



ORIGINAL

## Capacidad aeróbica, estado de peso y autoconcepto en escolares de primaria



Arancha Gálvez Casas<sup>a</sup>, Pedro Luis Rodríguez García<sup>a</sup>, Andrés Rosa Guillamón<sup>a</sup>,  
Eliseo García-Cantó<sup>a</sup>, Juan José Pérez Soto<sup>a</sup>, Pedro Tárraga López<sup>b,\*</sup>  
y Loreto Tárraga Marcos<sup>b</sup>

<sup>a</sup> Departamento de Educación Física, Facultad de Educación, Universidad de Murcia, Murcia, España

<sup>b</sup> Departamento de Ciencias Biomédicas, Facultad de Medicina, Universidad de Castilla-La Mancha, Albacete, España

Recibido el 10 de septiembre de 2015; aceptado el 3 de octubre de 2015

Disponible en Internet el 21 de noviembre de 2015

### PALABRAS CLAVE

Autoconcepto;  
Capacidad aeróbica;  
Obesidad;  
Índice de masa corporal;  
Escolares

### Resumen

**Objetivos:** Analizar la relación del autoconcepto con la capacidad aeróbica y el estado de peso corporal en escolares.

**Material y método:** Diseño descriptivo relacional donde se valoró la composición corporal y la capacidad aeróbica de 256 escolares de 8-11 años. La capacidad aeróbica (baja vs. alta) y el índice de masa corporal (normopeso vs. sobrepeso-obesidad) fueron categorizados usando criterios estándar. El autoconcepto fue evaluado mediante la escala de autoconcepto para niños de Piers Harris.

**Resultados:** Los escolares con normopeso y nivel alto de forma física presentaron un mejor nivel de autoconcepto conductual ( $p=0,030$ ), físico ( $p<0,001$ ), falta de ansiedad ( $p=0,048$ ) y autoconcepto global ( $p=0,002$ ). Los escolares con normopeso mostraron niveles superiores de autoconcepto conductual ( $p=0,016$ ), intelectual ( $p=0,050$ ), físico ( $p<0,001$ ), satisfacción vital ( $p=0,036$ ) y autoconcepto global ( $p=0,001$ ). Los escolares con un nivel más alto de forma física presentaron un mejor autoconcepto conductual ( $p=0,024$ ), físico ( $p=0,004$ ), falta de ansiedad ( $p=0,011$ ), social ( $p=0,024$ ) y global ( $p=0,003$ ).

**Conclusiones:** Los resultados del estudio refuerzan la importancia de difundir entre la comunidad educativa el conocimiento de las relaciones entre las variables analizadas con la finalidad de mejorar el autoconcepto de los escolares.

© 2015 Sociedad Española de Arteriosclerosis. Publicado por Elsevier España, S.L.U. Todos los derechos reservados.

\* Autor para correspondencia.

Correo electrónico: [pedrojuan.tarraga@uclm.es](mailto:pedrojuan.tarraga@uclm.es) (P. Tárraga López).

**KEYWORDS**

Self-concept;  
Aerobic capacity;  
Obesity;  
Body mass index;  
School children

**Aerobic capacity, weight status and self-concept in schoolchildren****Abstract**

*Objetives:* To analyze the relationship between self-concept, aerobic capacity and weight status in schoolchildren.

*Material and method:* Relational descriptive design in which was assessed the weight status and aerobic capacity of 256 schoolchildren among 8-11 years. Aerobic capacity (low vs high) and the body mass index (normal-weight vs overweight-obesity) were categorized using standard criteria. The self-concept was assessed through the Piers Harris self-concept scale for children. *Results:* Schoolchildren with normal-weight and high fitness level showed better levels of conductual self-concept ( $P = .030$ ), physical ( $P < .001$ ), lack of anxiety ( $P = .048$ ), and global self-concept ( $P = .002$ ). The schoolchildren with normal-weight show higher levels of conductual self-concept ( $P = .016$ ), intellectual ( $P = .050$ ), physical ( $P < .001$ ), life satisfaction ( $P = .036$ ), and global self-concept ( $P = .001$ ). The schoolchildren with a higher fitness level showed better conductual self-concept ( $P = .024$ ), physical ( $P = .004$ ), lack of anxiety ( $P = .011$ ), social ( $P = .024$ ), and global ( $P = .003$ ).

*Conclusions:* The results of the study strengthen the importance to transmit to the educative community the knowledge of the relationship between the variables analyzed aiming to improve the schoolchildren self-concept.

© 2015 Sociedad Española de Arteriosclerosis. Published by Elsevier España, S.L.U. All rights reserved.

**Introducción**

El autoconcepto es uno de los constructos psicológicos más analizados en relación con la actividad física y el deporte, por tratarse de uno de los indicadores más relevantes en el desarrollo de la personalidad y el bienestar psicosocial<sup>1,2</sup>. El autoconcepto se refiere a los descriptores que un sujeto utiliza para evaluar su comportamiento y forma de ser, relacionados con la apariencia y los atributos físicos, patrones de comportamiento social y aspectos emocionales<sup>3</sup>. Recientes investigaciones han demostrado en personas jóvenes la relevancia del autoconcepto como predictor de diversos trastornos de tipo psicosocial, tales como estrés<sup>4</sup>, depresión<sup>5</sup>, conductas antisociales y delictivas<sup>6</sup>, síntomas psicopatológicos<sup>7</sup> e, incluso, tentativas de suicidio<sup>8</sup>. La construcción equilibrada del autoconcepto depende, en gran medida, de un desarrollo positivo de las distintas dimensiones que conforman la percepción y valoración que un individuo tiene sobre sí mismo. Estas dimensiones son la conductual, la intelectual, el estado de ansiedad, las relaciones sociales y la satisfacción vital o física<sup>9</sup>.

En la actualidad, el ejercicio físico practicado de manera habitual y en la forma apropiada es una de las mejores estrategias disponibles para favorecer un óptimo desarrollo del autoconcepto. Concretamente, el nivel de capacidad aeróbica constituye una medida objetiva del nivel de práctica física realizado por un sujeto<sup>10</sup>. Dicha capacidad constituye un exponente del estado de forma física de la persona, y se refiere a la facultad para soportar un esfuerzo físico de manera prolongada. La capacidad aeróbica es una de las cualidades de la condición física que se relacionan de forma directa con la salud, y su valoración constituye una medida integrada de los sistemas cardiovascular, respiratorio y metabólico<sup>11,12</sup>. Diversos trabajos han constatado en personas jóvenes que la capacidad aeróbica se asocia

de manera inversa con distintos parámetros fisiológicos de salud, tales como la resistencia a la insulina, la adiposidad o el perfil lipídico, factores vinculados con el síndrome metabólico y la resistencia arterial<sup>13-19</sup>. Asimismo, se ha descrito la relevancia de la capacidad aeróbica como indicador de riesgo cardiovascular por encima de otros factores ya demostrados, como la dislipidemia, la hipertensión o la obesidad<sup>12,20</sup>. El exceso de adiposidad representa en la actualidad uno de los trastornos por malnutrición más importantes en individuos de países con distinto desarrollo socioeconómico. Así mismo, el sobrepeso y la obesidad se consideran enfermedades crónicas, complejas y multifactoriales que incrementa el riesgo de padecer problemas de salud, tales como diabetes tipo 2, cáncer de colon, asma, hipertensión, altos niveles de colesterol, así como trastornos psicosociales, tales como apatía, depresión, ansiedad o bajo autoconcepto<sup>21,22</sup>.

Investigaciones recientes han estudiado en adolescentes y personas jóvenes la relación entre el estado de peso, la forma física y el autoconcepto. En diversos trabajos<sup>23-30</sup> se ha demostrado que personas con un menor nivel de forma física e índice de masa corporal (IMC) alto presentan índices más bajos de autoconcepto. No obstante, otros autores señalan que el nivel de actividad física y la forma física no tienen asociación o poseen una débil relación con el perfil global de autoconcepto<sup>31</sup>. Las escasas investigaciones realizadas con escolares de enseñanza primaria han observado que los sujetos con un menor nivel de forma física presentan un menor nivel de autoconcepto, determinando que el autoconcepto puede llegar a ser un factor relacionado con la adquisición y el desarrollo del hábito de práctica físico-deportiva<sup>3</sup>.

Teniendo en cuenta la revisión y la relación de las variables anteriores, el objetivo del presente trabajo fue analizar la posible relación del perfil global de autoconcepto con el estado de peso corporal y la aplicación en el autoconcepto

Download English Version:

<https://daneshyari.com/en/article/2839522>

Download Persian Version:

<https://daneshyari.com/article/2839522>

[Daneshyari.com](https://daneshyari.com)