Journal of Sport and Health Research 2026, 18(3):323-334

Islas-Guerra, S. A.; Nájera-Longoria, R. J.; Chávez-Erives, A. I., Guedea-Delgado, J. C.; López-Alonzo, S. J. (2026). Influencia del género, grado escolar y percepciones parentales en la participación de preadolescentes en actividad física. *Journal of Sport and Health Research.* 18(3):323-334. https://doi.org/10.58727/jshr.113723

Original

Influencia del género, grado escolar y percepciones parentales en la participación de preadolescentes en actividad física

The influence of gender, school grade, and parental perceptions on preadolescents' participation in physical activity

Islas-Guerra, S. A. [1]; Nájera-Longoria, R. J.[2]; Chávez-Erives, A. I.[3], Guedea-Delgado, J. C.[4]; López-Alonzo, S. J.[5]

[1]*Universidad Autónoma de Chihuahua, México.*

[2]*Universidad Autónoma de Chihuahua, México.*

[3] *Universidad Autónoma de Chihuahua, México.*

[4]*Universidad Autónoma de Chihuahua, México.*

[5]*Universidad Autónoma de Chihuahua, México.*

Correspondence to:
Author Artuto Ivan Chávez Erives
Institution Universidad Autónoma de Chihuahua
Address Circuito Universitairo S/N Campus II, C.P. 31125.
Chihuahua, Chih. México
Email: achavez@uach.mx

Edited by: D.A.A. Scientific Section Martos (Spain)

editor@journalshr.com

Received: 12/02/2025
Accepted: 12/11/2025

Journal of Sport and Health Research 2026, 18(3):323-334

INFLUENCIA DEL GÉNERO, GRADO ESCOLAR Y PERCEPCIONES PARENTALES EN LA PARTICIPACIÓN DE PREADOLESCENTES EN ACTIVIDAD FÍSICA

RESUMEN

El objetivo de este estudio fue analizar el nivel de actividad física, la intención de práctica y las percepciones parentales de importancia y capacidad física en preadolescentes, considerando las diferencias por género y grado escolar. La muestra estuvo conformada por 1013 estudiantes de quinto y sexto grado de educación primaria de la ciudad de Chihuahua, México, junto con al menos uno de sus padres, quienes respondieron instrumentos validados que midieron nivel de AF, intención de práctica e importancia y capacidad percibida por los padres. El diseño fue cuantitativo, no experimental y transversal, con un muestreo no probabilístico por conveniencia. Para el análisis de los datos se utilizó el software IBM SPSS Statistics 25. Se verificaron los supuestos de normalidad mediante la prueba de Kolmogorov-Smirnov y la homogeneidad de varianzas con la prueba de Levene. Posteriormente, se realizaron análisis de varianza (ANOVA) considerando un nivel de significancia de $p < .05$. Los resultados mostraron que los niños presentaron niveles significativamente más altos de AF que las niñas ($F(1, gl) = 34.914$, $p = .000$), aunque no se encontraron diferencias en la intención de práctica ($F(1, gl) = 2.021$, $p = .155$). Los padres percibieron mayor capacidad física en los niños ($F(1, gl) = 4.810$, $p = .029$), mientras que la percepción de importancia no varió según el género ($F(1, gl) = .272$, $p = .602$). En cuanto al grado escolar, los estudiantes de quinto reportaron mayores niveles de AF ($F(1, gl) = 6.769$, $p = .009$) y percepciones parentales más positivas sobre su capacidad física ($F(1, gl) = 4.938$, $p = .026$) que los de sexto grado. Estos hallazgos refuerzan la importancia de diseñar estrategias educativas y familiares orientadas a incrementar la participación física, especialmente en las niñas y en estudiantes de grados superiores.

Palabras clave: Actividad física, capacidad física, preadolescentes, percepción parental, grado escolar, intención de práctica, disparidades de género.

THE INFLUENCE OF GENDER, SCHOOL GRADE, AND PARENTAL PERCEPTIONS ON PREADOLESCENTS' PARTICIPATION IN PHYSICAL ACTIVITY

ABSTRACT

The objective of this study was to examine physical activity levels, intention to engage in physical activity, and parental perceptions of importance and physical competence among preadolescents, taking into account differences by gender and school grade. The sample consisted of 1,013 fifth- and sixth-grade elementary school students from the city of Chihuahua, Mexico, along with at least one of their parents. Participants completed validated instruments that assessed PA levels, intention to engage in PA, and parental perceptions of importance and perceived physical competence. The study employed a quantitative, non-experimental, cross-sectional design, using a non-probabilistic convenience sampling method. Data analysis was conducted with IBM SPSS Statistics 25. Assumptions of normality and homogeneity of variances were verified using the Kolmogorov-Smirnov and Levene's tests, respectively. Subsequently, analyses of variance (ANOVA) were performed, adopting a significance level of $p < .05$. The results indicated that boys reported significantly higher levels of PA than girls ($F(1, gl) = 34.914$, $p = .000$), although no differences were found regarding intention to practice PA ($F(1, df) = 2.021$, $p = .155$). Parents perceived greater physical competence in boys ($F(1, df) = 4.810$, $p = .029$), while the importance attributed to PA did not vary by gender ($F(1, df) = 0.272$, $p = .602$). Regarding school grade, fifth-grade students reported higher levels of PA ($F(1, df) = 6.769$, $p = .009$) and more favorable parental perceptions of physical competence ($F(1, df) = 4.938$, $p = .026$) compared to sixth-grade students. These findings underscore the importance of designing educational and family-based strategies aimed at increasing physical activity participation, particularly among girls and students in higher grades.

Keywords: Physical activity, physical capacity, preadolescents, parental perception, school grade, intention to practice, gender disparities.

Journal of Sport and Health Research 2026, 18(3):323-334

INTRODUCCIÓN

La actividad física (AF) es reconocida como un componente esencial para la salud integral de los individuos, especialmente en la infancia y la adolescencia (Strong et al., 2005; López-Sánchez et al., 2025; Castañeda-Babarro et al., 2025). Durante estas etapas del desarrollo, esta no solo favorece la salud física y mental, sino que también contribuye al desarrollo social y cognitivo de los niños y adolescentes (World Health Organization [WHO], 2020). Sin embargo, las evidencias muestran una preocupante disminución en los niveles de AF conforme los niños avanzan hacia la adolescencia, afectando de manera desproporcionada a las niñas (Sallis et al., 2000; Biddle & Asare, 2011; Gámez-Calvo & Viciana, 2023). Este fenómeno está asociado a una compleja interacción de factores biológicos, sociales y psicológicos que exigen un análisis detallado y contextualizado.

En este contexto, los padres desempeñan un papel crucial en la formación de hábitos de actividad física en sus hijos. Estudios como los de Edwardson y Gorely (2010) destacan que los padres que participan activamente en actividades físicas o que muestran actitudes positivas hacia estas actividades tienden a influir en el comportamiento de sus hijos, actuando como modelos a seguir. Este efecto de modelado es particularmente relevante durante la infancia, ya que los niños imitan comportamientos y valores observados en sus figuras parentales. Además, los padres también deben ofrecen apoyo emocional, social y práctico que refuerza la motivación intrínseca de los niños hacia la participación en actividades físicas (Davison et al., 2018).

El apoyo práctico de los padres en la actividad física incluye la provisión de recursos como equipamiento deportivo, inscripciones a clases, transporte y dedicación de tiempo para facilitar la realización de dichas actividades. Según Gustafson y Rhodes (2006), este tipo de apoyo no solo aumenta los niveles de participación en actividad física, sino que también fomenta un entorno familiar que prioriza el bienestar físico y mental. Además, la percepción que los padres tienen sobre la importancia de la actividad física y las habilidades físico-deportivas de sus hijos ejerce un impacto significativo en la motivación de estos últimos.

Así mismo, que las creencias de los padres respecto a las capacidades físicas de sus hijos influyen en cómo valoran su participación en actividades físicas. Cuando los padres destacan el esfuerzo y la mejora progresiva, los niños desarrollan una percepción positiva de competencia que refuerza su intención de involucrarse en dichas actividades (Moreno-Murcia et al., 2018; Moral-García et al., 2024).

Por otro lado, también es importante considerar que las actitudes y conductas parentales pueden tener efectos negativos en la participación en AF. La presión excesiva para destacar en actividades deportivas, combinada con críticas constantes, puede generar en los niños un sentimiento de rechazo hacia estas actividades (Sevil, 2018). Este fenómeno se agrava cuando los padres priorizan otras actividades, como el rendimiento académico, por encima de la AF, lo que refuerza comportamientos sedentarios. En este sentido, resulta fundamental promover intervenciones que sensibilicen a los padres sobre la importancia de un apoyo equilibrado y positivo hacia las actividades físicas de sus hijos.

El contexto escolar también juega un papel crucial en la promoción de la AF entre los preadolescentes. Según Stalsberg y Pedersen (2010), los varones tienden a reportar mayores niveles de AF en comparación con las mujeres, una diferencia atribuida a factores socioculturales y oportunidades de participación. Además, la transición entre grados escolares puede influir significativamente en la intención y frecuencia de la AF debido a un incremento en las demandas académicas, cambios en las prioridades sociales y un mayor énfasis en el rendimiento académico (Callejas et al., 2019). Estas transiciones también se asocian con una disminución en la percepción de importancia que los padres atribuyen a la AF, lo que podría reflejar un cambio en las dinámicas familiares y escolares.

Las diferencias de género en la AF también están vinculadas a percepciones de competencia. Las niñas tienden a subestimar sus habilidades físicas, incluso cuando estas son comparables a las de los varones, lo que afecta negativamente su intención de participar en

Journal of Sport and Health Research 2026, 18(3):323-334

actividades físicas (Cairney et al., 2012). Este fenómeno refuerza la necesidad de diseñar intervenciones específicas que promuevan la confianza y la autoeficacia de las niñas en relación con la AF. Además, Rosselli et al. (2020) identificaron que las barreras percibidas, como la falta de energía o de fuerza de voluntad, son más comunes entre las chicas, lo que refuerza la necesidad de estrategias diferenciadas para abordar las disparidades de género en la participación en AF.

Como se comentó anteriormente, el objetivo de este estudio fue analizar el nivel de actividad física, la intención de práctica y las percepciones parentales de importancia y capacidad física en preadolescentes, considerando las diferencias por género y grado escolar.

MATERIAL Y MÉTODOS

Participantes

En este estudio participaron un total de 1013 estudiantes seleccionados por conveniencia a partir de grupos previamente establecidos, conformados por 515 niños y 498 niñas y al menos de uno de sus padres. Los participantes pertenecían a quinto (n = 499) y sexto (n = 514) grado de educación primaria, provenientes de escuelas de los subsistemas Federal y Estatal en la ciudad de Chihuahua, México. Las edades de los estudiantes oscilaron entre los 10 y 12 años, con una edad promedio de 10.9 años (± 0.6).

Diseño

El presente estudio se llevó a cabo con un diseño cuantitativo, no experimental y de alcance descriptivo, utilizando un enfoque transversal que permitió recolectar información en un único momento. Este diseño se seleccionó con el propósito de analizar las percepciones de los preadolescentes sobre variables relacionadas con la actividad física, como el nivel de práctica, la intención de realizarla y las percepciones parentales sobre la importancia y las habilidades físicas de los hijos, considerando las diferencias por género y grado escolar.

Medidas

Nivel de actividad física

Para evaluar la práctica de actividad física moderada o vigorosa durante los últimos siete días, se utilizó el cuestionario PAQ-A, el cual ha sido validado para el contexto mexicano (Salazar, 2022). Este instrumento consta de nueve preguntas diseñadas para analizar distintos aspectos de la actividad física, utilizando una escala de puntuación que va de 1 a 5. El cuestionario examina las actividades físicas realizadas por el niño durante los últimos siete días, tanto en su tiempo libre como en las clases de educación física, además de evaluar los momentos específicos del día en que se practicó ejercicio (antes y después de las comidas, tardes, noches) y durante el fin de semana. Los dos últimos ítems están enfocados en medir el nivel general de actividad física semanal y la frecuencia con la que el niño realizó actividad física cada día. La puntuación final se calcula mediante la media aritmética de las ocho primeras preguntas, mientras que la novena indaga sobre posibles circunstancias, como enfermedades, que pudieron impedir la práctica de actividad física durante la semana evaluada.

Intención a la práctica de actividad física

Se empleó la Medida de la Intencionalidad para ser Físicamente Activo (MIFA), una herramienta adaptada al contexto mexicano por Salazar (2022). Este instrumento consta de cinco ítems, como, por ejemplo: "Me interesa el desarrollo de mi forma física", diseñados para evaluar la intención de una persona de mantenerse físicamente activa. Los ítems están precedidos por la frase: "Respecto a tu intención de practicar alguna actividad físico-deportiva…". La evaluación se realiza mediante una escala Likert que va de 1 (Totalmente en desacuerdo) a 5 (Totalmente de acuerdo).

Journal of Sport and Health Research 2026, 18(3):323-334

Percepción de los padres sobre la actividad física de sus hijos

Se utilizó el Parents' Perceptions of Physical Activity Importance and their Children's Ability Questionnaire (PPPAICAQ) en la versión de Moreno-Murcia et al. (2018) validado en el contexto español, que mide la percepción de los padres sobre la importancia de la actividad física y la capacidad de sus hijos. Está constituida por ocho ítems agrupados en dos dimensiones: Importancia percibida por los padres en la actividad física de sus hijos (PPICPA), compuesto por cuatro ítems (e.g. ¿Te parece que se siente cómodo cuando hace deporte y/o actividad física?) y el factor percepciones de los padres de la capacidad de sus hijos en la actividad física (PPCAPA), compuesto por los cuatro ítems restantes (e.g. En tu opinión, ¿cuál es el nivel que tiene en el deporte y/o actividad física en general?). Se valora a través de una escala tipo Likert con un rango de puntuación de 1 (Nada importante/No es bueno en absoluto) a 7 (Bastante importante/Es bastante bueno) con una sentencia previa como la siguiente: 'En la actividad física/deportiva de tu hijo/a...'.

Procedimiento

El procedimiento inició con la obtención de la aprobación institucional (con Folio 02052019-100) tras presentar el objetivo y la metodología del estudio a las autoridades escolares correspondientes. Asimismo, el estudio se llevó a cabo atendiendo los principios éticos y las recomendaciones establecidos en la Declaración de Helsinki (World Medical Association, 2008)

Posteriormente, se entregó un documento informativo a los padres o tutores legales, invitándolos a participar junto con sus hijos en el proyecto. En este documento se detallaban los propósitos de la investigación y las implicaciones éticas. Con el apoyo de los docentes de los grupos, se organizaron reuniones con los padres, durante la cuales se solicitó su consentimiento informado y el asentimiento de los preadolescentes. Aprovechando esta instancia, los padres completaron las encuestas diseñadas específicamente para ellos.

Las encuestas fueron administradas de manera tradicional, empleando papel y lápiz, en un entorno controlado y coordinado con el personal docente, garantizando condiciones óptimas de confidencialidad y comodidad. Como criterio de exclusión, únicamente se incluyó a los niños cuyos padres completaron las encuestas correspondientes. Finalmente, los formularios fueron codificados de forma anónima y almacenados en bases de datos electrónicas seguras, cumpliendo estrictamente con las normativas éticas vigentes en cuanto a la protección de datos personales.

Análisis de datos

Para el análisis de los datos, se utilizó el software estadístico IMB SPSS Statistics 25. En primer lugar, se verificaron los supuestos de normalidad mediante la prueba de Kolmogorov-Smirnov y la homogeneidad de varianzas a través de la prueba de Levene. Posteriormente, se realizó un análisis de varianza (ANOVA) para identificar diferencias estadísticamente significativas entre los grupos según género y grado escolar, considerando un nivel de significancia de $p < 0.05$. Este enfoque permitió evaluar de manera robusta las posibles discrepancias en las variables de interés y generar conclusiones fundamentadas que puedan guiar futuras intervenciones en contextos educativos y familiares.

RESULTADOS

Variables relacionadas con la actividad física por género (sexo)

El análisis de las puntuaciones promedio muestra diferencias significativas en el nivel de actividad física entre niñas y niños ($p = 0.000$). Los varones obtuvieron un puntaje promedio de 3.0 (DE = 0.7), mientras que las niñas reportaron un promedio de 2.1 (DE = 0.7). Este hallazgo evidencia una disparidad importante en los niveles de actividad física por género, probablemente influenciada por factores socioculturales y diferencias en la percepción de competencias físicas (Tabla 1 y Figura 1).

En la intención de realizar actividad física, no se encontraron diferencias significativas entre ambos géneros ($p = 0.155$), con puntuaciones muy similares: las niñas obtuvieron un promedio de 3.9 (DE = 0.9) y los niños, 4.0 (DE = 0.9). Este resultado sugiere que, a pesar de las diferencias en el nivel de actividad física,

Journal of Sport and Health Research 2026, 18(3):323-334

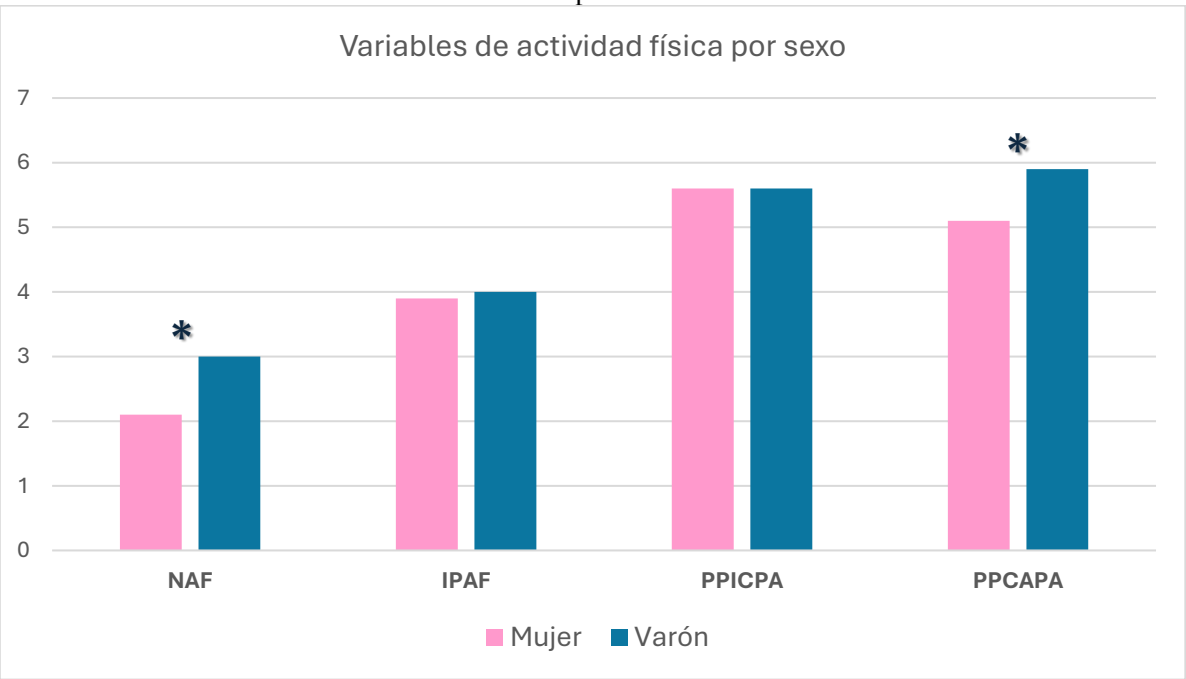
la motivación intrínseca para participar en estas actividades se mantiene relativamente estable entre los géneros (Tabla 1 y Figura 1).

La importancia percibida por los padres en la actividad física de sus hijos (PPICPA) fue valorada de manera uniforme entre niños y niñas, con un promedio idéntico de 5.6 (DE = 1.1) y sin diferencias significativas (p = 0.602). Esto indica que los padres tienden a valorar la actividad física de sus hijos de manera equitativa, sin importar su género (Tabla 1 y Figura 1).

Por otro lado, las percepciones de los padres sobre la capacidad física de sus hijos (PPCAPA) sí mostraron diferencias significativas (p = 0.029). Los niños reportaron un promedio de 5.9 (DE = 1.1), mientras que las niñas alcanzaron un promedio de 5.1 (DE = 1.2). Esta disparidad podría reflejar una mayor confianza de los padres en las habilidades físicas de los niños o la influencia de estereotipos de género que favorecen una percepción más positiva de las capacidades físicas masculinas (Tabla 1 y Figura 1).

En suma, los resultados muestran que los niños reportaron niveles significativamente más altos de actividad física que las niñas, mientras que no se observaron diferencias en la intención de práctica. Asimismo, los padres percibieron una mayor capacidad física en los varones, aunque no hubo diferencias en la importancia atribuida a la actividad física según el género.

Figura 1. Puntuaciones medias de preadolescentes en variables relacionadas con la actividad física por sexo.



Nota. AF=Actividad física. NAF= Nivel de AF. PAF= Intención de practicar AF. PPICPA= Importancia percibida por los padres en la actividad física de sus hijos, PPCAPA= Percepciones de los padres de la capacidad de sus hijos en la actividad física. *=Resultados con diferencias significativas.

Journal of Sport and Health Research 2026, 18(3):323-334

Tabla 1. Puntuaciones promedio y desviación estándar de preadolescentes en variables relacionadas con la actividad física por género (sexo).

Variables	Mujer (n=498)		Varón (n=515)		Valor (p)
	Media	DE	Media	DE	Significancia
NAF	2.1	0.7	3.0	0.7	0.000
IPAF	3.9	0.9	4.0	0.9	0.155
PPICPA	5.6	1.1	5.6	1.1	0.602
PPCAPA	5.1	1.2	5.9	1.1	0.029

Nota. AF=Actividad física. NAF= Nivel de AF. PAF= Intención de practicar AF. PPICPA = Importancia percibida por los padres en la actividad física de sus hijos, PPCAPA= Percepciones de los padres de la capacidad de sus hijos en la actividad física.

Variables relacionadas con la actividad física por grado escolar

El nivel de actividad física mostró diferencias significativas entre los estudiantes de quinto y sexto grado (p = 0.009). Los alumnos de quinto grado reportaron un promedio de 3.5 (DE = 0.7), superior al promedio de 2.8 (DE = 0.8) registrado en sexto grado. Este patrón sugiere que el avance en el grado escolar podría estar asociado con una leve disminución en los niveles de actividad física, posiblemente debido al aumento en las demandas académicas y sociales en los grados superiores (Tabla 2 y Figura 2).

En cuanto a la intención de realizar actividad física, no se observaron diferencias significativas entre los grados escolares (p = 0.748), con promedios similares en quinto (4.0, DE = 0.9) y sexto grado (3.9, DE = 0.9). Esto indica que la motivación para participar en actividades físicas se mantiene constante a lo largo de estas etapas educativas (Tabla 2).

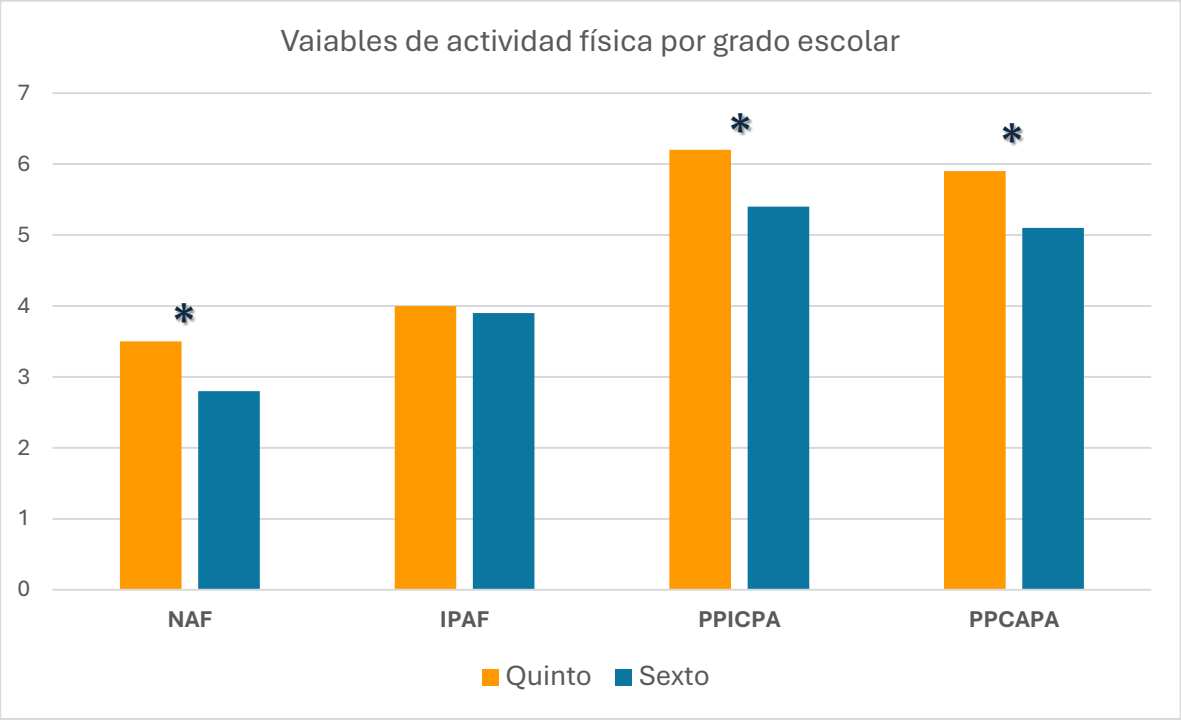
La importancia percibida por los padres en la actividad física de sus hijos (PPICPA) mostró diferencias significativas entre grados (p = 0.047). Los estudiantes de quinto grado percibieron un mayor énfasis parental (media = 6.2, DE = 1.1) en comparación con los de sexto grado (media = 5.4, DE = 1.1). Este resultado podría reflejar un cambio en las prioridades parentales hacia otros aspectos, como el desempeño académico, conforme los estudiantes avanzan en su educación (Tabla 2 y Figura 2).

Finalmente, las percepciones de los padres sobre la capacidad física de sus hijos (PPCAPA) también evidenciaron diferencias significativas (p = 0.026). Los estudiantes de quinto grado reportaron un promedio de 5.9 (DE = 1.2), mientras que los de sexto grado alcanzaron un promedio menor de 5.1 (DE = 1.1). Este hallazgo podría estar vinculado a cambios en la percepción parental sobre las habilidades físicas de sus hijos a medida que crecen, o a una menor participación de los padres en actividades físicas conjuntas en grados más avanzados (Tabla 2 y Figura 2).

Por lo tanto, se encontró que los estudiantes de quinto grado presentaron mayores niveles de actividad física en comparación con los de sexto grado. Además, las percepciones parentales sobre la capacidad física fueron más favorables hacia los estudiantes de quinto, confirmando una tendencia de descenso en la práctica y valoración conforme se avanza en el nivel escolar.

Journal of Sport and Health Research 2026, 18(3):323-334

Figura 2. Puntuaciones medias de preadolescentes en variables relacionadas con la actividad física por grado escolar.



Nota. AF=Actividad física. NAF= Nivel de AF. PAF= Intención de practicar AF. PPICPA = Importancia percibida por los padres en la actividad física de sus hijos, PPCAPA = Percepciones de los padres de la capacidad de sus hijos en la actividad física. *=Resultados con diferencias significativas.

Tabla 2. Puntuaciones promedio y desviación estándar de preadolescentes en variables relacionadas con la actividad física por grado escolar.

Variables	**Quinto (n=499)**		**Sexto (n=514)**		**Valor (p)**
	Media	DE	Media	DE	Significancia
NAF	3.5	0.7	2.8	0.8	0.009
IPAF	4.0	0.9	3.9	0.9	0.748
PPICPA	6.2	1.1	5.4	1.1	0.047
PPCAPA	5.9	1.2	5.1	1.1	0.026

AF=Actividad física. NAF= Nivel de AF. PAF= Intención de practicar AF. PPICPA= Importancia percibida por los padres en la actividad física de sus hijos, PPCAPA= Percepciones de los padres de la capacidad de sus hijos en la actividad física.

Journal of Sport and Health Research 2026, 18(3):323-334

DISCUSIÓN

De acuerdo con el objetivo planteado, que fue analizar el nivel de actividad física, la intención de práctica y las percepciones parentales de importancia y capacidad física en preadolescentes considerando género y grado escolar, los resultados de este estudio evidencian diferencias significativas que permiten comprender mejor cómo estas variables influyen en la participación en actividad física.

En este sentido se subraya la importancia de factores sociodemográficos, como el género y el grado escolar, en las percepciones y niveles de participación en actividad física (AF) de los preadolescentes. En línea con investigaciones previas, se observaron diferencias significativas en los niveles de AF entre niñas y niños, con los varones reportando mayor participación ($p = 0.000$). Este hallazgo coincide con lo reportado por Stalsberg y Pedersen (2010), quienes identificaron que los factores socioculturales y las expectativas de género influyen en la mayor participación de los niños en actividades físicas, mientras que las niñas enfrentan barreras como estereotipos de competencia física o preferencias sociales diferentes (Cairney et al., 2012; Rosselli et al., 2020).

Por otra parte, no se encontraron diferencias significativas en la intención de realizar AF entre ambos géneros ($p = 0.155$), lo que sugiere que, a pesar de las disparidades en la práctica, la motivación intrínseca por participar en actividades físicas se mantiene constante en ambos grupos. Este hallazgo es congruente con la teoría de la autodeterminación de Deci y Ryan (2013), que resalta la relevancia de nutrir necesidades psicológicas básicas como la competencia, autonomía y relación social para fomentar una intención positiva hacia la AF, independientemente del género.

En cuanto al papel de los padres, las percepciones sobre la importancia de la AF (PPICPA) fueron similares entre niños y niñas, pero las percepciones de la capacidad física (PPCAPA) favorecieron significativamente a los varones ($p = 0.029$). Esto podría deberse a la prevalencia de estereotipos que asocian el desempeño físico con características masculinas, como se ha documentado en trabajos de Fredricks y Eccles (2004) y Moreno-Murcia et al. (2018). Este sesgo no solo refuerza diferencias de género, sino que también puede desalentar la participación de las niñas en actividades físicas al subestimar su potencial.

Por grado escolar, los estudiantes de quinto reportaron niveles de AF significativamente más altos que los de sexto ($p = 0.009$), lo que podría explicarse por un incremento en las demandas académicas y sociales conforme avanzan los grados, tal como lo sugieren Callejas et al. (2019), Fairclough y Stratton (2005), Gámez-Calvo y Viciana (2023). Además, las percepciones de importancia y capacidad física parental también disminuyeron en sexto grado, lo cual podría reflejar un cambio en las prioridades familiares hacia otros aspectos, como el rendimiento académico.

Estos resultados destacan la necesidad de estrategias de intervención que consideren las dinámicas familiares y las barreras percibidas por género y edad. Específicamente, se recomienda promover programas que fortalezcan la confianza y autoeficacia en las niñas, integrando actividades que sean culturalmente relevantes y accesibles (Cairney et al., 2012). Asimismo, es fundamental involucrar a los padres en talleres educativos que sensibilicen sobre la importancia de un apoyo equilibrado y positivo hacia la AF, como lo han sugerido Gomes et al. (2019) y Edwardson y Gorely (2010).

Por último, el diseño de políticas escolares que integren un enfoque inclusivo y equitativo puede contribuir a minimizar las disparidades. Por ejemplo, aumentar la variedad de actividades en las clases de educación física y garantizar que las instalaciones sean igualmente accesibles y atractivas para todos los estudiantes podría fomentar niveles más altos de participación y satisfacción, como han argumentado Ridgers et al. (2012) y Biddle y Asare (2011).

Conclusiones

Este estudio evidencia diferencias significativas en género y grado escolar relacionadas con la actividad física (AF), la intención de practicarla y las percepciones parentales en preadolescentes. Los hallazgos destacan desafíos y oportunidades clave para desarrollar estrategias educativas y comunitarias

Journal of Sport and Health Research 2026, 18(3):323-334

que promuevan la participación equitativa y sostenida en AF dentro de esta población.

Los varones presentan niveles de AF más altos que las niñas, lo que evidencia la influencia de factores socioculturales y estereotipos de género. Aunque la intención de participar en AF fue similar en ambos grupos, las percepciones parentales sobre la capacidad física favorecen a los niños, perpetuando barreras adicionales para las niñas. Esto resalta la necesidad de diseñar intervenciones específicas que fortalezcan la confianza y el sentido de competencia en las niñas.

Los estudiantes de quinto grado reportaron niveles más altos de AF y una mayor percepción de importancia y capacidad física por parte de los padres en comparación con los de sexto grado. Este descenso podría estar relacionado con mayores demandas académicas y cambios en las prioridades familiares, lo que subraya la importancia de implementar estrategias que mantengan el interés y la participación en AF durante las transiciones escolares.

Las percepciones parentales sobre la importancia y las habilidades físicas de sus hijos tienen un impacto significativo en los niveles de AF y la intención de practicarla. Por lo tanto, es crucial involucrar a los padres en programas educativos que promuevan un apoyo equilibrado y positivo hacia la participación de sus hijos en actividades físicas, independientemente del género.

Este estudio sugiere la necesidad de diseñar políticas inclusivas en el ámbito escolar que aborden las diferencias de género y promuevan oportunidades equitativas para la práctica de AF. Además, se recomienda implementar programas familiares que sensibilicen sobre el impacto del apoyo emocional, social y práctico en los hábitos de AF de los preadolescentes.

Fomentar la AF en preadolescentes requiere un enfoque integral que considere las dinámicas familiares, escolares y socioculturales. Intervenciones específicas, junto con esfuerzos comunitarios y educativos, pueden contribuir a superar las barreras existentes y promover estilos de vida activos y saludables en esta etapa crítica del desarrollo.

Los hallazgos de este estudio confirman diferencias de género y grado escolar en los niveles de actividad física y en las percepciones parentales, mostrando que los niños y los estudiantes de quinto grado presentan mayores niveles de práctica y valoración positiva que las niñas y los de sexto grado. Estos resultados sugieren la necesidad de diseñar programas escolares que fortalezcan la motivación de las niñas hacia la actividad física, implementar estrategias dirigidas a padres para sensibilizarlos sobre su papel de apoyo, y desarrollar acciones específicas en los últimos grados de primaria que contrarresten el descenso observado en la práctica, contribuyendo así a la promoción de estilos de vida activos y saludables en la niñez.

Limitaciones y perspectivas de investigación

Finalmente, entre las limitaciones del estudio se reconoce que el muestreo fue de tipo no probabilístico, lo cual restringe la generalización de los hallazgos; sin embargo, el amplio tamaño de la muestra otorga solidez y permite interpretar los resultados con un alto grado de confianza. Futuras investigaciones deberían emplear diseños longitudinales y métodos de muestreo probabilístico, así como incorporar medidas objetivas de actividad física (como la acelerometría) e integrar variables contextuales, con el propósito de ofrecer una visión más completa de los determinantes de la actividad física en preadolescentes.

REFERENCIAS

1. Biddle, S. J. H., & Asare, M. (2011). Physical activity and mental health in children and adolescents: A review of reviews. *British Journal of Sports Medicine, 45*(11), 886–895. https://doi.org/10.1136/bjsports-2011-090185
2. Cairney, J., Kwan, M., Velduizen, S., Hay, J., Bray, S. R., & Faught, B. E. (2012). Gender, perceived competence, and the enjoyment of physical education in children: A longitudinal examination. *International Journal of Behavioral Nutrition and Physical Activity, 9*(1), 26. https://doi.org/10.1186/1479-5868-9-26
3. Callejas, V. E., Ríos Ospina, J. D. L., & Duque Castrillón, E. Y. (2019). *La ruta escolar de 5° a 6°: Factores que inciden en el proceso de transición en la IE Javiera Londoño* (Master's thesis, Escuela de Educación y Pedagogía).

http://hdl.handle.net/20.500.11912/4761
4. Castañeda-Babarro, A., Arbillaga-Etxarri, A., & Tercedor, P. (2025). Physical activity, sedentary behavior and health-related fitness in Spanish schoolchildren: A cross-sectional study. *Journal of Sport and Health Research, 13*(1), 1–12. https://recyt.fecyt.es/index.php/JSHR/article/view/105969
5. Davison, K. K., Schmalz, D. L., & Downs, D. S. (2018). Gender differences in the relationship between physical activity and perceived barriers in adolescents. Preventive Medicine, 66, 33–37. https://doi.org/10.1016/j.ypmed.2014.05.010
6. Deci, E. L., & Ryan, R. M. (2013). *Intrinsic motivation and self-determination in human behavior*. Springer Science & Business Media.
7. Eccles, J. S., Wigfield, A., Harold, R. D., & Blumenfeld, P. B. (1992). Age and gender differences in children's self- and task perceptions during elementary school. *Child Development, 63*(4), 830–847. https://education-webfiles.s3.amazonaws.com/arp/garp/articles/eccles93g.pdf
8. Edwardson, C. L., & Gorely, T. (2010). Parental influences on different types and intensities of physical activity in youth: A systematic review. *Psychology of Sport and Exercise, 11*(6), 522–535. https://doi.org/10.1016/j.psychsport.2010.05.001
9. Fairclough, S. J., & Stratton, G. (2005). Physical activity levels in middle and high school physical education: A review. Pediatric Exercise *Science, 17*(3), 217-236. https://doi.org/10.1123/pes.17.3.217
10. Fredricks, J. A., & Eccles, J. S. (2004). Parental influences on youth involvement in sports. *Applied Developmental Psychology, 25*(4), 507–532. https://psycnet.apa.org/record/2004-18908-005
11. Gámez-Calvo, L., & Viciana, J. (2023). Gender differences in physical activity and its relationship with perceived competence in adolescents. *Journal of Sport and Health Research, 11*(4), 299–311. https://recyt.fecyt.es/index.php/JSHR/article/view/99448
12. Gomes, A. R., Gonçalves, A. M., Dias, O., & Morais, C. (2019). Parental behavior, cognitive appraisal, and motivation in young athletes. *Research Quarterly for Exercise and Sport, 90*(1), 80–94. https://doi.org/10.1080/02701367.2018.1563278
13. Gustafson, S. L., & Rhodes, R. E. (2006). Parental correlates of physical activity in children and early adolescents. *Sports Medicine, 36*(1), 79–97. https://doi.org/10.2165/00007256-200636010-00006
14. Hinkley, T., Crawford, D., Salmon, J., Okely, A. D., & Hesketh, K. (2008). Preschool children and physical activity: A review of correlates. *American Journal of Preventive Medicine, 34*(5), 435–441. https://doi.org/10.1016/j.amepre.2008.02.001
15. López-Sánchez, G. F., Smith, L., & Díaz-Suárez, A. (2025). Relationship between physical fitness and academic performance in schoolchildren: A systematic review. *Journal of Sport and Health Research, 13*(1), 20–32. https://recyt.fecyt.es/index.php/JSHR/article/view/107850
16. Moral-García, J. E., Amatria, M., & Ries, F. (2024). Self-determination and physical activity practice in adolescents: The mediating role of basic psychological needs. *Journal of Sport and Health Research, 12*(2), 115–128. https://recyt.fecyt.es/index.php/JSHR/article/view/101930
17. Moreno-Murcia, J. A., Hellín-Gómez, P., & Hellín-García, M. (2018). Influence of parental support and pressure on motivational processes in young athletes. *Revista de Psicología del Deporte, 27*(1), 121–126. https://doi.org/10.1016/j.psicod.2018.02.004
18. Moreno-Murcia, J. A.; Gea-Escámez, A.; Corbí, M. (2018). Predicción de la percepción de actividad física de los hijos a partir de la creencia de habilidad de los padres. *Cuadernos de Psicología del Deporte, 18*(3), 1-11. https://revistas.um.es/cpd/article/view/294291
19. Ridgers, N. D., Timperio, A., Crawford, D., & Salmon, J. (2012). What factors are associated with adolescents' school break time physical activity and sedentary time? *Journal of Science and Medicine in Sport, 15*(1), 10–16. https://doi.org/10.1016/j.jsams.2011.05.010
20. Rosselli, M., Ermini, E., Tosi, B., Boddi, M., Stefani, L., Toncelli, L., & Modesti, P. A. (2020). Gender differences in barriers to physical activity among adolescents. *Nutrition, Metabolism and*

Cardiovascular Diseases, 30(9), 1582-1589. https://doi.org/10.1016/j.numecd.2020.05.005
21. Salazar, C. M. (2022). *Apoyo a la autonomía y su implicación en la respuesta cognitiva-social en estudiantes de educación física*. (Tesis doctoral) Universidad Autónoma de Chihuahua.
22. Sallis, J. F., Prochaska, J. J., & Taylor, W. C. (2000). A review of correlates of physical activity of children and adolescents. *Medicine and Science in Sports and Exercise*, 32(5), 963–975. https://doi.org/10.1097/00005768-200005000-00014
23. Sevil, J. (2018). *Análisis de comportamientos relacionados con la salud: Efectos de un programa de intervención multicomponente en adolescentes de la ciudad de Huesca* [Tesis doctoral, Universidad de Zaragoza]. Repositorio Universidad de Zaragoza. https://zaguan.unizar.es/record/76890/files/TESIS-2019-026.pdf
24. Stalsberg, R., & Pedersen, A. (2010). Effects of gender on physical activity levels in children and adolescents: A review of reviews. *Scandinavian Journal of Medicine & Science in Sports, 20*(3), 93–99. https://doi.org/10.1111/j.1600-0838.2009.01047.x
25. World Health Organization (WHO). (2020). *Global recommendations on physical activity for health*. https://www.who.int
26. World Medical Association, (2008). *Declaración de Helsinki*. https://www.wma.net/what-wedo/medical-ethics/declaration-of-helsinki/doh-oct2008/