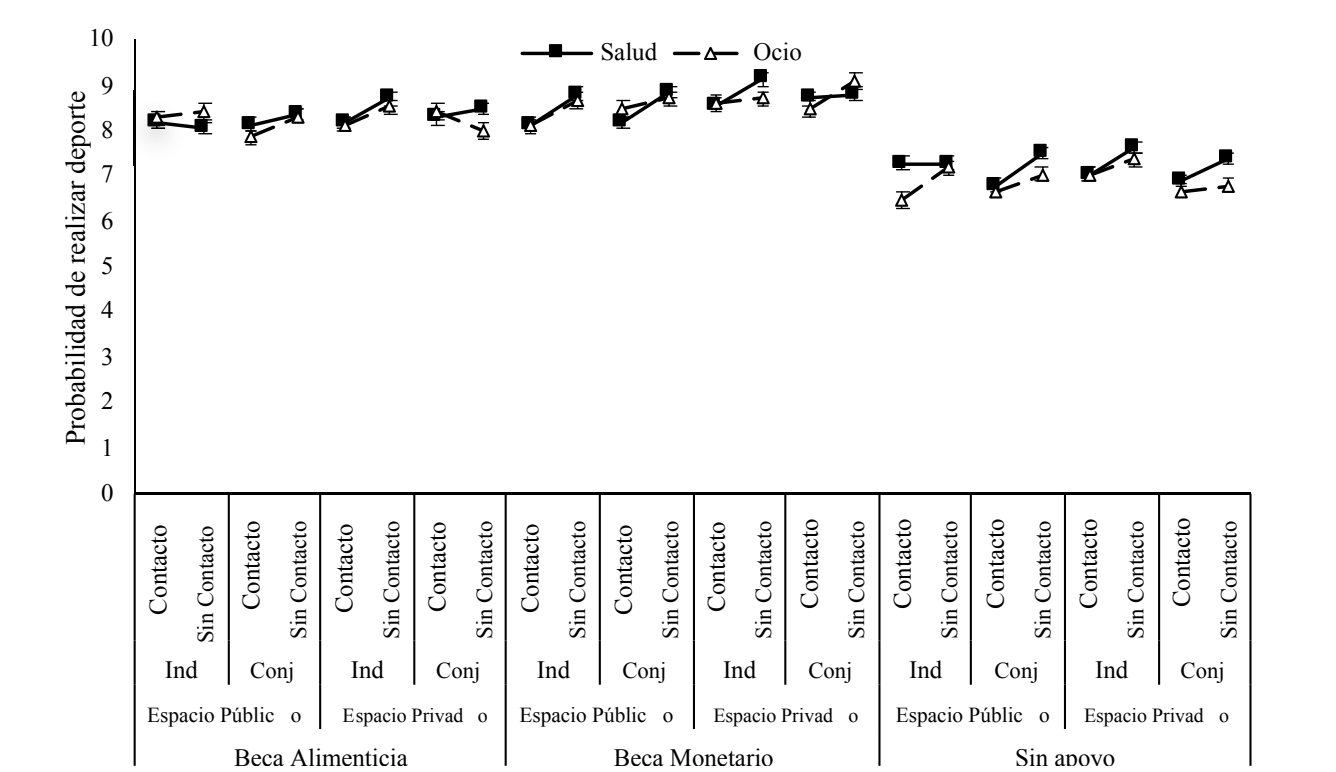
Figura 2
Análisis y representación de datos considerando solo el clúster número uno (subgrupo 1) del total de los participantes.



Posterior al análisis de medidas repetidas se pasó a un análisis de Conglomerados Jerárquicos con la finalidad de encontrar subgrupos dentro del total de la muestra que fueran conformados por participantes con una tendencia similar al responder. Gracias a esto se identificaron dos subgrupos, donde el primero ilustrado en la Figura 2, mostró a simple vista una tendencia de respuestas acercada a la vista en el análisis general con medidas repetidas,

sin embargo al momento de la revisión de los datos y la aplicación de un ANOVA-MR para el subgrupo, se encontró significancia en un solo factor, el cual es Apoyo académico, con valores de $(F(2, 44) = 42.13, p < .001, \eta^2p = .657)$ y en la misma interacción de factores que se observó en el análisis general, Tipo de espacio empleado * Apoyo académico * Objetivo de realización con valores de $(F(1, 22) = 8.26, p = .009, \eta^2p = .273)$.

Figura 3
Análisis y representación de datos considerando solo el clúster número dos (subgrupo 2) del total de los participantes.



Por su parte en el subgrupo número 2, observable en la Figura 3, permitió ver de manera general una tendencia más alta a la respuesta positiva de sí realizar el deporte bajo las distintas combinaciones de factores, aún sin un tipo de Apoyo académico. Aunque ya en el análisis de los resultados aplicado como en el anterior subgrupo, se da a conocer que este mismo factor de

Apoyo académico mantuvo su significancia con valores de $(F(2, 40) = 47.56, p < .001, \eta^2p = .704)$. Sumado a este factor se encontró una nueva interacción de factores con significancia como lo son Tipo de espacio empleado * Tipo de deporte (integrantes) * Tipo de deporte (exigencia física) con los valores de $(F(1, 20) = 4.45, p = .048, \eta^2p = .182)$.

Discusión

Gracias a lo visto en los resultados, se destaca la comprobación parcial del objetivo de investigación. El análisis de los mismos muestra a nivel general una significancia en tres de los cinco factores, siendo estos apoyo académico, tipo de deporte en cuanto exigencia física y objetivo de realización, donde el factor de apoyo académico se destacaba por su significancia de $p < .001$, dado que esta es la significancia más alta que se puede encontrar, este dato nos diría que los estudiantes universitarios tienen la percepción de una alta necesidad de un apoyo académico para decidirse a realizar un deporte. Esta afirmación se comprueba gracias a los resultados del análisis más detallado por Conglomerados donde aparecieron los subgrupos, debido a que la significancia de los tres factores anteriores se mantenía sólo en la parte de apoyo académico, aún con un valor de $p < .001$, por lo que la suposición anterior podría quedar comprobada.

Por otro lado, se observó significancia en la interacción de los factores de Tipo de espacio empleado * Apoyo académico * Objetivo de realización, esto dentro del análisis general de ANOVA-MR y para el primer subgrupo al realizar la separación. Por su parte en el segundo subgrupo encontrado se observó significancia en la interacción de Tipo de espacio empleado * Tipo de deporte (integrantes) * Tipo de deporte (exigencia física), lo cual, analizándolo con la interacción anterior, observamos la repetición del factor de Tipo de espacio empleado, lo que sería importante analizar a mayor profundidad para verificar si el tipo de instalaciones, o la calidad de estas también son un factor importante para este tipo de decisiones.

Congruencias con Estudios Previos

Los resultados encontrados en el presente estudio son congruentes principalmente con estudios anteriores como el de Álvarez P. (2014) y sus colaboradores cuando menciona ámbitos de mejora reportados por los estudiantes participantes en su estudio, destacando lo dicho sobre la mejoría en ámbitos económicos y académicos, comparándose con lo encontrado sobre la percepción de la importancia tan alta del Apoyo académico encontrada. A su vez existe congruencia con lo dicho por Cambronero et al. (2015), debido a que encontró que una de las principales razones por las que los universitarios practican actividades deportivas es por los beneficios que esto puede darle a su salud, lo que contrasta con lo reportado acerca del Objetivo de realización.

Por su parte lo reportado por la INEGI acerca del incremento de personas que podrían estar prefiriendo un espacio privado se ve reflejado en este estudio, gracias a que se observó una pequeña tendencia a contestar más cercano al “Muy probable” con respecto a realizar el deporte cuando se hacía en un espacio privado. Del lado de Moreno (2014) encontramos una similitud en lo reportado acerca de Tipo de espacio empleado * Tipo de deporte (integrantes) * Tipo de deporte (exigencia física), ya que reportó importancia en factores como instalaciones inadecuadas, que podría relacionarse de nuevo con el Tipo de espacio empleado, o en la imposibilidad de formar equipo lo que estaría directamente relacionado con el factor de Tipo de deporte en cuanto integrantes.

Con base en lo anterior, se concluye considerar que el apoyo factor determinante (Apoyo

Académico) en especial en el ámbito monetario, podría influenciar e impulsar a los universitarios a realizar con mayor facilidad un deporte que permita complementar la mejoría en su salud personal.

Investigaciones a Futuro

Para futuras investigaciones se considera fundamental la delimitación de una población representativa, proponiendo realizar una muestra con el criterio de inclusión de realizar un deporte regularmente para la aplicación de los distintos instrumentos, esto para no tener problemas en cuanto al compromiso tanto de los participantes al momento de responder las preguntas, como el compromiso personal y la predisposición para realizar o no un deporte. Se recomienda a su vez prestar atención en lo reportado acerca de los Tipos de espacios empleados y profundizar en ellos para abordar, como se mencionó antes, la calidad del servicio ofrecido o el tipo de instalaciones, para ver si existe una significancia importante a tomar en cuenta en esta área. De igual manera podría realizarse una búsqueda de nuevos factores que pudieran influenciar esta misma decisión para contrastarlos con los encontrados con significancia en este estudio, como lo podrían ser factores con un enfoque más cercano a la percepción psicológica acerca de la salud mental, el rendimiento académico y la percepción de bienestar, para así apoyar toda esta cadena de nuevos factores que pudiera encontrarse, junto con el Apoyo académico, y seguir fomentando el deporte en la población universitaria.

La propuesta anterior podría realizarse con un estudio longitudinal, para evaluar si el efecto o la importancia de factores como el mismo Apoyo académico, se mantienen con el tiempo o por el contrario, la motivación que dan estos factores dis-

minuye después de recibir el beneficio y si pasa esto, medir el tiempo en el que sucede. De igual manera un enfoque cualitativo podría ayudar en esta misma práctica gracias al acercamiento más directo y sincero con los estudiantes en este caso, con recursos como entrevistas para explorar mejor la percepción de cada uno y construir afirmaciones aún más precisas sobre la importancia para cada factor elegido.

Principales contribuciones

Como se mencionó en la introducción, esta investigación sirve para analizar factores que si bien en estudios previos se habían evaluado, no se consideraban de manera conjunta para poder encontrar los factores con una mayor importancia dentro de los seleccionados y así, si bien no descartar completamente, prestar un mayor atención en los percibidos como destacados por los universitarios para incrementar la participación de los mismos en deportes abordando los temas o áreas genuinamente importantes para ellos.

Por último, hacer notar la importancia del tipo de análisis por Clústeres o Conglomerados, es vital debido a que estudios con esta práctica permiten como se mencionó en los resultados, hacer un análisis más preciso identificando no sólo tendencias de respuestas similares, lo cual ayudaría a identificar de ser necesario sesgos o incongruencias, también permitiendo identificar de manera más precisa comportamientos o respuestas inadecuadas que obstruyan en el análisis de los datos. Además, se propone el integrar este tipo de acercamiento y análisis a futuras investigaciones en el área educativa y deportiva, para poder tener acercamientos más adecuados e incluso personalizados a los diferentes subgrupos que pueden aparecer en

las muestras teniendo en cuenta las diferencias individuales y grupales para mejores propuestas en cuanto a las resoluciones de los problemas.

Referencias

- Ahsan, M., Abualait, T. (2025). *Investigation of the relationship between mental health and physical activity among university students*. *Frontiers in Psychology*, 15, 1546002. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2024.1546002>
- Al-Baho A. K., Al-Naar A., Al-Shuaib H., Panicker J. K., Gaber S. (2016). Levels of physical activity among Kuwaiti adults and perceived barriers. *The Open Public Health Journal*, 9(1), 77–87. <https://doi.org/10.2174/187494450160901007>
- Alhroub, N. (2024). University students' physical activity: Perceived barriers and benefits to physical activity and its contributing factors. *SAGE Open Nursing*, 10, 23779608241240490. <https://doi.org/10.1177/23779608241240490>
- Alkhawaldeh, A., Abdalrahim, A., ALBashtawy, M., Ayed, A., Al Omari, O., ALBashtawy, S., Suliman, M., Oweidat, I. A., Khatatbeh, H., Alkhawaldeh, H., Al Dameery, K., Alsaraireh, M., & Alhroub, N. (2024). University students' physical activity: Perceived barriers and benefits to physical activity and its contributing factors. *SAGE Open Nursing*, 10, 23779608241240490. <https://doi.org/10.1177/23779608241240490>
- Álvarez, P., Hernández, A., López, D. (2014). Análisis de la compleja relación entre los estudios universitarios y la práctica deportiva de alto rendimiento. *Revista de Psicología del Deporte*, 29(1), 71-82.
- Anderson, N. (1996). *A Functional Theory of Cognition* (L. E. B. Associates, Ed.; 1st ed.). Psychology Press. <https://doi.org/10.4324/9781315805924>
- Anderson, N. (2008). *Unified Social Cognition*. Psychology Press. <https://doi.org/10.4324/9780203837634>
- Anderson, N. (2012). *Moral Science*. Self-Published. <https://psychology.ucsd.edu/people/profiles/nanderson.html>
- Anderson, N. H. (2013). Unified Psychology Based on Three Laws of Information Integration. *Review of General Psychology*, 17(2), 125-132. <https://doi.org/10.1037/a0032921>
- Blanco Ornelas, J. R., Soto Valenzuela, M. C., Nájera Longoria, R. J., Mondaca Fernández, F., & Jurado García, P. J. (2019). Barreras para la práctica de ejercicio físico en universitarios mexicanos deportistas y no deportistas. *Educación Física y Ciencia*, 21(3), e087. <https://doi.org/10.24215/23142561e087>
- Brown, C. E. B., Richardson, K., Halil-Pizzirani, B., Atkins, L., Yücel, M., & Segrave, R. A. (2024). Key influences on university students' physical activity: A systematic review using the Theoretical Domains Framework and the COM-B model of human behaviour. *BMC Public Health*, 24, 418. <https://doi.org/10.1186/s12889-023-17621-4>
- Cambronero, M., Blasco, J. E., Chiner, E., & Lucas-Cuevas, Á. G. (2019). Motivos de participación de los estudiantes universitarios en actividades físico-deportivas. *Revista de Educación Física y Deportes*, 48(2), 23-36.
- Chacón-Borrego, F., Corral-Pernía, J. A., & Uba-

- go-Jiménez, J. L. (2017). Uso de espacios públicos para la práctica de actividad física: Influencia de variables sociodemográficas en personas adultas. *Journal of Sports Economics & Management*.
- Choi, S. M., Wang, F.-J., Sum, R. K. W., Ching, B. H. H., Leung, E. F. L., & Ho, R. W. K. (2024). The motivational impact of sport education model on daily physical activity levels among university students: A mediation analysis. *Scientific Reports*, 14, 27964. <https://doi.org/10.1038/s41598-024-78446-8>
- Daskapan, A., Tuzun, E. H., & Eker, L. (2006). Perceived barriers to physical activity in university students. *Journal of Sports Science and Medicine*, 5(4), 615-620. Recuperado de <https://www.jssm.org/volume05/iss4/cap/jssm-05-615.pdf>
- Flores, M. A., & González, S. G. (2022). La práctica de la actividad física en universitarios: Un estudio sobre la importancia en la salud mental. *Estudios sobre Educación Física y Deportes*, 12(45), 123-135. <https://doi.org/10.22201/fesz.20075502e.2022.12.45.84862>
- Fruchart, E., & Kpanake, L. (2021). Functional measurement and information integration theory: An applied psychology. *European Review of Applied Psychology*, 71, 100735. <https://doi.org/10.1016/j.erap.2021.100735>
- García, J. R., & Rodríguez, A. M. (2022). Factores relacionados con la actividad física en estudiantes universitarios: Un estudio de los determinantes sociodemográficos y de acceso. *Pensar la Movilidad*, 18(2), 37-50. <https://doi.org/10.15517/pensarmov.v18i2.40531>
- Gómez-López, M., Gallegos, A. G., & Extremera, A. B. (2010). Perceived barriers by university students in the practice of physical activities. *Journal of Sports Science and Medicine*, 9(3), 374-381. Recuperado de <https://www.jssm.org/volume09/iss3/cap/jssm-09-374.pdf>
- González, A. J., & Martínez, E. S. (2022). Actividad física y su impacto en el bienestar de los estudiantes universitarios: Un análisis desde la perspectiva de la salud pública. *Revista Internacional de Educación y Desarrollo*, 12(23), 67-80. <https://doi.org/10.23913/ride.v12i23.1030>
- Heckel, L., Eime, R., Karg, A., McDonald, H., Yeomans, C., & O'Boyle, I. (2023). A systematic review of the wellbeing benefits of being active through leisure and fitness centres. *Leisure Studies*, 43(4), 545-561. <https://doi.org/10.1080/02614367.2023.2243654>
- Herrera Mendoza, L. R. (2023). Factores asociados a los niveles de actividad física en estudiantes universitarios: revisión sistemática. GADE: *Revista Científica*, 3(2), 1-18. Recuperado a partir de <https://revista.redgade.com/index.php/Gade/article/view/210>
- Instituto Nacional de Estadística y Geografía (INEGI). (2023). *Módulo de Práctica Deportiva y Ejercicio Físico 2023*. <https://www.inegi.org.mx/programas/moprade/>
- Kilpatrick, M., Hebert, E., & Bartholomew, J. (2005). College students' motivation for physical activity: Differentiating men's and women's motives for sport participation and exercise. *Journal of American College Health*, 54(2), 87-94. <https://doi.org/10.3200/JACH.54.2.87-94>
- Manninen, M., Dishman, R. K., Hwang, Y., Margum, E., Deng, Y., & Yli-Piipari, S. (2022). Self-determination theory based instructional interventions and motivational regulations in organized physical activity: A systematic review and multivariate meta-analysis. *Psychology of Sport and Exercise*, 62, 102248. <https://doi.org/10.1016/j.psychsport.2022.102248>
- Moreno Latorre, S. (2014). *Factores que influyen en la práctica deportiva y causas de abandono deportivo de la población adolescente* [Trabajo de fin de grado, Universidad de Zaragoza]. Repositorio Zaguán. <https://zaguan.unizar.es>
- Muñoz, M., López, W., y Pineda, C. (2017). *Conceptos básicos de la Teoría Funcional de la Cognición y algunas de sus aplicaciones*. Universitas Psychologica, 16(1), 1-22. <http://dx.doi.org/10.11144/Javeriana.upsy16-1.cbtf>
- Stratakis, K., Todorovic, J., Mirkovic, M., Nešić, D., Tešanović, T., & Terzić-Šupić, Z. (2025). Examination of factors associated with physical activity among medical students pre and post-COVID-19 in Serbia. *Scientific Reports*, 15, 90544. <https://doi.org/10.1038/s41598-025-90544-9>
- The jamovi project (2024). jamovi (version 2.5) [Computer Software]. Retrieved from <https://www.jamovi.org>.
- Zhang, L., Zhong, T., Dong, K. (2025). *University-based physical education as a structured temporal and social environment for promoting active lifestyles: A pilot study*. Frontiers in Public Health. <https://doi.org/10.3389/fpubh.2025.1597480>