

## Investigación Descriptiva, Correlacional o Cualitativa

PENSAR EN MOVIMIENTO:

*Revista de Ciencias del Ejercicio y la Salud*

ISSN 1659-4436

Vol. 20, No.2, pp. 1 - 18

Abre 1° de julio, cierra 31 de diciembre, 2022



### ESTUDIO COMPARATIVO DE LA ACTIVIDAD FÍSICA, SEDENTARISMO Y AUTOCONCEPTO FÍSICO ENTRE ADOLESCENTES CHILENOS CON Y SIN NECESIDADES EDUCATIVAS ESPECIALES

### COMPARED STUDY OF PHYSICAL ACTIVITY, SEDENTARY LIFESTYLE AND PHYSICAL SELF-CONCEPT AMONG CHILEAN ADOLESCENTS WITH AND WITHOUT SPECIAL EDUCATIONAL

### ESTUDO COMPARATIVO DE ATIVIDADE FÍSICA, SEDENTARISMO E AUTOCONCEITO FÍSICO ENTRE ADOLESCENTES CHILENOS COM E SEM NECESSIDADES EDUCACIONAIS ESPECIAIS

Noemi Salvador Soler <sup>1</sup> y Carlos Roberto Arriagada Hernández <sup>1</sup>

[noemi.salvador@uautonoma.cl](mailto:noemi.salvador@uautonoma.cl); [carlos.arriagada@uautonoma.cl](mailto:carlos.arriagada@uautonoma.cl)

<sup>1</sup> Universidad Autónoma de Chile, Temuco, Chile

Envío original: 2021-10-13 Reenviado: 2022-03-11 Aceptado: 2022-08-16

Publicado: 2022-09-20

Doi: <https://doi.org/10.15517/pensarmov.v20i2.48651>

Editora asociada a cargo: Ph.D Judith Jiménez Díaz

---

## RESUMEN

Salvador Soler, N. y Arriagada Hernández, C. R. (2022). Estudio comparativo de la actividad física, sedentarismo, y autoconcepto físico entre adolescentes chilenos con y sin necesidades educativas especiales. **PENSAR EN MOVIMIENTO: Revista de Ciencias del Ejercicio y la Salud**, 20(2), 1-18. El objetivo del estudio fue comparar el nivel de actividad física (NAF), sedentarismo y autoconcepto físico en escolares de ambos géneros que presentan y no presentan Necesidades Educativas Especiales Transitorias (NEET) de la región de la Araucanía (Chile). La investigación tiene un enfoque cuantitativo con un diseño no experimental, corte transversal y un alcance descriptivo comparativo. Se evaluaron 43 adolescentes de entre 15-17 años de la región de la Araucanía, con y sin NEET. Se aplicaron el cuestionario internacional de actividad física (IPAQ), el cuestionario de autoconcepto físico (CAF) y el cuestionario de actividad sedentaria del adolescente (ASAQ). Los principales

resultados mostraron que, con respecto al NAF, la mayoría de los escolares sin NEET se situaron en el nivel medio; mientras que, aquellos con NEET se situaron en el nivel bajo con diferencias significativas entre ellos. En relación con el sedentarismo, ambos grupos mostraron un comportamiento altamente sedentario sin diferencias significativas y con un promedio de 3415 minutos. Para el autoconcepto físico, comparativamente no se observaron diferencias significativas. Se concluye que, si bien los adolescentes con NEET mostraron un autoconcepto físico y comportamiento sedentario similar a los adolescentes sin NEET, sus niveles de actividad física fueron significativamente menores, por lo que el rol del profesor de Educación Física puede ser fundamental en la modificación de los hábitos de actividad física y deporte en los adolescentes con NEET, así como en la organización de una mayor oferta de instancias deportivas o físicas inclusivas.

**Palabras clave:** actividad física, adolescentes, educación física, necesidades educativas especiales.

---

### ABSTRACT

Salvador Soler, N. & Arriagada Hernández, C. R. (2022). Compared study of physical activity, sedentary lifestyle and physical self-concept among Chilean adolescents with and without special educational. **PENSAR EN MOVIMIENTO: Revista de Ciencias del Ejercicio y la Salud**, 20(2), 1-18. The objective of the study was to compare the level of physical activity (PAL), sedentary lifestyle and physical self-concept in school students of both genders in the region of Araucanía (Chile) with and without Transitory Special Educational Needs (TSEN). The research has a quantitative approach with a non-experimental, cross-sectional design and a compared descriptive scope. The assessment included 43 adolescents between 15-17 years old in the region of Araucanía, with and without TSEN. The team applied the international physical activity questionnaire (IPAQ), the physical self-concept questionnaire (CAF) and the adolescent sedentary activity questionnaire (ASAQ). The main results showed that, as related to PAL, the majority of students without TSEN were situated in the medium level, while those with TSEN were situated in the lower level with significant differences between them. Concerning the sedentary lifestyle, both groups showed a highly sedentary behavior, without significant differences and with a 3415 minute average. For physical self-concept, no significant differences were observed in the comparison. The conclusion is that, while adolescents with TSEN showed a physical self-concept and sedentary behavior similar to adolescents without TSEN, their levels of physical activity were significantly lower, so that the role of the Physical Education teacher can be key in the modification of habits in physical activity and sports in adolescents with TSEN, as well as in the organization of a higher offer of inclusive sports or physical instances.

**Keywords:** physical activity, adolescents, physical education, special educational needs.

---

### RESUMO

Salvador Soler, N. e Arriagada Hernández, C. R. (2022). Estudo comparativo de atividade física,

- 2 -



Esta obra está bajo una

[Licencia Creative Commons Atribución-NoComercial-CompartirIgual 4.0 Internacional](https://creativecommons.org/licenses/by-nc-sa/4.0/)

sedentarismo e autoconceito físico entre adolescentes chilenos con e sem necessidades educacionais especiais. **PENSAR EN MOVIMIENTO: Revista de Ciencias del Ejercicio y la Salud**, 20(2), 1-18. O objetivo do estudo foi comparar o nível de atividade física (NAF), o sedentarismo e o autoconceito físico em estudantes de ambos os sexos que apresentam e não apresentam Necessidades Educacionais Especiais Temporárias (NEET) da região de Araucanía (Chile). A pesquisa tem uma abordagem quantitativa com um método não experimental, coorte transversal e um escopo descritivo comparativo. Foram avaliados 43 adolescentes entre 15 e 17 anos da região de Araucanía, com e sem NEET. Foram aplicados o questionário internacional de atividade física (IPAQ), o questionário de autoconceito físico (QAF) e o questionário de atividade sedentária do adolescente (QASA). Os principais resultados mostraram que, em relação ao NAF, a maioria dos estudantes sem NEET situaram-se no nível médio; por outro lado, aqueles com NEET situaram-se no nível baixo com diferenças significativas entre eles. Em relação ao sedentarismo, ambos os grupos apresentaram comportamento altamente sedentário sem diferenças significativas e com média de 3.415 minutos. Para o autoconceito físico, comparativamente não foram observadas diferenças significativas. Conclui-se que, embora os adolescentes com NEET tenham apresentado um autoconceito físico e comportamento sedentário semelhante aos adolescentes sem NEET, seus níveis de atividade física foram significativamente menores, de modo que o papel do professor de Educação Física pode ser fundamental na modificação dos hábitos de atividade física e esporte em adolescentes com NEET, bem como na organização de uma maior oferta de instâncias esportivas ou físicas inclusivas.

Palavras-chave: atividade física, adolescentes, educação física, necessidades educacionais especiais.

## INTRODUCCIÓN

En el año 2015, en Chile, fue promulgada la Ley de Inclusión Escolar con el objetivo de entregar las condiciones, facilidades y oportunidades para que todos los escolares del país pudieran acceder a una educación de calidad (Ministerio de Educación de Chile [MINEDUC], 2019) y así, en un futuro, se pueda encontrar con un universo variado de alumnado: escolares de diversas nacionalidades, estratos sociales y/o con estudiantes con Necesidades Educativas Especiales (NEE) (MINEDUC, 2017). Por lo tanto, con la aprobación de políticas públicas inclusivas en Chile, se promueven la equidad, la inclusión y la diversidad, lo que toma mayor fuerza con el derecho de que los niños, niñas, adolescentes y jóvenes puedan acceder a la educación, sin importar sus capacidades, intereses o sus diversas formas de aprender y desarrollarse en un sistema educativo con mejores accesos y condiciones para la atención e integración socioeducativa (Arriagada et al., 2021; López y Valenzuela, 2015; Rubio, 2017). Por otra parte, en particular dentro de las acciones implementadas a partir de la Ley de Inclusión Escolar, subyace el Decreto 83, el cual se refiere a la diversificación de la

enseñanza, en el que se aprueban criterios y orientaciones de adecuación curricular para estudiantes con necesidades educativas especiales (NEE) de educación parvularia y básica (MINEDUC, [2015](#)).

Las NEE hacen referencia a estudiantes que presentan dificultades mayores al resto de los estudiantes del mismo nivel para acceder a los aprendizajes correspondientes a su edad, que a la vez presentan desfases relacionados al currículum por distintas causas. El apoyo a estos estudiantes constituye un desafío para el Estado debido a que la atención debe ser brindada por equipos multidisciplinarios (López y Valenzuela, [2015](#)), pues todavía no es del dominio y comprensión plena de los docentes (Arriagada et al., [2021](#)). Además, el gobierno debe promover la formación del profesorado en esta materia para que cuente con los atributos para dar respuestas educativas de calidad a los diferentes estilos de aprendizaje, ritmos, capacidades e intereses que presentan los estudiantes (MINEDUC, [2015](#)).

Chile define las NEE, a través del decreto 170/2009, clasificándolas en Permanentes y Necesidades Educativas Transitorias. Las primeras corresponden a discapacidades de tipo intelectual, sensorial, trastornos del espectro autista y discapacidad múltiple que afectan durante toda la etapa escolar, así como en su futuro; las segundas incluyen a trastornos específicos del aprendizaje (López y Valenzuela, [2015](#)). Por tanto, las NEE transitorias (NEET) son dificultades de aprendizaje que experimentan los educandos en algún momento de su etapa escolar y que son diagnosticadas por profesionales competentes, estas necesidades podrían ser: dificultades de aprendizaje, trastornos específicos del lenguaje, déficit atencional y coeficiente intelectual limítrofe. Además, se demanda al sistema educacional proveer apoyos y recursos adicionales o extraordinarios por un determinado lapso de su escolarización, para asegurar, de esta manera, el aprendizaje eficaz y la participación de todos los estudiantes en el proceso educativo (MINEDUC, [2015](#)).

En los establecimientos educativos públicos de Chile, la población escolar con NEE ha ido en aumento en los últimos años a partir de que el Decreto 83 fue promulgado con el fin de generar una sociedad inclusiva para que todo estudiante pueda acceder sin problemas a un establecimiento educativo, sin importar su condición (Crespo-Barria et al., [2014](#)). De acuerdo con López y Valenzuela ([2015](#)), la población chilena con NEE aumentó a un 54% (72 019 estudiantes entre los años 2006 y 2010) y, hacia el año 2013, incrementó al doble la población estudiantil con NEE, alcanzando los 210 332 estudiantes ingresados a los programas de integración escolar.

Por otra parte, existen estudios que muestran la importancia de la Actividad Física (AF) y promoción de una vida activa en el rendimiento escolar, así como el manejo de la conducta y

salud en adolescentes con NEE (Bustamante et al., [2019](#)). De acuerdo con la Organización Mundial de la Salud ([OMS], [2018](#)) la AF abarca movimientos corporales que pueden ser realizados bajo distintos contextos como trabajo, tareas del hogar, actividades recreativas y/o actividades de esparcimiento en tiempos libres. En Chile, la Política Nacional de Actividad Física Escolar tiene como finalidad aumentar y mejorar la calidad de la AF de los estudiantes del país, para contribuir a la creación de hábitos de una vida activa y saludable y, por medio de esta, aportar a la calidad de la educación integral del estudiante (MINEDUC, [2018](#)).

Los niveles de AF recomendados por la OMS, para niños, niñas y jóvenes de cinco a 17 años, son mínimo 60 minutos diarios en actividades físicas de intensidad moderada a vigorosa, con el fin de mejorar las funciones cardiorrespiratorias y musculares, así como reducir el riesgo de enfermedades no transmisibles (OMS, [2010](#)). Cortínez-O’Ryan y Aguilar-Farias ([2017](#)) señalan que Chile obtuvo una puntuación 2, en escala de 1 a 7 al evaluar el cumplimiento de las recomendaciones de AF por parte de niños, niñas y adolescentes. Además, los autores reportaron que el cumplimiento es menor en mujeres que en hombres, y que los y las adolescentes quienes cumplen las recomendaciones aproximadamente un 50% menos que los niños y las niñas.

De acuerdo con el Departamento de Salud y Servicios Humanos de los Estados Unidos ([2018](#)), el sedentarismo se define como cualquier comportamiento que se caracteriza por un estado de vigilia, en el cual se produce un gasto energético  $\leq 1.5$  Met, mientras se está sentado, reclinado o tumbado, como ver televisión o estar sentado mientras se trabaja. El sedentarismo es un factor de riesgo vinculado principalmente a enfermedades cardiovasculares, así como diabetes, obesidad, cáncer y muerte prematura en todo el mundo (Martínez et al., [2018](#)).

Los autores Martínez et al. ([2018](#)), en su investigación sobre los factores asociados al sedentarismo en Chile, estimaron que entre el 55% y 70% de las actividades que se realizan diariamente, sin considerar el tiempo en reposo, son de tipo sedentarias, por lo que el 19% de la población chilena es físicamente inactiva. Además, el 35% destina más de cuatro horas al día a estar sentado o acostado. En Chile, como en otros países latinoamericanos, las cifras de sedentarismo en adolescentes se han elevado y muestran un alto predominio en actividades de baja intensidad, como dormir y ver televisión, entre adolescentes de 15 a 18 años (Alvear et al., [2015](#); Chávez y Sandoval, [2016](#); Ramos et al., [2016](#)).

De acuerdo con el último reporte de notas de AF en niños, niñas y adolescentes, basados en indicadores comunes respecto al cumplimiento de la recomendación sobre pasar menos de dos horas al día en actividades de bajo gasto energético, como ver televisión o

utilizar videojuegos, los países latinoamericanos participantes, entre ellos Chile, Ecuador, Uruguay y Venezuela, mostraron que aproximadamente la mitad de los niños, niñas y adolescentes cumplieron con dichas recomendaciones, mientras que Colombia, México y Brasil (menos de la mitad de este grupo) cumplieron con dichas recomendaciones (Aubert et al., [2018](#)).

En la adolescencia se produce el paso a la vida adulta, se termina de formar la identidad personal y el autoconcepto se asienta como base de la personalidad (Rodríguez, [2019](#)). Por otra parte, el autoconcepto físico se comprende como un agente que hace referencia a la percepción de la persona sobre su aspecto físico y su condición física (Goñi et al., [2006](#)). Además, el autoconcepto es variado y modificable, se va construyendo a lo largo de la vida, a través de las experiencias y de las valoraciones que se hace de estas, así como a través de las opiniones y valoraciones que se recibe de los demás (Ruiz de Azúa y Rodríguez, [2006](#)). Según Goñi et al. ([2006](#)), el autoconcepto físico posee seis dimensiones: Habilidad Física (la percepción de las cualidades y habilidades para la práctica de los deportes, la facilidad de adaptar e integrar nuevas acciones motrices para la práctica de diversos deportes), Condición Física (la condición y forma física; resistencia y energía física), Atractivo Físico (percepción de la apariencia física propia; seguridad y satisfacción por la imagen propia), Fuerza (verse y/o sentirse fuerte, con capacidad para levantar peso, con seguridad ante ejercicios que exigen fuerza y predisposición a realizar dichos ejercicios), el Autoconcepto Físico General (la opinión y sensaciones positivas en diversos tópicos sobre lo físico), el Autoconcepto General (grado de satisfacción con uno mismo y con la vida en general).

Moreno et al. ([2007](#)) plantearon que conocer la percepción de uno mismo colabora al momento de generar una conciencia real sobre la importancia de realizar AF. Posteriormente, Martínez y González ([2017](#)) señalaron que el autoconcepto físico se ve directamente influenciado por la realización de AF en adolescentes, debido a los beneficios que esta ejerce en la construcción de la personalidad. Más tarde, Frutos de Miguel ([2018](#)) indicó, en su investigación, que los escolares que participan en mayor cantidad de clases de educación física presentan un mayor y mejor autoconcepto físico. Diversos autores han observado una relación entre ser físicamente activo o practicar deporte de forma regular y el autoconcepto físico de los escolares (Rodríguez et al., [2006](#); Yáñez et al., [2016](#)). No obstante, la información sobre sedentarismo, el nivel de actividad física y el autoconcepto físico es escasa en adolescentes con NEET, por lo que es necesario describir el comportamiento de estas variables en este grupo etario. Por tanto, se plantea como objetivo de la presente investigación describir y comparar el nivel de actividad física (en adelante NAF), sedentarismo y

autoconcepto físico entre adolescentes de 15 – 17 años con y sin NEET.

## METODOLOGÍA

### Diseño y participantes

La presente investigación tiene un enfoque cuantitativo, de tipo no experimental, corte transversal y con un alcance descriptivo-comparativo. La muestra fue seleccionada a través de un proceso no probabilístico y por conveniencia. Se evaluaron 43 adolescentes (62.8% mujeres y 37.2% hombres) de 15 a 17 años de la región de la Araucanía (Chile), con una edad promedio de 16.1, de los cuales 20 presentaban NEET (46.5%) y 23 (53.5%) no presentaban NEET. Los criterios de inclusión para ambos grupos fueron: no padecer lesiones ni discapacidad motora y, como criterios de exclusión, se consideró la no entrega de alguno de los tres cuestionarios aplicados o del consentimiento informado. Además, los adolescentes con NEET debían estar diagnosticados por un especialista.

El estudio contó con el permiso de los padres, la aprobación de los equipos directivos de las instituciones educativas participantes y se desarrolló según las normas éticas establecidas en la declaración de Helsinki.

### Instrumentos

Para evaluar el NAF se utilizó el Cuestionario Internacional de Actividad Física (IPAQ) en versión corta. La versión corta hace referencia a la actividad física realizada en los últimos siete días y tiene un total de siete preguntas (IPAQ group, [2018](#)). El cuestionario clasifica el NAF en bajo (gasto metabólico igual o inferior a 600 Met/semana), moderado (gasto metabólico comprendido entre 600-1500 Met/semana) y alto (gasto metabólico igual o superior a 1500 Met/semana). Este cuestionario se encuentra validado internacionalmente (Booth, [2000](#)).

El comportamiento sedentario fue evaluado con el Cuestionario de Actividad Sedentaria del Adolescente (*Adolescent Sedentary Activity Questionnaire*), el cual es de carácter autoadministrado, contiene 11 preguntas que responden al comportamiento sedentario fuera del horario de clases y 12 preguntas que responden al comportamiento sedentario del fin de semana (Hardy et al., [2007](#)). Este cuestionario ha sido validado y tiene una buena fiabilidad test re-test (Buhning et al., [2009](#))

Finalmente, el autoconcepto físico fue evaluado con el Cuestionario de Autoconcepto Físico (CAF) de Goñi et al. ([2006](#)), el cual contiene un total de 36 ítems (20 directos y 16

indirectos), correspondientes a seis escalas (habilidad deportiva, condición física, atractivo físico, fuerza, autoconcepto físico general y autoconcepto general), compuesta cada una de ellas por seis ítems. La posibilidad de respuesta a cada ítem se ofrece en una escala Likert de cinco grados: falso, casi siempre falso, a veces verdadero, a veces falso, casi siempre verdadero, verdadero. Los ítems directos tienen una puntuación de 1 a 5 (de 1 punto para falso a 5 para verdadero), y los ítems indirectos se puntúan a la inversa. El cuestionario presenta un 0.94 de confiabilidad (Navas et al., [2013](#)).

## **Análisis de datos**

Para el tratamiento estadístico, se utilizó el software *Statistical Package for Social Science* (SPSS) versión 22.0. En primer lugar, se realizó un análisis descriptivo de la variable NAF, realizando un recuento de frecuencias de las tres categorías (alto, medio y bajo). Posteriormente, para la comparación del NAF entre adolescentes con y sin NEET, se aplicó la prueba estadística de Chi-cuadrado de Pearson. Respecto al sedentarismo, se realizó un análisis descriptivo de los datos mediante media y desviación típica y se compararon las medias a través de la prueba estadística U de Mann-Whitney, al no presentar dicha variable una distribución normal en la prueba de normalidad de Shapiro-Wilk. Seguidamente, se realizó un análisis descriptivo que indicó el tipo de autoconcepto físico con mayor predominio dentro de los sujetos evaluados, datos que fueron señalados por una tabla de medias y desviación típica. Por último, se compararon los datos por escala a través de la prueba estadística T de Student para muestras independientes, al presentar dicha variable una distribución normal.

## **RESULTADOS**

En la [Tabla 1](#) se presentan los resultados obtenidos para la variable de nivel de actividad física, en la cual se puede observar que los y las adolescentes sin NEET, en general, presentan un mejor nivel de actividad física que aquellos con NEET. La mayoría de los y las adolescentes sin NEET obtuvieron un NAF medio, mientras que aquellos con NEET mostraron mayormente un bajo NAF. Además, para la categoría “Alto” el mayor porcentaje fue observado en los y las adolescentes sin NEET. Estas diferencias fueron estadísticamente significativas (.05).



Tabla 1

*Estadísticos descriptivos de nivel de actividad física y comportamiento sedentario*

	<b>Con NEET (n = 20)</b>	<b>Sin NEET (n = 23)</b>	<b>Total (n = 43)</b>
<i>NAF<sup>1</sup> (%)</i>			
Alto	14	86	16
Bajo	81	19	37
Medio	30	70	47
<i>Sedentarismo<sup>2</sup> (min/sem)</i>			
N	20	23	43
Mínimo	975	420	420
Máximo	9780	6900	9780
Media ± DT	3975 ± 2330.7	2929.4 ± 1667.3	3415.7 ± 2047.4

*Nota.* <sup>1</sup>Prueba de Chi-cuadrado de Pearson  $p = .002$ . <sup>2</sup>Prueba U de Mann-Whitney  $p = .137$ .  
 Fuente: elaboración propia.

La [Tabla 1](#) muestra, también, los resultados obtenidos para la variable de comportamiento sedentario, en la que se observa que los y las adolescentes con NEET (3975 minutos) obtuvieron un mayor promedio de minutos semanales dedicados a actividades sedentarias que aquellos sin NEE (2929.4 minutos), aunque estas diferencias no fueron estadísticamente significativas.

Tabla 2

*Estadístico descriptivo del autoconcepto físico en adolescentes evaluados.*

Autoconcepto físico	Media ± [Media ± DT		Media ± DT			
	Total (n = 43)		Con (n = 20)		Sin (n = 23)	
	F	M	F	M	F	M
	n = 27	n = 16	n = 11	n = 9	n = 16	n = 7
Habilidad Deportiva	18.3±5.8	18.9±5.2	17.5±4,3	19.2±5.4	18.9±6.0	19.3±4.4
Capacidad Física	16.4±5.1	18.3±5.9	15.3±2.8	18.2±5.3	17.4±5.5	19.4±4.5
Atractivo Física	18.4±7.5	19.8±4.9	17.6±6.0	21.4±6.7	19.1±8.0	19.3±4.9
Fuerza	17.5±5.1	18.3±6.5	17.6±3.0	18.4±5.0	17.9±6.0	20.3±6.5
Autoconcepto Físico General	20.1±6.4	21.0±5.7	18.2±3.7	22.0±6.7	21.6±6.7	18.7±7.2
Autoconcepto General	20.0±5.9	19.6±4.0	18.6±3.3	20.8±3.3	21.7±5.6	16.9±2.0

*Nota.* F: femenino, M: masculino, DT: desviación típica. Fuente: elaboración propia.

En relación con la tercera variable de estudio, la [Tabla 2](#) muestra los resultados del autoconcepto físico. Para el total de los adolescentes evaluados, el Autoconcepto Físico General presentó mayor prevalencia. En ambos grupos (con NEET y sin NEET), las adolescentes mostraron los resultados más altos en la dimensión Autoconcepto General; mientras que, en los varones sin NEET, destacó la Fuerza y la Capacidad Física y, en los con NEET, destacó el Autoconcepto Físico General y Atractivo Físico. No obstante, ninguna de estas diferencias fue estadísticamente significativas entre ambos grupos.

## DISCUSIÓN

De acuerdo con las recomendaciones actuales, los menores de 5 a 17 años se consideran activos cuando realizan una actividad física y/o deportiva con una frecuencia mínima de 60 minutos todos los días (OMS, [2010](#)), lo cual corresponde a un NAF categorizado como alto. En relación con esto, solo el 16% de todos los y las adolescentes evaluados en esta investigación estaría cumpliendo con los NAF recomendados y, dentro de dicho grupo, la gran mayoría (86%) no presentaría NEET, por lo que solo un 14% de aquellos con NEET sí estaría cumpliendo con dichas recomendaciones. En cuanto al total de los evaluados en la presente investigación, los resultados concuerdan con los de la última encuesta nacional de actividad física en menores entre 5 a 17 años de Chile, donde se observó que solo un

16.5% era considerado como activo.

Estos resultados estarían de acuerdo con los datos observados en países latinoamericanos como Brasil, Ecuador, México, Uruguay y Venezuela, donde se presenta entre un 20-26% de menores que cumplen las recomendaciones de AF. Por otra parte, Ramírez et al. (2014) observaron que alrededor del 25% de todos los jóvenes costarricenses alcanzaba los niveles recomendados de AF moderada vigorosa, lo que contrasta con los buenos resultados observados en otros países como Eslovenia, donde más del 80% de los niños, niñas y jóvenes de entre 6 y 19 años cumplía con las pautas de actividad física (Aubert et al., 2018).

También, Frömel et al. (2018) señalan que el 45.9% de los varones checos y el 33.4% de las chicas cumplen las recomendaciones para una AF vigorosa, mientras que el 64.5% de los niños polacos y el 51.3% de las niñas la cumple. Por otra parte, tanto los niños y las niñas como los adolescentes chilenos distan bastante de cumplir con las recomendaciones, siendo más preocupante todavía el hecho de que el grupo de los adolescentes cumplen las recomendaciones aproximadamente un 50% menos que el de los niños y niñas (Cortínez-O'Ryan y Aguilar-Farias, 2017). En cuanto al bajo porcentaje de cumplimiento de la AF recomendada en los y las adolescentes con NEET obtenidos en la presente investigación, es interesante resaltar el rol de los establecimientos educativos en la creación de estos hábitos. En este sentido, Castillo-Retamal et al. (2021) señalan que las Bases Curriculares de Chile no están diseñadas para trabajar de manera inclusiva con estudiantes con NEE, sumadas a la falencia entre los docentes del área relacionados a competencias profesionales para trabajar con escolares con NEE.

Los datos obtenidos por el ASAQ muestran que los y las adolescentes con NEET estarían dedicando aproximadamente 9 horas de actividades sedentarias diarias, fuera del ámbito escolar y descartando las horas de sueño, lo que correspondería a un nivel alto de comportamiento sedentario. Mientras que el grupo de adolescentes sin NEET estaría dedicando aproximadamente 7 horas a actividades sedentarias diarias. Este elevado tiempo dedicado a conductas sedentarias ya fue previamente registrado en menores de 4-5 años de la misma región por Aguilar-Farias et al. (2015).

El alto nivel de sedentarismo registrado en la presente investigación también concuerda con los observados por Morales et al. (2017) en estudiantes universitarios chilenos de una edad media de 18 años, así como con los de Martínez y González (2017) para la población chilena mayor de 18 años, ambos con porcentajes elevados de población con nivel alto de comportamiento sedentario (40% y 47%, respectivamente). Esto refleja que el estilo de vida

general de todo el grupo de adolescentes evaluados en este estudio es altamente sedentario, en ese sentido, sería la gran problemática en gran parte de las clases de Educación Física, a la cual los alumnos podrían llegar con hábitos determinados ya por el sedentarismo y con niveles bajos de NAF.

Respecto al tipo de actividades sedentarias, en el presente trabajo han predominado las dimensiones del “estar sentado con amigos”, “ver televisión” y el “uso del celular”, lo que concuerda con una investigación realizada en Ecuador por Chávez y Sandoval (2016); esta reveló que el 49% de los adolescentes entre 14 a 17 años ocupan el tiempo libre en actividades sedentarias, con un predominio del uso de la tecnología, escuchar música y ver televisión donde se observa, por tanto, un mal uso del tiempo libre. Estas acciones están reflejadas en la poca conciencia de hacer alguna actividad física recreativa no solo para el grupo de adolescentes con NEET, sino para la población en general, ya que se reducen al ámbito escolar y no se fomentan fuera de este contexto.

En este sentido, las observaciones recientes de Giakoni et al. (2021) muestran que, en Chile, los menores con cuatro horas de Educación Física no logran cumplir las recomendaciones de AF de la OMS (2010) debido a que los estudiantes pasan demasiado tiempo en actividades sedentarias. Además, se “destaca que el uso inapropiado de los recursos tecnológicos por parte de la población adolescente es uno de los principales causantes del sedentarismo, la inactividad física y la declinación de los hábitos de vida saludable” (Durán-Vinagre et al., 2021, p. 785). El hecho de que la tecnología es ampliamente utilizada por menores podría explicar el comportamiento altamente sedentario de ambos grupos de adolescentes con y sin NEET evaluados. Por otra parte, que el grupo de los y las adolescentes sin NEET tengan un menor NAF podría ser debido a que las actividades que permiten mejorarlo, como son, por ejemplo, los talleres deportivos o los programas de actividad física, entre otras, deben encaminarse hacia una atención inclusiva. Por eso, el profesor de Educación física puede tener un rol fundamental en los niños con NEE en la modificación de hábitos de AF y deporte.

Respecto al autoconcepto físico, los resultados obtenidos para la muestra general indican que existe un predominio del autoconcepto físico general tanto en las mujeres como en los hombres y en todas las dimensiones fue superior en los hombres, exceptuando en la dimensión del autoconcepto general. En adolescentes sin NEET, en el caso de las mujeres evaluadas, predominó el autoconcepto general, secundado por el autoconcepto físico general y, en el caso de los hombres, predominó la dimensión fuerza y luego la capacidad física. Estos resultados coinciden con los de López et al. (2010), quienes realizaron una investigación en

España a estudiantes de 12–18 años, señalando que la dimensión que obtuvo mayor valoración fue el Autoconcepto General (4.24) y el Autoconcepto Físico (4.09). Además, en la investigación de estos mismos autores, nuevamente los hombres obtuvieron una media superior a la de las mujeres en todas las dimensiones del Autoconcepto Físico. Corroborando los resultados anteriores, Videra- García y Reigal-Garrido (2013) indicaron que los hombres presentaban mejor percepción que las mujeres en Habilidad Física, Condición Física, Atractivo Físico y Fuerza, siendo en todos los casos estadísticamente significativo. Esto mismo fue reportado por Palomino et al. (2018) en su investigación realizada con adolescentes colombianos, en la cual señalan que las mujeres registran mayor media en las dimensiones de Apariencia y Autoestima, mientras que los hombres registran mayor media en Competencia Percibida, Fuerza y Condición Física; cabe destacar que en ese estudio se utilizó como instrumento el Cuestionario de Autoconcepto Físico de 5 dimensiones.

## CONCLUSIONES

Al comparar los adolescentes con y sin NEET respecto al NAF, se observó que estos últimos concentran una mayor cantidad de evaluados en un nivel medio, secundado por un alto nivel de actividad física; mientras que los adolescentes con NEET concentran un mayor número de evaluados en un nivel bajo de actividad física, siendo dichas diferencias estadísticamente significativas. Sin embargo, ambos grupos mostraron un comportamiento altamente sedentario y sin diferencias significativas entre ambos grupos. Por tanto, los y las adolescentes con NEET requieren de una oferta educativa que les permita mejorar sus niveles de actividad física para mantener un crecimiento y desarrollo saludable, además de contrarrestar los altos niveles de comportamiento sedentario. Este comportamiento altamente sedentario podría estar impactando negativamente en el autoconcepto físico en ambos grupos, por lo que es necesario implementar nuevas estrategias que animen a los adolescentes a desarrollar algunos estilos de vida más saludables, especialmente en adolescentes con NEET, quienes en este estudio muestran la mayor tasa de sedentarismo y menor nivel de actividad física.

**Contribuciones:** Noemi Salvador Soler (B-C-D-E) y Carlos Roberto Arriagada Hernández (B-D-E)

**A**-Financiamiento, **B**-Diseño del estudio, **C**-Recolección de datos, **D**-Análisis estadístico e interpretación de resultados, **E**-Preparación del manuscrito.



## REFERENCIAS

- Aguilar-Farías, N., Martino-Fuentealba, P., y Espinoza-Silva, M. (2015). Objectively measured physical activity and sedentary behaviour patterns in Chilean pre-school children. *Nutrición hospitalaria*, 32(6), 2606-2612. <https://doi.org/10.3305/nh.2015.32.6.9489>
- Alvear, M., Galeano, L., Martínez, E., Villanueva, M., y Herazo, Y. (2015). Sedentarismo en estudiantes de la escuela Instenalco. *Revista de Salud en Movimiento*, 7(1), 38-43. <https://1library.co/document/zx22godq-sedentarismo-en-estudiantes-de-la-escuela-instenalco.html>
- Arriagada, C., Jara, L., y Calzadilla-Pérez, O. (2021). La co-enseñanza desde enfoques inclusivos para los equipos del Programa de Integración Escolar. *Estudios pedagógicos*, 47(1), 175-195. <https://dx.doi.org/10.4067/S0718-07052021000100175>
- Arriagada, C., Venegas, N., y Calzadilla-Pérez, O. (2021). La evaluación de las prácticas profesionales de coenseñanza. *Praxis y Saber*, 12(31), e10795. <https://doi.org/10.19053/22160159.v12.n31.2021.10795>
- Aubert, S., Barnes, J., Abdeta, Ch., Abi, P., Adeniyi, A., Aguilar-Farias, N., Andrade, D., Bhawra, J., Brazo-Sayavera, J., Cardon, G., Chang, C., Delisle, C., Demetriou, Y., Draper, C., Edwards, L., Emeljanovas, A., Gába, A., Galaviz, K., González, S., ... Tremblay, M. (2018). Global Matrix 3.0 Physical Activity Report Card Grades for Children and Youth: Results and Analysis From 49 Countries. *Journal of Physical Activity and Health*, 15(s2), S251-S273. <https://journals.humankinetics.com/view/journals/jpah/15/s2/article-pS251.xml>
- Booth, M. (2000). Assessment of Physical Activity: An International Perspective. *Research Quarterly for Exercise and Sport*, 71(2), 114-120. <https://paulogentil.com/pdf/Assessment%20of%20physical%20activity%20-%20An%20international%20perspective.pdf>
- Buhring, K., Oliva, P., y Bravo, C. (2009). Determinación no experimental de la conducta sedentaria en escolares. *Revista Chilena de Nutrición*, 36(1), 23-30. [https://scielo.conicyt.cl/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S071775182009000100003](https://scielo.conicyt.cl/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S071775182009000100003)
- Bustamante, E., Santiago-Rodríguez, M., Ramer, J., Moraes, G., Mehta, T., y Frazier, S. (2019). Actividad física y TDAH: evidencia sobre el desarrollo, efectos neurocognitivos a corto y largo plazo y sus aplicaciones. *Pensar en movimiento: Revista de Ciencias del Ejercicio y la Salud*, 17(1), 1-28. <https://doi.org/10.15517/pensarmov.v17i1.37863>
- Castillo-Retamal, F., Cárcamo, B., Aravena, H., Valenzuela, A., Pérez, T., Medel, C., y



- Quezada, J. (2021). Necesidades Educativas Especiales y Educación Física: un análisis desde la propuesta curricular ministerial de Chile. *Retos*, 42, 56-65. <https://doi.org/10.47197/retos.v42i0.86977>
- Chávez, C., y Sandoval, M. (2016). Leisure, sedentary lifestyle, and health in Ecuadorian teenagers. *Revista Cubana de Medicina General Integral*, 32(3), 1-13. <https://www.medigraphic.com/cgi-bin/new/resumen.cgi?IDARTICULO=76692>
- Cortínez, A., y Aguilar, N. (2017). *Reporte de Notas chileno sobre la actividad física de niños y adolescentes 2016*. Universidad de la Frontera. <http://www.activehealthykidschile.com/wp-content/uploads/2017/04/Reporte-Actividad-F%C3%ADsica-Infantil-Chile.pdf>
- Crespo-Barria, M., Caamaño-Navarrete, F., Ojeda-Nahuelcura, R., Machuca-Barria, C., y Carrasco-Jiménez, Á. (2014). Correlación de variables antropométricas como predictor de salud, en una población de niños y adolescentes con síndrome de Down de Temuco, Chile. *Revista de la Facultad de Medicina*, 62(2), 193-198. <https://doi.org/10.15446/revfacmed.v62n2.45333>
- Department of Health and Human Services. (2018). *Physical Activity Guidelines for Americans* (2ª ed.). [https://health.gov/sites/default/files/2019-09/Physical\\_Activity\\_Guidelines\\_2nd\\_edition.pdf](https://health.gov/sites/default/files/2019-09/Physical_Activity_Guidelines_2nd_edition.pdf)
- Durán, M., Leador, V., Sánchez, S., y Feu Molina, S. (2021). Motivación y TIC como reguladores de la actividad física en adolescentes: una revisión sistemática. *Retos*, 42, 785-797. <https://doi.org/10.47197/retos.v42i0.88120>
- Frömel, K., Groffik, D., Chmelík, F., Cocca, A., y Skalik, K. (2018). Physical activity of 15-17 years old adolescents in different educational settings: a Polish-Czech study. *Central European Journal of Public Health*, 26(2), 137-143. <https://doi.org/10.21101/cejph.a4521>
- Frutos de Miguel, J. (2018). El autoconcepto físico como herramienta de inclusión social en el área de educación física. *Journal of Sport and Health Research*, 10(1), 25-42. [http://www.journalsshr.com/papers/Vol%2010\\_N%201/JSHR%20V10\\_1\\_3.pdf](http://www.journalsshr.com/papers/Vol%2010_N%201/JSHR%20V10_1_3.pdf)
- Giakoni, F., Bettancourt, P., y Duclos-Bastías, D. (2021). Educación Física en Chile: tiempo de dedicación y su influencia en la condición física, composición corporal y nivel de actividad física en escolares. *Retos*, 39, 24-29. <https://recyt.fecyt.es/index.php/retos/article/view/77781>
- Goñi, A., Ruiz de Azúa, S., y Rodríguez, A. (2006). *Cuestionario de Autoconcepto Físico CAF*. <http://www.psiikor.es/images/docs/cuestionarios/manual-caf-2006.pdf>

- Hardy, L., Booth, M., y Okely, A. (2007). The reliability of the Adolescent Sedentary Activity Questionnaire (ASAQ). *Preventive Medicine*, 45(1), 71-74.  
<https://doi.org/10.1016/j.ypmed.2007.03.014>
- International Physical Activity Questionnaire. (2018). *Hogar*.  
<https://sites.google.com/site/theipaql/>
- López-Barajas, D., Ortega, F., Valiente, I., y Zagalaz, M. (2010). Estudio comparativo del autoconcepto físico en adolescentes en función del género y del nivel de actividad físico-deportiva. *Retos: Nuevas tendencias en Educación Física, Deporte y Recreación*, (17) 38-41. <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=3133237>
- López, I., y Valenzuela, G. (2015). Niños y adolescente con necesidades educativas especiales. *Revista Médica Clínica Las Condes*, 26(1), 42-51.  
<https://doi.org/10.1016/j.rmcl.2015.02.004>
- Martínez, F., y González, J. (2017). Autoconcepto, práctica de actividad física y respuesta social en adolescentes. Relaciones con el rendimiento académico. *Revista Iberoamericana de Educación*, 73(1) 87-108.  
<https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=5818239>
- Martínez, M. A., Leiva, A. M., Petermann, F., Garrido, A., Díaz, X., Álvarez, C., Salas, C., Cristi, C., Rodríguez, F., Aguilar, N., Ramírez, R., y Celis, C. (2018). Factores asociados a sedentarismo en Chile: evidencia de la Encuesta Nacional de Salud 2009-2010. *Revista Médica de Chile*, 146, 22-31. <https://scielo.conicyt.cl/pdf/rmc/v146n1/0034-9887-rmc-146-01-0022.pdf>
- Ministerio de Educación de Chile. (2015). *Diversificación de la enseñanza*.  
<http://especial.mineduc.cl/wp-content/uploads/sites/31/2016/08/Decreto-83-2015.pdf>
- Ministerio de Educación de Chile. (2017). *El Primer Gran Debate de la Reforma Educacional: Ley de Inclusión Escolar*.  
[https://www.mineduc.cl/wpcontent/uploads/sites/19/2018/03/libro\\_Inclusio%CC%81n\\_fi\\_nal.pdf](https://www.mineduc.cl/wpcontent/uploads/sites/19/2018/03/libro_Inclusio%CC%81n_fi_nal.pdf)
- Ministerio de Educación de Chile. (2018). *Política Nacional de Actividad Física Escolar*.  
<https://escolar.mineduc.cl/ampliacion-curricular/politica-nacional-actividad-fisica-escolar/>
- Ministerio de Educación Chile. (2019). *Ley Inclusión*.  
[https://leyinclusion.mineduc.cl/#ley\\_inclusion](https://leyinclusion.mineduc.cl/#ley_inclusion)
- Morales, G., Balboa-Castillo, T., Muñoz, S., Belmar, C., Soto, A., Schifferli, I., y Guillen-Grima, F. (2017). Asociación entre factores de riesgo cardiometabólicos, actividad física y



- sedentarismo en universitarios chilenos. *Nutrición Hospitalaria*, 34(6), 1345-1352.  
[https://scielo.isciii.es/pdf/nh/v34n6/14\\_morales.pdf](https://scielo.isciii.es/pdf/nh/v34n6/14_morales.pdf)
- Moreno, J., Moreno, R., y Cervelló, E. (2007). El autoconcepto físico como predictor de la intención de ser físicamente activo. *Psicología y Salud*, 17(2), 261-267.  
<https://psicologiaysalud.uv.mx/index.php/psicysalud/article/view/710/1249>
- Navas, L., Soriano, J., y Holgado, F. (2013). Cuestionario de Autoconcepto Físico (CAF) en una muestra de estudiantes chilenos. *Electronic Journal of Research in Educational Psychology.*, 11(31), 809-830. <http://dx.doi.org/10.14204/ejrep.31.13062>
- Organización Mundial de la Salud. (2010). *Recomendaciones mundiales sobre actividad física para la salud*.  
[http://apps.who.int/iris/bitstream/handle/10665/44441/9789243599977\\_spa.pdf?sequence=1&isAllowed=y](http://apps.who.int/iris/bitstream/handle/10665/44441/9789243599977_spa.pdf?sequence=1&isAllowed=y)
- Organización Mundial de la Salud. (2018). *Physical activity*. [https://www.who.int/health-topics/physical-activity#tab=tab\\_1](https://www.who.int/health-topics/physical-activity#tab=tab_1)
- Palomino-Devia, C., Reyes-Oyola, F., y Sánchez-Oliver, A. (2018). Niveles de actividad física, calidad de vida relacionada con la salud, autoconcepto físico e índice de masa corporal: un estudio en escolares colombianos. *Biomédica*, 38(2), 224-231.  
<https://doi.org/10.7705/biomedica.v38i0.3964>
- Ramírez-Rico, E., Hilland, T., Foweather, L., Fernández, E., y Fairclough, S. (2014). Weekday and weekend patterns of physical activity and sedentary time among Liverpool and Madrid youth. *European journal of sport science*, 14(3), 287-293.  
<https://doi.org/10.1080/17461391.2013.827242>
- Ramos, P., Jiménez-Iglesias, A., Rivera, F., y Moreno, C. (2016). Evolución de la práctica de la actividad física en los adolescentes españoles. *Revista Internacional de Medicina y Ciencias de la Actividad Física y el Deporte*, 16(62) 335-353.  
<http://dx.doi.org/10.15366/rimcafd2016.62.010>
- Rodríguez, A., Goñi, A., y Ruiz de Azúa, S. (2006). Autoconcepto físico y estilos de vida en la adolescencia. *Psychosocial Intervention*, 15(1), 81-94.  
[http://scielo.isciii.es/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S1132-05592006000100006](http://scielo.isciii.es/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1132-05592006000100006) Rodríguez, C. (2019). *La importancia del Autoconcepto en la adolescencia*.  
<https://educayaprende.com/la-importancia-del-autoconcepto-en-la-adolescencia/>
- Rubio, V. (2017). Inclusión de personas en situación de discapacidad en educación superior, desde el enfoque de la responsabilidad social, en un contexto de transiciones discursivas respecto del binomio integración/inclusión. *Revista latinoamericana de educación*

*inclusiva*, 11(2), 199-216. [https://www.scielo.cl/scielo.php?pid=S0718-73782017000200013&script=sci\\_abstract](https://www.scielo.cl/scielo.php?pid=S0718-73782017000200013&script=sci_abstract)

- Ruiz de Azúa, S., y Rodríguez, A. (2006). El Cuestionario de Autoconcepto Físico (Caf): La Independencia de sus Escalas. *International Journal of Developmental and Educational Psychology*, 2(1), 369-382. <http://www.redalyc.org/pdf/3498/349832312031.pdf>
- Videra-García, A., y Reigal-Garrido, R. (2013). Autoconcepto físico, percepción de salud y satisfacción vital en una muestra de adolescentes. *Anales de psicología*, 29(1), 141-147. [https://scielo.isciii.es/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S0212-97282013000100017](https://scielo.isciii.es/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0212-97282013000100017)
- Yáñez, R., Barraza, F., y Mahecha, S. (2016). Actividad Física, Rendimiento Académico y Autoconcepto Físico en Adolescentes de Quintero, Chile. *Educación Física y Ciencia*, 18(2), 1-10. <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=5826214>

