

Predicción de la satisfacción con la vida en mujeres practicantes de actividades dirigidas con ritmo coreografiadas, según la teoría de la autodeterminación

Belmonte-Molina, M.; Borges-Silva, F.

Universidad Católica San Antonio de Murcia
bsfernanda@ucam.edu

INTRODUCCIÓN

Según diferentes estudios (1, 2, 3), para la consecución de una mayor satisfacción con la vida a través de la práctica de actividad físico-deportiva sería clave la forma en la cual la actividad física se presenta en el persona que realiza la actividad y si esa práctica motiva o no al sujeto a continuar realizándola, obteniendo con ello adherencia o no a dicha práctica. Si hablamos de bienestar físico y psicológico debemos dar gran importancia a la práctica físico-deportiva, ya que es uno de los factores que afectan a la satisfacción o no de las personas (4, 5). El objetivo de este estudio fue comprobar el poder de predicción entre la satisfacción de las necesidades psicológicas básicas, la motivación intrínseca, la autoestima y satisfacción con la vida en practicantes de baile.

MÉTODO

La muestra estuvo compuesta por 260 practicantes del género femenino, entre 18 y 35 años, de actividades dirigidas con ritmo coreografiados (zumba, bailes latinos, flamenco, sevillanas, contemporáneo, aeróbic, batuka, fight box, step y bollywood). Los instrumentos utilizados fueron la Escala de Apoyo a la autonomía Percibido en Contextos de Ejercicio (PASSES), los Factores regulación intrínseca e integrada del Behavioural Regulation in Exercise Questionnaire (BRSQ), la Escala de Satisfacción de Necesidades Psicológicas Básicas (PNSE) y Escala de satisfacción para la vida (ESDV-5).

RESULTADOS Y DISCUSIÓN

Análisis descriptivos y de correlación

La motivación autodeterminada obtuvo una puntuación de 5.77. El mediador más valorado fue la competencia, seguido de la relación con los demás y la autonomía. La satisfacción con la vida presentó un valor medio de 5.55. Los datos revelaron una puntuación de la autoestima fue 3.35. En el análisis de correlación se observó que todos los factores correlacionaron de forma positiva y significativa entre sí.

Modelo de regresión lineal

Para analizar la relación entre las variables estudiadas se realizó un análisis de regresión lineal múltiple por pasos. Se utilizó como variable dependiente la satisfacción con la vida y como variables predictoras fueron utilizados la autoestima, los mediadores psicológicos y la motivación autodeterminada. En el primer paso del análisis de regresión lineal la autoestima predijo positivamente

la satisfacción con la vida con un 13% de varianza explicada. En el segundo paso, se introdujo los mediadores psicológicos que predijeron positivamente la satisfacción con la vida junto a la autoestima con un 23% de varianza explicada.

En el tercer paso la autoestima, los mediadores psicológicos y la motivación autodeterminada, predijeron positivamente la satisfacción con la vida con un 28% de varianza explicada.

CONCLUSIONES

Como conclusión de este trabajo se indica que la autoestima, así como la satisfacción de sus necesidades psicológicas básicas y la motivación autodeterminada, predicen positivamente la satisfacción con la vida en practicantes de actividades dirigidas con música. Este modelo predictivo puede suponer un punto de apoyo para el diseño de los programas de intervención de las actividades dirigidas con ritmo coreografiadas, en busca de personas más motivadas y más satisfechas. Así mismo, podrían contribuir como guía para la planificación, bajo metodologías que fomenten la autoestima de los practicantes, ya que parecen relacionarse con una consecución de las necesidades psicológicas básicas, así como una mayor motivación autodeterminada (5, 6).

REFERENCIAS

- Reinboth, M., Duda, J. L., y Ntoumanis, N. (2004). Dimensions of coaching behavior, need satisfaction, and the psychological and physical welfare of young athletes. *Motivation and Emotion*, 28(3), 297-313.
- Zullig, K. J., y White, R. J. (2011). Physical activity, life satisfaction, and self-rated health of middle school students. *Applied Research Quality Life*, 6, 277-289.
- Pavot, W., Diener, E., Colvin, C. R., y Sandvik, E. (1991). Further validation of the satisfaction with life scale: evidence for the cross-method convergence of well-being measures. *Journal of Personality Assessment*, 57, 149-161.
- Álvarez, M. S.; Balaguer, I.; Castillo, I., y Duda, J. L. (2009). Coach autonomy support and quality of sport engagement in young soccer players. *The Spanish Journal of Psychology*, 12(1), 138-148.
- Wilson, P. M., Rogers, W., Rodgers, W. M., y Wild, T. (2006). The psychological need satisfaction in exercise scale. *Journal of Sport & Exercise Psychology*, 28(3), 231-251.
- Moreno, J. A., Conte, L., Borges, F., y González-Cutre, D. (2008). Necesidades psicológicas básicas, motivación intrínseca y propensión a la experiencia autotélica en el ejercicio físico. *Revista Mexicana de Psicología*, 25(2), 305-312.

Extensibilidad del psoas iliaco: Comparativa por cursos de Enseñanzas Profesionales de danza española

Esparza-Ros, F.¹; Escobar-Badia, J. M.¹; Esparza-Ros, M.²; Vaquero-Cristóbal, R.¹

¹ Universidad Católica San Antonio de Murcia; ² Conservatorio Profesional de Danza de Murcia.
fesparza@ucam.edu

INTRODUCCIÓN

Estudios previos han demostrado la influencia de la flexibilidad del psoas iliaco en la disposición sagital del raquis lumbar, encontrándose una relación directa entre el acortamiento de esta musculatura y la presencia de curvaturas hiperlordóticas [1].

La flexibilidad del psoas está condicionada por numerosos factores como la práctica deportiva. En este sentido, cuando el deportista se sitúa en bipedestación con una ligera flexión de caderas y retroversión pélvica durante largos periodos de entrenamiento se produce un acortamiento de esta musculatura [1].

A lo largo de la formación en danza española las bailarinas van aumentando las horas de clase con el zapato de flamenco, cuyo empleo modifica su centro de gravedad y su dinámica lumbo-pélvica. Además, para realizar un correcto zapateado la bailarina se sitúa con una ligera flexión de caderas. Estos factores podrían incidir sobre la extensibilidad del psoas provocando un acortamiento del mismo. Por lo tanto, el objetivo de este estudio fue comparar la extensibilidad del psoas iliaco en bailarinas de español en Formación Profesional.

MÉTODO

Doscientas treinta y cinco bailarinas (media de edad: 15,44±2,47 años) participaron voluntariamente en este estudio. De ellas, cuarenta y cuatro cursaban 1º, cuarenta y seis 2º, cuarenta y cuatro 3º, cuarenta 4º, treinta y siete 5º y veinticuatro 6º de Enseñanzas Profesionales de danza española en el Conservatorio de Danza de Murcia. A las participantes se les evaluó en el mes de octubre el rango de movimiento (ROM) del psoas iliaco con el test de Thomas. Se midieron ambas piernas (pierna dominante y no dominante) aleatoriamente.

Para ello se colocó a la bailarina en decúbito supino, quedando el sacro situado al borde de la camilla, con las extremidades inferiores fuera de la misma. Un ayudante flexionó la extremidad inferior contralateral, fijándola en máxima flexión de cadera y rodilla. El investigador principal fijó el centro de un goniómetro de rama larga en el trocánter mayor de la extremidad a evaluar, situando la rama proximal nivelada respecto a la horizontal. La rama distal del goniómetro se situó paralela al fémur y se registro el ángulo formado por ambas ramas. Además, se preguntó a la bailarina cuál era su pierna dominante.

Los valores descriptivos de las diferentes variables, incluyendo medias y desviaciones estándar, fueron calculados posteriormente. Para analizar las diferencias en la

extensibilidad del psoas iliaco en la pierna dominante y no dominante en función del curso académico se realizó un análisis ANOVA de un factor, con ajuste de Bonferroni. El nivel de significación se estableció en $p < 0,05$. Para el análisis estadístico se utilizó el programa estadístico SPSS 21,0.

RESULTADOS Y DISCUSIÓN

Los resultados obtenidos en el test de Thomas para la pierna dominante y no dominante en función del curso se muestra en la figura 1. Se observó una disminución del ROM del psoas iliaco en las alumnas de 2º respecto a las del resto de cursos; con un ligero incremento del mismo en los cursos superiores. No obstante, el ANOVA sólo mostró diferencias significativas en la pierna dominante ($F=2,55$, $p=0,029$). Al realizar la comparación por pares se encontraron diferencias significativas entre las alumnas de 2º y las de 5º ($p=0,02$).

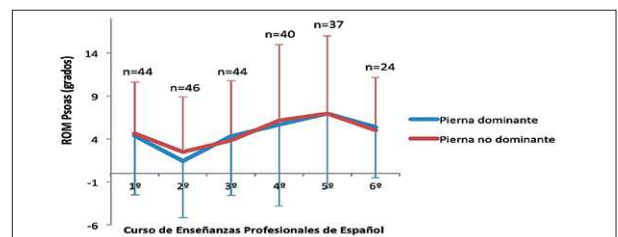


Figura 1. Media±SD del ROM del psoas iliaco en función del curso de Enseñanzas Profesionales de Danza Española.

Al realizar las evaluaciones en el mes de octubre (comienzo del curso académico) los resultados obtenidos podrían estar condicionados por la carga práctica realizada durante el curso académico anterior. El hecho de que las bailarinas de 2º muestren un menor ROM que las del resto de cursos podría deberse a que al comenzar la especialización de danza española hay un incremento de las horas de práctica con zapato flamenco y en posición del flexión del tronco (de dos horas a siete semanales), lo que podría reducir la extensibilidad del psoas iliaco.

CONCLUSIONES

La iniciación en la especialización de danza española provoca una disminución del ROM del psoas iliaco, la cual se ve paliada a lo largo de la etapa de formación. Se recomienda incluir programas de estiramientos del psoas iliaco en los primeros cursos de especialización de danza española.

REFERENCIAS

1. Cailliet R *Anatomía funcional, biomecánica*, Marbán, Madrid, 2006.

Postmodern feasts in the postindustrial society. Festival and sustainable tourism

Maussier, B.

Universidad Católica San Antonio de Murcia

bmaussier@ucam.edu

INTRODUCTION

In the postindustrial society have been emerging new economic assets, new kind of work, new values, new social actors and, above all, new spaces and way of using leisure time such as the Cultural Festivals. The de-synchronization of work and extra-work activities has generated a differentiation in the use of work and leisure time. The time is no longer the same for everyone, but it is fluid and adaptable in quite a fragmented way. As of mid-twentieth century, the joint action of technological progress, organizational development, globalization, mass media and mass education have produced a new kind of society centered on the production of information, services, symbols, values, aesthetics, where time is a flow of experiences which provides the simultaneous coexistence of Work, Play and Study [1]. This overlap of different moments of life generates a diversification in the perception of the Feast-Event, which is no longer an experience based on a prescriptive and codified basis but will become a polysemic place, in which the individual will assign, in a creative and elective way, their own meanings, recognizing more or less in the new postmodern forms of sociality. In this new context, the Leisure plays a central role not only as a recreational moment [2].

METHODS

Through a literature review about the evolution of leisure emerge the new social features of what we can call New Postmodern Feasts in relation to the sociology of tourism theories about serious leisure and sustainability. Every type of event can establish different objectives, such as promoting a value, focusing on social values, engaging in a transversal way a plurality of subjects, fostering relationships, stimulating integration and dialogue between different cultures, keeping alive some of the traditions, promoting the peculiarities of the host territory, affirming the administrative skills of those who govern, making profit. In the Experience Economy the tourist satisfaction comes first of all from the relationship with the local community. The quality of tourism depends not only on the accommodation system, but also on the quality of the territory, seen as an integration of material resources and intangible assets.

RESULTS

Despite the attention of event's studies is focused most of all on the economic impact, recently a number

of researchers have dedicated more attention to the social value that the events can determine [3]. The nature and quality of the social impact of the event depends on the programming that needs to be oriented to generate value fostering the development of the community dimension and the increase of the social capital of the host community, in a sustainable development perspective [4]. The events in this way can attract the new category of *Serious Tourists* [5] that, more than wanting to know the destination through the event, they are looking for a significant component of identity and relationship through the participation in the event, enhancing, in a creative way, the meaning of the experience. If the events are designed from the bottom with the involvement of the territory, they can be transformed into "new feasts" of the postindustrial society valuing the community dimension that characterized the spontaneous traditional feasts in the past, and promoting the development of the social capital of the host community. In these feasts the participants celebrate the free membership to new communities, sharing just in that time and as a free choice, certain meanings and values, discovering that community dimension lost with the advent of modernity.

CONCLUSIONS

These elements can attract that *Serious Tourist* who tend to develop in their life a *Tourist Career*, deepening issues related to the event and destination, searching for a quality of service, but most of all, looking for the added value of relational capital that the event is able to offer through his staff and the host community. The audience of today, who tends to be more educated, thanks to the accessibility of new media that allow to easily explore topics of interest, richer and with more free time, looks for cultural places more attractive, which would also include the aesthetic pleasure and the satisfaction of a strong recreational and relational needs, wishing to be part of a community by common interests. Recent research in international tourism demand indicates a growth of the experiential tourist, multi-motivated and multi-sensorial, also known as post-mass tourist. The *Serious Leisure* sought in the post-industrial society, expresses a different focus on tradition, cultural heritage, the local community, the authenticity of the relations, for which the cultural event, such as the *Festival Internacional del Cante de Las Minas*, can generate a overlap of socio-cultural contexts, especially in the few cases in

which local stakeholders adhere to the bottom up development theories, proposed by the sustainable tourism, and develop new hybridization of knowledge between local administrators, event organizers and experiential tourists with postmodern lifestyle. The Festival Managers, such as cultural intermediaries, can plan cultural events with the aim of enhancing the community dimension, which characterizes the traditional feasts, and oriented to sustainable forms of tourism that can bring economical, environmental and social benefits to both visitors and residents towards an own ethic. In this way the New Postmodern Feast can revitalize the social capital of the host community.

REFERENCES

- De Masi D., *Ozio Creativo*, Rizzoli, Milano, 2002.
- Maussier B., *Festival management e destinazione turistica*, Hoepli, Milano 2010.
- Getz D., (2008), *Event tourism: Definition, evolution, and research*, *Tourism Management*, 29:3, 403-428
- Arcodia C. et al. (2008): *Festival Attendance and the Development of Social Capital*, *Journal of Convention & Event Tourism*, 8:2, 1-18
- Stebbins R.A., *Cultural tourism as serious leisure*. *Annals of Tourism Research*, Vol. 23(4), Oct 1996, 948-950.

La dimensión cultural del Olimpismo a través de la rumba en la ceremonia de clausura de los Juegos de Barcelona 1992

Molina Morote, J. M.¹; Jorquera García, J. L.²; Sánchez Pato, A.¹; Leiva Arcas, A.¹

1 Universidad Católica San Antonio de Murcia; 2 Consejería de Educación, Cultura y Deporte de Castilla la Mancha.
jmmolina@ucam.edu

INTRODUCCIÓN

Es preciso tener en cuenta que el Olimpismo, Movimiento Olímpico y Juegos Olímpicos poseen conceptos y valores históricamente distintos. Solar (2003) define Olimpismo como el conjunto de principios filosóficos e ideológicos que sustenta un objetivo pedagógico, mientras que el Movimiento Olímpico sería el soporte logístico y los Juegos Olímpicos su escaparate publicitario. A través de estos tres elementos (Olimpismo, Movimiento Olímpico y Juegos Olímpicos) gira una dimensión tangible, mediática y universal, que comprende el desarrollo ceremonial y los eventos deportivos; y una segunda dimensión más oculta y menos difundida que recoge la filosofía, significado e ideales del Olimpismo que han de ser velados por el Movimiento (Durántez, 2001).

MÉTODO

La comprensión y aplicación del Olimpismo supone un reto debido en gran parte a la falta de especificidad, lagunas conceptuales y contradicciones en su interpretación y aclaración según hemos comprobado en la revisión de la literatura. Muchos autores coinciden en que el Olimpismo es algo más que las competiciones deportivas que se celebran en los Juegos Olímpicos y no se limita a la preparación, organización y comercialización de éstos.

Es por ello que estableceremos un análisis de los valores y dimensiones fundamentales del Olimpismo como la cultura. Si bien es cierto que los rituales y símbolos olímpicos son mucho más familiares por la cobertura mediática mundial, existen otros componentes culturales de los Juegos Olímpicos que son menos conocidos y que aportan una gran riqueza al evento. De hecho poca gente reconoce que los Juegos Olímpicos son también un festival cultural (Gold y Revill, 2011). La cultura, como dimensión fundamental del Olimpismo, forma un lugar central en la programación de los Juegos Olímpicos.

RESULTADOS Y DISCUSIÓN

Como resultado defendemos que el corpus olímpico se expresa a través de la competición deportiva cuyo cenit es proyectado a través de los Juegos Olímpicos. Sin embargo, el alcance de la misión pedagógica del Olimpismo no se limita sólo al grupo de deportistas que compiten en los Juegos, sino que afecta a toda la humanidad, sin ningún tipo de distinción ni discriminación, como plantea la Carta Olímpica, que constituye el documento que delimita los principios fundamentales y los valores esenciales del Olimpismo entre otros objetivos.

Los valores olímpicos son transmitidos en gran medida a través de la celebración ecuménica representada en ceremonias y símbolos olímpicos que unidos conforman el espíritu olímpico. Para García (2011) las ceremonias olímpicas son claramente el momento simbólico más global que se han convertido en el ejemplo clave del alcance mundial de los Juegos Olímpicos gracias a su interés televisivo en más de doscientas naciones participantes.

¿Pero cómo proteger la identidad cultural de cada pueblo sin renunciar al multiculturalismo?

El deporte puede generar situaciones de igualdad y de entendimiento mutuo pero también puede aumentar las desventajas culturales, subrayar las diferencias y/o aumentar la incompreensión.

CONCLUSIONES

El estudio del Olimpismo es un desafío que se plantea en un contexto más amplio que el deportivo y que incluye diferentes áreas del conocimiento humano.

El debate en los últimos años intenta establecer valores olímpicos que sean universalmente aceptables pero permitiendo realizaciones adaptadas a contextos culturales diferentes. Los valores olímpicos son transmitidos en gran medida a través de la celebración ecuménica de las ceremonias olímpicas. En la ceremonia de clausura de los Juegos Olímpicos de Barcelona de 1992 se muestra el entendimiento de culturas a través de la música y las raíces culturales del país anfitrión a través de una rumba que sirvió para despedir el evento seguido por millones de personas en todo el mundo, representando la comunión de culturas, razas y religiones a través del deporte.

La rumba, aunque alejada del cante más jondo definido por los flamencólogos más ortodoxos, recibe la aceptación como estilo del flamenco que está incluido en la categoría aflamencado de origen hispanoamericano.

REFERENCIAS

- Durántez C. *Actas de las XXIX Sesión de la Academia Olímpica*, 153-169, Universidad de León, León, 2001.
- García B. *Mosaico olímpico. Investigación multidisciplinar y difusión de los estudios olímpicos*, 159-170, Ayuntamiento de Barcelona/CEO-UAB, Barcelona, 2011.
- Gold M. Revill G. *Olympic Cities. City Agendas, Planning and the World's Games, 1896-2016*, 80-107, Routledge, New York, 2008.
- Solar L. *Pierre de Coubertin. La Dimensión Pedagógica*. Gymnos/CEO-UPV, Madrid, 2003.