

Perfil sociodemográfico y percepción de competencia personal en practicantes de kayak de mar Socio-demographic profile and perception of personal competence among sea kayakers

*Daniel Martínez Corominas, **Victor Labrador-Roca, ***Carlos Peñarrubia Lozano

*Escuela Solcunit (España) ** Universidad de Lérida (España) *** Universidad de Zaragoza (España)

Resumen. En los últimos años, la demanda social de actividades físicas recreativas en el medio natural ha ido creciendo al mismo tiempo que lo hacía la sobreabundancia tecnológica. Este estudio ha pretendido acercarse a los practicantes ocasionales de una de esas actividades, el kayak de mar, con el objetivo de identificar un posible perfil sociodemográfico y, complementariamente, conocer su percepción de competencia personal. Como técnica de recopilación de datos se ha utilizado el cuestionario, administrado a una muestra de 600 usuarios de los servicios de la empresa SK KAYAK en Llançà (Girona). Con relación al perfil sociodemográfico, se ha observado que no hay apenas distinción en el sexo o edad de los participantes, que suelen trabajar como asalariados y que residen en entornos urbanos. Respecto a la percepción de sus propias competencias, se han mostrado deseos y con necesidades inherentes al ser humano, como disfrutar del entorno natural, ir más allá, conocer nuevos lugares, evadirse, acercarse a la fauna y encontrarse a sí mismos. Y se ha apreciado desequilibrio entre la complejidad del medio marino, su percepción de competencia y la falta de oportunidades de experimentación de que disponen, convirtiendo la incertidumbre de este medio en una barrera para ellos. Se concluye que la práctica del kayak de mar mejora la conciencia ecológica de las personas, devolviendo el equilibrio adecuado a la relación entre el ser humano y la naturaleza más salvaje, recordando la necesidad de una formación apta para el correcto desarrollo en las actividades físicas en el medio natural.

Palabras clave: actividades náuticas recreativas, actividad física en el medio natural, características sociodemográficas, aprendizaje competencial, conciencia ecológica.

Abstract. In recent years, the social demand for recreational physical activities in the natural environment has been growing at the same time as technological overabundance. The aim of this study was to approach the occasional practitioners of one of these activities, sea kayaking, in order to identify a possible socio-demographic profile and, in addition, to find out their perception of personal competence. A questionnaire was used as a data collection technique, administered to a sample of 600 users of the services of the SK KAYAK company in Llançà (Girona). With regard to the socio-demographic profile, it has been observed that there is hardly any distinction in the sex or age of the participants, who usually work as salaried employees and live in urban environments. With regard to their perception of their own skills, they showed themselves to have desires and needs inherent to human beings, such as enjoying the natural environment, going further afield, getting to know new places, escaping, getting close to wildlife and finding themselves. There was an imbalance between the complexity of the marine environment, their perception of competition and the lack of opportunities for experimentation available to them, making the uncertainty of this environment a barrier for them. It is concluded that the practice of sea kayaking improves people's ecological awareness, restoring the right balance to the relationship between human beings and the wildest nature, recalling the need for appropriate training for the correct development of physical activities in the natural environment.

Keywords: recreational nautical activities, physical activity in the natural environment, sociodemographic characteristics, competence learning, ecological awareness.

Fecha recepción: 15-04-23. Fecha de aceptación: 20-10-23

Daniel Martínez Corominas
dmartinezcor@gmail.com

Introducción

La práctica del kayak de mar ha sido vista en los últimos años como un recurso de evasión, de aproximación ocasional al medio marino salvaje, una práctica que otorga los beneficios propios de las actividades físicas en el medio natural: salud física, salud mental y bienestar, educación, aprendizaje permanente y ciudadanía activa (Eigenschenk et al., 2019). Se trata de una actividad recreativa, educativa y de ocio responsable cuya práctica y estudio han ido en aumento en los últimos años. Así lo demuestran la existencia y proliferación de empresas dedicadas a las actividades acuáticas tanto en las costas como en los ríos y embalses de nuestro territorio nacional y también el aumento de investigaciones relacionadas con esta temática (Baena y Granero, 2012; Mateos, 2018; Diaz-Perez et al., 2023). El hecho de ser una actividad en contacto con el agua en época estival, accesible y que puede adaptarse a la diversidad funcional de las personas (Merrick et al., 2021) sumado a los miles de kilómetros de costa que posee el

territorio español, ha facilitado el acercamiento a ella de una gran parte de la población. En un momento en el que la sociedad avanza recostada cada vez más sobre la tecnología, la práctica del kayak de mar resulta un medio ideal para el encuentro con uno mismo mediante la exploración y el descubrimiento de ese entorno (Olivera y Olivera, 2016).

Sin embargo, la formación para el desarrollo en ese contexto no parece corresponderse con la demanda cada vez mayor de esta actividad, aspecto que puede suponer un riesgo y aumento de incidentes en el medio marino (Bailey, 2010) así como un impacto medioambiental negativo. Es por ello que se pretende conocer en profundidad a las personas que eligen esta práctica, saber si comparten un determinado perfil sociodemográfico y, del mismo modo, saber cómo son y qué percepción tienen de sus propias competencias en la práctica del kayak de mar. Con este fin, se ha indagado en las dimensiones de las competencias personales (Dias et al., 2000) y emocionales (Bisquerra y Pérez, 2007; Fernández-Poncela, 2019), puesto que son

categorías de análisis y de evaluación completamente vigentes en el ámbito de la formación. Si la educación y el aprendizaje permanente forman parte de los beneficios de la actividad física en el medio natural, se necesitaría saber qué expectativas y necesidades tiene la población que practica kayak de mar de forma ocasional y también cómo perciben esa actividad en su relación con el medio ambiente para poder así dar una respuesta adecuada. En consecuencia, el objetivo principal de este estudio fue conocer la posible existencia de un determinado perfil sociodemográfico para los practicantes ocasionales de kayak de mar. Como objetivo secundario nos planteamos indagar sobre la percepción que dichos practicantes tenían sobre sus propias competencias personales. Estos objetivos vinieron determinados por el conocimiento previo que tenemos sobre los practicantes expertos, obtenidos dentro de un trabajo de investigación de mayor envergadura (Martínez-Corominas, 2021).

Material y métodos

Participantes

Para el cálculo de la muestra necesaria se utilizó la fórmula para una población considerada infinita o casi infinita, entendiendo que cualquier persona es susceptible de practicar kayak de mar de manera ocasional al depender únicamente de los condicionantes climatológicos. De esta forma:

$$n = \frac{z^2 pq}{e^2}$$

donde:

n = muestra

Z = nivel de confianza 1,96

P = probabilidad de éxito 0,500

Q = probabilidad de fracaso 0,500

e = margen de error permitido en la muestra 0,040

Tabla 1.
Edades de los practicantes ocasionales de Kayak de mar

Intervalos	Edad (años)	Mujeres n	Hombres n	Total n	%
1	Entre 0 y 14	34	39	73	12,1
2	Entre 15 y 23	56	59	115	19,1
3	Entre 24 y 33	49	48	97	16,1
4	Entre 34 y 43	52	65	117	19,5
5	Entre 44 y 53	52	80	132	22
6	Entre 54 y 63	21	35	56	9,3
7	Entre 64 y 74	1	8	9	1,5
8	De 75 en adelante	0	1	1	0,1

Fuente: Adaptado de «Actividad Física en Espacios Marinos de Alta Incertidumbre (AFEMAI). Práctica ocasional y experiencia competencial: un ejemplo en el kayak de mar.», por Martínez-Corominas, D., 2021, *Tesis de doctorado, Universidad de Barcelona*.

La muestra resultante de la aplicación de esta fórmula matemática fue de 600 personas. De esta forma, en el estudio participaron finalmente 332 hombres (55%) y 238 (45%) mujeres. Para la determinación de las franjas de edad se tomó como referencia las etapas del *ciclo vital de Erikson* (1985), reduciendo sus intervalos para poder obtener datos más precisos (Tabla 1). Así, la franja de edad mayoritaria (77% de participación) se situó entre los 15 y

los 54 años, destacando especialmente la comprendida entre los 45 y los 54 años (132 personas, 22%).

Técnica de recopilación de datos

Instrumento

Se utilizó un cuestionario, elaborado a partir del proceso de análisis de una fase previa que formó parte de un estudio de referencia mayor (Martínez-Corominas, 2021) centrado en el conocimiento de practicantes expertos. Dicha herramienta quedó estructurada en dos partes: una primera en la que se indagaba sobre el perfil sociodemográfico; y una segunda en la que se pretendía averiguar la percepción de competencia de los practicantes ocasionales de kayak de mar. Esta segunda parte estaba formada por seis dimensiones competenciales: 1, Trayectoria vital; 2, Experimentación; 3, Relación con el entorno natural; 4, Formación y aprendizaje; 5, Desarrollo de valores; 6, Búsqueda de motivaciones o interacción entre dimensiones. Para todas las cuestiones incluidas en esta parte se utilizó una escala de valoración tipo Likert de cinco puntos, en función del grado de conformidad, para un total de treinta y tres ítems entre todas las dimensiones competenciales.

Procedimiento

El trabajo de campo se llevó a cabo en la localidad de Llançà, Girona (Cataluña, España), administrando el cuestionario a las personas que se disponían a practicar kayak de mar en dicha localidad a través de los servicios ofrecidos por la empresa SK KAYAK, durante el mes de julio de 2016. La participación en el estudio se ofreció a todas aquellas personas practicantes aficionadas y no profesionales que utilizaban un kayak: participantes en actividades guiadas; usuarios que realizaban la actividad por cuenta propia; y personas que disponían de su propio kayak en servicio de pupilaje para llevar a cabo esta práctica de manera ocasional y también por cuenta propia. Todos ellos aceptaron participar en el estudio de forma totalmente voluntaria, siendo conocedores de los objetivos del mismo mediante un consentimiento informado. En el caso de los menores, lo hicieron con el consentimiento y la supervisión de sus progenitores.

Análisis y tratamiento de datos

Para dar validez a la elaboración del cuestionario, se realizó una prueba previa o pretest a un reducido número de personas que podrían formar las diversas categorías de las que constaba la muestra (Quivy y Campenhoudt, 2007). El pretest fue completado por 15 personas, todas ellas deportistas aficionadas. La consistencia interna estuvo determinada por el proceso de análisis de la información recogida en una fase previa del estudio de referencia mencionado (Martínez-Corominas, 2021) y que facilitó la interrelación entre las afirmaciones que formaban la escala de Likert empleada (Oviedo y Campo-Arias, 2005). Para determinar la fiabilidad se utilizó el programa SPSS v.27.0 reportando un valor para el Alfa de Cronbach (Rodríguez y Reguant, 2020) de $\alpha = ,85$.

Este estudio previo cualitativo, con entrevistas en profundidad, facilitó la construcción del instrumento (Caparó, 2016) e interrelación entre las afirmaciones que formaban la escala de Likert empleada (Oviedo y Campo-Arias, 2005). La fiabilidad de las puntuaciones de la escala en la muestra fue de $\alpha = ,85$, siendo este un valor adecuado y resultante de su cálculo mediante el programa SPSS v.27.0. El alfa de Cronbach estima la fiabilidad de las respuestas que se han dado a un conjunto de ítems señalando su grado de consistencia (estabilidad) en relación al aspecto medido (Frías-Navarro, D. y Pascual-Soler, M., 2023). En este caso se midieron treinta y tres ítems distribuidos en seis dimensiones competenciales percibidas por los practicantes ocasionales.

La viabilidad del cuestionario se estudió mediante la realización de un estudio piloto a un grupo reducido, observando aspectos como el tiempo empleado en su cumplimentación, la claridad de las preguntas o la facilidad de corrección (Arribas, 2004).

Resultados

Los resultados de este estudio se dividieron en dos apartados: perfil sociodemográfico y perfil competencial del practicante ocasional de kayak de mar. En el primero, se mostraron los resultados relacionados con sexo, nacionalidad, edad, nivel de estudios, lugar de residencia y tipo de empleo. En el segundo, los resultados se estructuraron en las seis dimensiones competenciales: trayectoria vital; experimentación; relación con el entorno natural; formación y aprendizaje; desarrollo de valores; y búsqueda de motivaciones o interacción entre dimensiones.

Perfil sociodemográfico del practicante ocasional de kayak de mar

De los 600 participantes en el estudio, un 16 % trabajaba por cuenta propia; un 49 % era asalariado; un 27 % estaba estudiando; un 2 % desempleado; y un 6 % se encontraba en una situación distinta a las anteriores, como podría ser prestación social por diversidad funcional u otros motivos de índole similar.

Se ha observado, en relación al género, que un 55,33 % eran hombres y un 44,66 % mujeres. Del mismo modo, en lo que se refiere a la nacionalidad, un 75 % eran de nacionalidad española y un 25 % extranjeros. En cuanto a su formación académica, el grupo mayoritario eran poseedoras de formación universitaria (52%); un 16,8% de educación secundaria, un 12,2% de ciclos formativos y un 11,2% de bachillerato, siendo estos grupos los más numerosos.

Finalmente, los resultados obtenidos a propósito del lugar de residencia reportaron que más de la mitad (54,33%) vivía en la ciudad, mientras que el resto de participantes lo hacían, mayoritariamente, en grandes poblaciones adyacentes (39%).

Perfil competencial del practicante ocasional de kayak de mar

La percepción de competencia del practicante ocasional de kayak de mar se estructuró, tal como se ha explicado, en seis dimensiones: trayectoria vital, experimentación, entorno natural, aprendizaje, valores y motivaciones.

Los resultados hallados dentro de la primera dimensión, *trayectoria vital* (Tabla 2), reflejaron que los participantes en su infancia pasaban las vacaciones junto al mar, aunque la mitad de ellos no compartió experiencias en el medio natural con sus padres; que se sentían atraídos ya desde entonces por la práctica de actividad física en la naturaleza; y que en el momento en el que se cumplimentó el cuestionario, un elevado número de participantes (80%) no desempeñaban una actividad laboral relacionada con la actividad física y deportiva.

La gran mayoría de los participantes (87%) afirmó, atendiendo a la dimensión *experiencia sobre la práctica* (Tabla 3), sentirse bien al practicar deporte en la naturaleza. Los que habían practicado kayak de mar anteriormente eran un número similar a los que no lo habían hecho, aunque, en ambos casos no habían practicado otras disciplinas de kayak. Además, el medio acuático les atraía altamente. Finalmente, era ligeramente superior (46%-36%) el número de personas que se atreverían a disfrutar de la práctica en solitario.

Se identificó que los encuestados no tenían un gran conocimiento de la fauna autóctona, en relación al *entorno natural* (Tabla 4), aunque sí un gran deseo por descubrirla. Estos, se informaban de la previsión meteorológica anteriormente a la práctica, aunque, por el contrario, no tenían conocimientos teóricos sobre el ambiente marino y sus características. Del mismo modo, dudaban en practicar esta disciplina en entornos con fauna salvaje como ballenas y delfines, aunque si era acompañados de guías expertos la duda desaparecía y se convertía en deseo.

Por lo que se refiere al *aprendizaje* (Tabla 5), se observó que el número de encuestados formados en la práctica deportiva (36%) era muy similar a los que no lo habían sido (42%); que eran personas que acudían a especialistas para aprender una nueva modalidad deportiva aunque también se animaban a hacerlo por cuenta propia; que valoraban el prepararse, y lo hacían, para la práctica de deporte en el medio natural; y que la gran mayoría (80%) eran plenamente conscientes de la importancia de conocer todos los elementos de seguridad.

Los participantes encuestados en este estudio (77%) afirmaron, con respecto a los *valores* (Tabla 6) promovidos, que practicaban esta actividad por ser respetuosa con el medio ambiente, así como por valorar que la misma fomenta aspectos como el compañerismo y el trabajo en equipo. No resultó un hecho influyente para los encuestados que esa actividad les enriqueciera al conocer a través de ella a otras personas. Sí que fue aceptado por un alto porcentaje (45%) que el practicar kayak de mar les ayudaría a conocerse a sí mismos.

Se observó también que los encuestados no eran personas demasiado aficionadas a los deportes acuáticos a motor, aspecto que va en concordancia con el primer dato que hemos dado en este apartado sobre valores.

Finalmente, acerca de las *motivaciones* (Tabla 7) de nuestros encuestados, predominaron el disfrutar del entorno natural y su fauna autóctona, así como su deseo de ir más allá y descubrir nuevos lugares. Del mismo modo,

también resaltaron el poder utilizar esta actividad para alejarse de la civilización, así como trabajar su condición física. El aprender una nueva actividad y su técnica no fue algo que apreciaran en la misma medida que las anteriores motivaciones. Más de la mitad de los participantes (53%) no mencionaron otros motivos para acercarse a la práctica ocasional del kayak de mar.

Tabla 2.

Trayectoria vital practicantes ocasionales

	Totalmente en desacuerdo		En desacuerdo		Ni de acuerdo ni en desacuerdo		De acuerdo		Totalmente de acuerdo	
	n	%	n	%	n	%	n	%	n	%
1. En la infancia, pasaba mis vacaciones en entornos marinos o junto al mar	81	13,5	69	11,5	132	22	142	23,6	176	29,3
2. Practico deporte regularmente	31	5,1	78	13	121	20,1	163	27,1	207	34,5
3. Desde pequeño me han gustado las actividades deportivas en la naturaleza	19	3,1	48	8	100	16,6	163	27,1	270	45
4. Mis padres practicaban actividades en la naturaleza conmigo	166	27,6	108	18	121	20,1	112	18,6	93	15,5
5. Mi trabajo actual está relacionado con el mundo del deporte	428	71,3	51	8,5	42	7	25	4,1	54	9

Fuente: Adaptado de «Actividad Física en Espacios Marinos de Alta Incertidumbre (AFEMAI). Práctica ocasional y experiencia competencial: un ejemplo en el kayak de mar.», por Martínez-Corominas, D., 2021, *Tesis de doctorado, Universidad de Barcelona*.

Tabla 3.

Experimentaciones practicantes ocasionales

	Totalmente en desacuerdo		En desacuerdo		Ni de acuerdo ni en desacuerdo		De acuerdo		Totalmente de acuerdo	
	n	%	n	%	n	%	n	%	n	%
1. Me siento bien cuando practico deporte en la naturaleza	12	2	17	2,8	47	7,8	146	24,3	378	63
2. He practicado kayak de mar con anterioridad	171	28,5	74	12,3	115	19,1	79	13,1	161	26,8
3. He practicado también otras disciplinas de kayak	292	48,6	102	17	95	15,8	41	6,8	70	11,6
4. El medio acuático me atrae para practicar deporte	31	5,1	68	11,3	166	27,6	157	26,1	178	29,6
5. Sería capaz de salir en kayak en solitario durante unas horas	114	19	102	17	106	17,6	97	16,1	181	30,1

Fuente: Adaptado de «Actividad Física en Espacios Marinos de Alta Incertidumbre (AFEMAI). Práctica ocasional y experiencia competencial: un ejemplo en el kayak de mar.», por Martínez-Corominas, D., 2021, *Tesis de doctorado, Universidad de Barcelona*.

Tabla 4.

Entorno natural practicantes ocasionales

	Totalmente en desacuerdo		En desacuerdo		Ni de acuerdo ni en desacuerdo		De acuerdo		Totalmente de acuerdo	
	n	%	n	%	n	%	n	%	n	%
1. Reconozco la fauna marina de la zona	116	19,3	159	26,5	172	28,6	97	16,1	56	9,3
2. Me gustaría poder ver animales marinos	20	3,3	29	4,8	96	16	131	21,8	324	54
3. Poseo conocimientos teóricos del ambiente marino (mareas, corrientes, vientos...)	137	22,8	150	25	161	26,8	86	14,3	66	11
4. Me informo previamente de las condiciones meteorológicas cuando voy a practicar alguna actividad en la naturaleza	53	8,8	62	10,3	130	21,6	163	27,1	192	32
5. Me atrevería a salir en kayak en zonas en las que hay ballenas y delfines	113	18,8	79	13,1	114	19	102	17	192	32
6. Me gustaría ver ballenas y delfines acompañado de guías expertos	30	5	16	2,6	46	7,6	103	17,1	405	67,5

Fuente: Adaptado de «Actividad Física en Espacios Marinos de Alta Incertidumbre (AFEMAI). Práctica ocasional y experiencia competencial: un ejemplo en el kayak de mar.», por Martínez-Corominas, D., 2021, *Tesis de doctorado, Universidad de Barcelona*.

Tabla 5.

Aprendizaje practicantes ocasionales

	Totalmente en desacuerdo		En desacuerdo		Ni de acuerdo ni en desacuerdo		De acuerdo		Totalmente de acuerdo	
	n	%	n	%	n	%	n	%	n	%
1. Tengo formación relacionada con el mundo del deporte	163	27,1	90	15	132	22	118	19,6	97	16,1
2. Cuando quiero aprender un nuevo deporte lo hago por mi cuenta y sin ayuda	123	20,5	158	26,3	182	30,3	90	15	47	7,8
3. Busco ayuda de especialistas cuando quiero aprender un nuevo deporte	47	7,8	81	13,5	153	25,5	187	31,1	132	22
4. Me preparo previamente cuando	37	6,1	77	12,8	171	28,5	200	33,3	115	19,1

voy a hacer actividades en la naturaleza

5. Es necesario conocer todos los elementos de seguridad para practicar una actividad deportiva en la naturaleza	14	2,3	23	3,8	76	12,6	165	27,5	322	53,6
--	----	-----	----	-----	----	------	-----	------	-----	------

Fuente: Adaptado de «Actividad Física en Espacios Marinos de Alta Incertidumbre (AFEMAI). Práctica ocasional y experiencia competencial: un ejemplo en el kayak de mar.», por Martínez-Corominas, D., 2021, *Tesis de doctorado, Universidad de Barcelona*.

Tabla 6.

Valores practicantes ocasionales

	Totalmente en desacuerdo		En desacuerdo		Ni de acuerdo ni en desacuerdo		De acuerdo		Totalmente de acuerdo	
	n	%	n	%	n	%	n	%	n	%
1. Practico esta actividad porque es respetuosa con el medio ambiente	21	3,5	26	4,3	92	15,3	192	32	269	44,8
2. Esta actividad fomenta el compañerismo y el trabajo en equipo	13	2,1	26	4,3	93	15,5	206	34,3	262	43,6
3. Practico para conocer a otras personas y eso me enriquecerá	50	8,3	115	19,1	168	28	150	25	117	19,5
4. Practicar kayak de mar me irá bien para conocerme mejor a mí mismo/a	54	9	106	17,6	174	29	148	24,6	118	19,6
5. Me gustan los deportes acuáticos a motor	185	30,8	115	19,1	99	16,5	93	15,5	108	18

Fuente: Adaptado de «Actividad Física en Espacios Marinos de Alta Incertidumbre (AFEMAI). Práctica ocasional y experiencia competencial: un ejemplo en el kayak de mar.», por Martínez-Corominas, D., 2021, *Tesis de doctorado, Universidad de Barcelona*.

Tabla 7.

Motivaciones practicantes ocasionales

	totalmente en desacuerdo		en desacuerdo		ni de acuerdo ni en desacuerdo		de acuerdo		totalmente de acuerdo	
	n	%	n	%	n	%	n	%	n	%
1. aprender una nueva disciplina y su técnica	55	9,1	124	20,6	172	28,6	141	23,5	108	18
2. disfrutar al máximo del entorno natural y de la fauna del lugar	15	2,5	27	4,5	61	10,1	194	32,3	303	50,5
3. ir más allá y descubrir nuevos lugares	8	1,3	27	4,5	87	14,5	206	34,3	272	45,3
4. trabajar mi condición física	36	6	87	14,5	142	23,6	184	30,6	151	25,1
5. alejarme de la civilización	45	7,5	68	11,3	152	25,3	158	26,3	177	29,5
6. conocer a otras personas	84	14	133	22,1	170	28,3	126	21	87	14,5
7. otros motivos	218	36,3	101	16,8	111	18,5	72	12	98	16,3

Fuente: Adaptado de «Actividad Física en Espacios Marinos de Alta Incertidumbre (AFEMAI). Práctica ocasional y experiencia competencial: un ejemplo en el kayak de mar.», por Martínez-Corominas, D., 2021, *Tesis de doctorado, Universidad de Barcelona*.

Discusión

Esta investigación se planteó como objetivo principal el conocer la posible existencia de un determinado perfil sociodemográfico para los practicantes ocasionales de kayak de mar. Como objetivo secundario, se abordó indagar sobre la percepción que dichos practicantes tenían sobre sus propias competencias personales.

El *perfil sociodemográfico* mostró, sin distinción de sexo o edad, la necesidad del ser humano de acercarse a entornos más ecológicos (Inglés et al., 2016) que aquellos industrializados en los que reside con el fin de evadirse y encontrar el equilibrio. El *perfil competencial* se estructuró en dimensiones. En la primera de ellas, la *trayectoria vital*, se observó que más de la mitad de los encuestados pasaba su infancia en entornos marinos, dato que no sorprende puesto que, debido a la climatología y los miles de kilómetros de costa existentes, es algo habitual acercarse a estos entornos en época estival. Del mismo modo, se observó que los practicantes ocasionales no practicaban en su infancia actividades deportivas en la naturaleza con sus padres, aspecto que resulta una influencia fundamental (García Ferrando y Llopis Goig, 2017; Solís et al., 2020; Muñoz et al., 2021) para el desarrollo personal y de valores de las personas.

Diversos estudios respaldan los beneficios que las actividades físicas en la naturaleza producen en el individuo (Castell, 2020; Wolsko et al., 2019) y acompañan, de esta forma, el sentir de los practicantes ocasionales encuestados. Éstos eran, en su mayoría, muy conscientes de los beneficios para la salud que les proporcionan la realización de actividades físicas (en este caso, concretadas en aquellas que se llevan a cabo en el medio acuático), por el que afirmaron sentir una gran atracción y motivo principal por el que escogieron la práctica del kayak de mar.

En los resultados sobre su *relación con el entorno natural*, fue observado que los practicantes ocasionales de kayak de mar sentían gran curiosidad, aunque eran más prudentes en la relación con la fauna acuática que con el mar, el medio en el que esta habita. Preocupa el desequilibrio que se genera entre ese deseo y necesidad de aventura con la falta de competencias (Jiménez Oviedo et al., 2013) para relacionarse no sólo con la fauna sino también con el cambiante medio marino.

Sobre su *formación y aprendizaje*, se observó al administrar los cuestionarios in situ que un gran número de ellos contrataban los servicios de guías profesionales para disfrutar de la actividad. Sin embargo, se observó también durante la aplicación del cuestionario que otros tantos solían aventurarse de forma libre y sin asesorarse por los exper-

tos que les proporcionaban allí el material. De esta manera, se observaron experiencias positivas y negativas, siendo mayoritarias las primeras, debido, fundamentalmente, al buen estado del mar. En el caso de las experiencias negativas, se pudo ver en primera persona la reacción de los implicados y su resiliencia (Vera et al., 2006) ante la situación vivida, que fue diversa. Por lo tanto, se apreció cierta falta de competencias personales y emocionales (Bisquerra y Pérez, 2007) de los practicantes ocasionales en su interacción con el medio acuático, aspecto que debería trabajarse dándoles los recursos y la formación e información adecuada (Aadland et al., 2017; Torres et al., 2020) para mejorar y hacer de esa interacción algo positivo, placentero y con la seguridad necesaria.

En lo que respecta al *desarrollo de valores*, los practicantes ocasionales de kayak de mar se acercan a esa actividad principalmente porque es respetuosa con el medio ambiente y porque fomenta el compañerismo y el trabajo en equipo. Estos valores van en concordancia con los que se fomentan en la educación formal (RDL 157/2022, de 1 de marzo), añadiendo también el aprender a actuar de manera responsable y a repartir el tiempo entre actividades de ocio y responsabilidades. Es por ello que sería interesante otorgar mayor reconocimiento social a esta práctica debido a los beneficios individuales y sociales que aporta (Baena y Granero, 2007).

Finalmente, al hablar sobre *motivaciones*, los practicantes ocasionales de kayak de mar no buscan reconocimiento social a través de la práctica (Moreno et al., 2012), sino que responden a una motivación intrínseca, tal y como afirman Ryan y Deci (2021).

Conclusiones

De acuerdo con los resultados de esta investigación, se puede trazar un determinado *perfil sociodemográfico* para los practicantes ocasionales de kayak de mar. Son de ambos sexos sin apenas distinción, mayoritariamente nacionales y más de la mitad con formación universitaria, siendo casi la mitad de los que trabajan los que lo hacen como asalariados y viviendo la mayoría en ciudades o pueblos que no se acercan a un perfil rural. Por lo tanto, esa necesidad de acercarse al medio natural no entiende de sexo ni de edad, pero sí de condiciones ambientales diarias, haciendo buena esa necesidad de encontrar el equilibrio a través de la naturaleza para las personas que trabajan en un entorno menos ecológico como es el de las ciudades o pueblos de perfil urbano.

Sobre la percepción de competencia personal que tienen los practicantes ocasionales de kayak de mar, se ha observado en ellos voluntad y clara predisposición hacia la práctica de actividad física en el medio marino, estando en contacto con él desde las primeras edades. A pesar de no dominar la actividad, disfrutaban del acercamiento al entorno marino mediante su práctica, pues les ayuda a alcanzar aquello que les motiva, y lo hacen porque es una actividad respetuosa con el medio ambiente. Son plenamente

conscientes de la importancia de los elementos de seguridad y de la necesidad de formarse a través de expertos en ese ámbito. Aún así, ha quedado patente que su deseo es mayor que su temor, ya que, a pesar de no ser expertos practicantes en un entorno de incertidumbre, se aventuran a practicarlo incluso en solitario, con el objeto de ir más allá, de descubrir, de buscar el desafío y la novedad que permanecen intrínsecos en el ser humano. Sería considerada positiva la intervención educativa a través del kayak de mar, una actividad que permite disfrutar del medio marino (en un territorio como el nuestro en el que existen miles de kilómetros de costa) con pausa y sin perder detalle del entorno, sin impacto medioambiental e interactuando con la fauna que en él habita de forma respetuosa. Es por ello que se cree que debería fomentarse la práctica del kayak de mar en espacios marinos salvajes, en contraposición a aquellas actividades que coartan y limitan la exploración, el desafío y el crecimiento personal. En relación con este último apunte, habría que destacar la función que pueden cumplir las empresas que se dedican a este sector ofreciendo sus servicios y que es susceptible, aún, de abrirse a un mayor número de colectivos.

Líneas de investigación futura

A partir de los resultados obtenidos en el presente estudio y teniendo en cuenta los condicionantes (en este caso temporales) derivados de la reciente pandemia que ha acontecido a nivel mundial, sería recomendable poder llevar a cabo una réplica de estos datos mediante un estudio post-COVID-19.

Agradecimientos

Los coautores de este estudio quieren agradecer la colaboración a todas aquellas personas que participaron en el cuestionario de forma voluntaria, así como a la empresa SK KAYAK, que facilitó sus instalaciones y la posibilidad de acercarnos a ellas.

Con el apoyo del Instituto Nacional de Educación Física de Cataluña (INEFC) de la Generalitat de Catalunya.

Referencias

- Aadland, E., Vikene, O. L., Varley, P., & Moe, V. F. (2017). Situation awareness in sea kayaking: Towards a practical checklist. *Journal of Adventure Education and Outdoor Learning*, 17(3), 203-215. <http://dx.doi.org/10.1080/14729679.2017.1313169>
- Arribas, M. (2004). Diseño y validación de cuestionarios. *Matronas profesión*, 5(17), 23-29.
- Baena-Extremera, A., & Granero-Gallegos, A. (2007). Importancia de los valores educativos de las actividades físicas en la naturaleza. *Habilidad Motriz: revista de ciencias de la actividad física y del deporte*, (29), 5-14.
- Baena-Extremera, A., & Granero-Gallegos, A. (2011). Contribución de las actividades físicas en el medio natural a la consecución de las competencias básicas. *Trances*, 3(5), 609-632.
- Baena-Extremera, A., & Granero-Gallegos, A., Luque, P. &

- Rebollo, S. (2012). Análisis de las medidas de impacto ambiental en los Raids de aventura en España. *Interciencia*, 37(10), 729-735.
- Bailey, I. (2010). An analysis of sea kayaking incidents in New Zealand 1992–2005. *Wilderness & environmental medicine*, 21(3), 208-218. <https://doi.org/10.1016%2Fj.wem.2010.01.009>
- Bisquerra, R., & Pérez, N. (2007). Las competencias emocionales. *Educación XXI*, 10, 61-82. <https://doi.org/10.5944%2Feducxx1.1.10.297>
- Caparó, E. V. (2016). Validación de cuestionarios. *Odontología Activa Revista científica*, 1(3), 71-76.
- Castell, C. (2020). Naturaleza y salud: una alianza necesaria. *Gaceta Sanitaria*, 34(2), 194-196. <https://doi.org/10.1016/j.gaceta.2019.05.016>
- Dias, C., Cruz, J. F., & Danish, S. (2000). El deporte como contexto para el aprendizaje y la enseñanza de competencias personales. Programas de intervención para niños y adolescentes. *Revista de Psicología del Deporte*, 9(1-2), 107-122.
- Díaz-Pérez, J. C., Caballero-Julia, D., & Cuellar-Moreno, M. (2023). Revisión bibliográfica sobre la actividad física en el medio natural en Educación Física (Bibliographic review on physical activity in the natural environment in physical education). *Retos*, 48, 807–815. <https://doi.org/10.47197/retos.v48.95801>
- Eigenschenk, B., Thomann, A., McClure, M., Davies, L., Gregory, M., Dettweiler, U., & Inglés, E. (2019). Benefits of outdoor sports for society. A systematic literature review and reflections on evidence. *International journal of environmental research and public health*, 16(6), 937. <https://doi.org/10.3390/ijerph16060937>
- Erikson, E. H. (1985). El ciclo vital completado. In *El ciclo vital completado* (pp. 141-141).
- Fernández-Poncela, A. (2019). Educación: Competencias, emociones y humor, perspectivas y estudios. *Educación y Humanismo*, 21(37), 51-66. <https://doi.org/10.17081/eduhum.21.37.3365>
- Frías-Navarro, D., & Pascual-Soler, M. (Eds.) (2022). *Diseño de la investigación, análisis y redacción de los resultados*. Universidad de Valencia (España). <https://doi.org/10.17605/osf.io/kngtp>
- García Ferrando, M., & Llopis Goig, R. (2017). *La popularización del deporte en España: encuestas de hábitos deportivos 1980-2015* (Vol. 50). CIS-Centro de Investigaciones Sociológicas.
- Inglés, E., Funollet, F., & Olivera, J. (2016). Les activitats físiques en el medi natural. Present i futur. *Apunts: Educación física y deportes*, 2(124), 51-52. [https://doi.org/10.5672/apunts.2014-0983.cat.\(2016/2\).124.05](https://doi.org/10.5672/apunts.2014-0983.cat.(2016/2).124.05)
- Jiménez Oviedo, Y., Núñez, M., & Coto, E. (2013). La actividad física para el adulto mayor en el medio natural. *InterSedes*, 14(27), 168-181. <https://doi.org/10.15517/isucr.v14i27.10413>
- Martínez-Corominas, D. (2021). Actividad Física en Espacios Marinos de Alta Incertidumbre (AFEMAI). Práctica ocasional y experiencia competencial: un ejemplo en el kayak de mar (Tesis de doctorado, Universidad de Barcelona). <http://diposit.ub.edu/dspace/handle/2445/178721>
- Mateos, M. R. (2018). Turismo activo, recreación al aire libre y deportes de naturaleza: una lectura geográfica. *Boletín de la Asociación de Geógrafos Españoles*, (77), 462-492.
- Merrick, D., Hillman, K., Wilson, A., Labbé, D., Thompson, A., & Mortenson, W. B. (2021). All aboard: users' experiences of adapted paddling programs. *Disability and rehabilitation*, 43(20), 2945-2951. <https://doi.org/10.1080/09638288.2020.1725153>
- Moreno, J. A., Borges, F., Marcos, P. J., Sierra, A. C., & Huéscar, E. (2012). Motivación, frecuencia y tipo de actividad en practicantes de ejercicio físico. *Revista Internacional de Medicina y Ciencias de la Actividad Física y el Deporte*, 12(48) pp. 649-662.
- Muñoz Galiano, I. M., Pinto Díaz, C., & Torres Luque, G. (2021). Orientación familiar y hábitos saludables en estudiantes de Educación Primaria. *Revista española de orientación y psicopedagogía*, 32(3), 60–73. <https://doi.org/10.5944/reop.vol.32.num.3.2021.32556>
- Olivera, J., & Olivera, A. (2016). Las actividades físicas de aventura en la naturaleza (AFAN): revisión de la taxonomía (1995-2015) y tablas de clasificación e identificación de las prácticas. *Apunts: Educación física y deportes*, 2(124), 71-88. [https://doi.org/10.5672/apunts.2014-0983.es.\(2016/2\).124.06](https://doi.org/10.5672/apunts.2014-0983.es.(2016/2).124.06)
- Oviedo, H. C., & Campo-Arias, A. (2005). Aproximación al uso del coeficiente alfa de Cronbach. *Revista colombiana de psiquiatría*, 34(4), 572-580.
- Quivy, R., & van Compenhoudt, L. (2007). Manual de investigación en ciencias sociales. Herder.
- Real Decreto 157/2022, de 1 de marzo, por el que se establecen la ordenación y las enseñanzas mínimas de la Educación Primaria. *Boletín Oficial del Estado*, 52, de 2 de marzo de 2022. <https://www.boe.es/eli/es/rd/2022/03/01/157/con>
- Rodríguez-Rodríguez, J., & Reguant-Álvarez, M. (2020). Calcular la fiabilidad de un cuestionario o escala mediante el SPSS: el coeficiente alfa de Cronbach. *REIRE Revista d'Innovació i Recerca en Educació*, 13(2), 1-13.
- Ryan, R. M., Deci, E. L., Vansteenkiste, M., & Soenens, B. (2021). Building a science of motivated persons: Self-determination theory's empirical approach to human experience and the regulation of behavior. *Motivation Science*, 7(2), 97. <https://doi.org/10.1037%2Fm0000194>
- Solís, M. V., Mirabel, M., Miguel, P. A. S., & Gallego, D. I. (2020). Actividad física de padres e hijos adolescentes: un estudio transversal. *Retos: nuevas tendencias en educación física, deporte y recreación*, (37), 505-508. <https://doi.org/10.47197/retos.v37i37.71245>
- Torres, J. M. D., Boratía, R. J., Estebas, N. G., & Ibort, E. G. (2020). Diagnóstico escolar sobre el tratamiento de las actividades físicas en el medio natural dentro de la asignatura de Educación Física. *Retos: nuevas tendencias en educación física, deporte y recreación*, (37), 460-464. <https://doi.org/10.47197%2Fretos.v37i37.71010>
- Vera, B., Carbelo, B., & Vecina, M. L. (2006). La experiencia traumática desde la psicología positiva: resiliencia y crecimiento postraumático. *Papeles del psicólogo*, 27(1), 40-49.
- Wolsko, C., Lindberg, K., & Reese, R. (2019). Nature-based physical recreation leads to psychological well-being: Evidence from five studies. *Ecopsychology*, 11(4), 222-235. <https://doi.org/10.1089/eco.2018.0076>