



Motivación, calidad de vida y condición física autopercebida en piragüistas con discapacidad

Motivation, quality of life and self-perceived physical fitness in disabled canoeist

Autores

Juan Carlos Guevara-Pérez ¹
Noelia Mayordomo Pinilla ²
Jorge Rojo-Ramos ²
David Obeso-Vicente ³

¹ Universidad de Zaragoza (España)

² Universidad de Extremadura (España)

³ Universidad San Jorge (España)

Autor de correspondencia:

Jorge Rojo Ramos
jorgerr@unex.es

Cómo citar en APA

Guevara-Pérez, J. C., Mayordomo Pinilla, N., Rojo-Ramos, J., & Obeso-Vicente, D. (2025). Motivación, calidad de vida y condición física autopercebida en piragüistas con discapacidad. *Retos*, 63, 671-682.
<https://doi.org/10.47197/retos.v63.109164>

Resumen

Introducción: La actividad física tiene un papel fundamental en el correcto desarrollo y mantenimiento de la salud en todos sus ámbitos, incluyendo la calidad de vida. En este sentido, las personas con discapacidad tienden a encontrar barreras a la hora de realizar actividad física. En este contexto, el piragüismo es uno de los deportes adaptados con más relevancia actualmente.

Objetivo: El presente estudio explora la calidad de vida, condición física autopercebida y la motivación por el deporte en un grupo de piragüistas con y sin discapacidad.

Metodología: Se utilizó la U Mann Whitney para el análisis de diferencias entre sexos y la presencia o no de la discapacidad en la calidad de vida, condición física y motivación. Posteriormente se estudiaron las correlaciones de la calidad de vida en hombres y mujeres y en la presencia o no de discapacidad con la condición física y la motivación, para por último añadirlo en el modelo de regresión sobre la calidad de vida.

Resultados: El estudio evidencia que el deporte con discapacidad es un factor relevante sobre la calidad de vida y la condición física.

Conclusiones: el piragüismo adaptado es un deporte que permite disminuir las barreras y aumentar el disfrute de este colectivo. No obstante, el disfrute del piragüismo es independiente de la calidad de vida, de la presencia o no de discapacidad y del sexo de los participantes.

Palabras clave

Calidad de vida; motivación; condición física; discapacidad; piragüismo.

Abstract

Introduction: Physical activity plays a fundamental role in the correct development and maintenance of health in all areas, including quality of life. In this sense, people with disabilities tend to encounter barriers when practising physical activity. In this context, canoeing is currently one of the most relevant adapted sports.

Aim: The present study explores the quality of life, self-perceived physical condition and motivation for sport in a group of canoeists with and without disabilities.

Methodology: A Mann Whitney *U* test was performed to analyse differences between sexes and the presence or absence of disability in quality of life, physical fitness and motivation. Subsequently, the correlations of quality of life in men and women and the presence or not of disability with physical fitness and motivation were studied, and finally added to the regression model on quality of life.

Results: The study shows that sport with disability is a relevant factor on quality of life and physical fitness.

Conclusions: Enjoyment of canoeing is independent of quality of life, presence or absence of disability and gender of participants.

Keywords

Quality of life, motivation, physical fitness, disability, canoeing.

Introducción

La actividad física se ha constatado como uno de los elementos más importantes a la hora de mantener o mejorar el estado de la salud en múltiples ámbitos, incluyendo la salud mental y la calidad de vida, entre otros, en todas las poblaciones independientemente de la etapa vital en la que se encuentren (Farris y Abrantes, 2020; Warburton y Bredin, 2017). Uno de los componentes de la definición de la salud es la calidad de vida, pues se refiere a las percepciones y las expectativas que un individuo tiene acerca de la situación en la que se encuentra, influenciado por el contexto sociocultural en el que se encuentra (Organización Mundial de la Salud, 1995; Vinaccia Alpi et al., 2019). Con esta definición, se constituye como un indicador clave relacionado con la salud, tanto como herramienta para mejorarla como para prevenir diferentes problemas de salud (Bermejo-Cantarero et al., 2021). Puesto que la calidad de vida depende de la percepción de cada individuo, teniendo en cuenta sus expectativas y el contexto social y cultural en el que se encuentra sumergido, la actividad física tiene un importante peso en la calidad de vida (de Paula et al., 2006).

La actividad física es uno de los elementos que producen mejoras tanto a corto como largo plazo sobre la calidad de vida y la salud, con infinidad de evidencia sobre diferentes áreas de la salud en todas las etapas vitales y poblaciones (Arsenovic et al., 2022; Barradas et al., 2019). En este sentido, las personas con diversidad funcional, tanto física como psíquica, pueden realizar actividad física para mejorar la calidad de vida mediante un aumento de la capacidad funcional, ya que mejora sus habilidades proporcionando una mayor independencia, además de mejorar su bienestar (Biagini et al., 2022; Franco et al., 2023). Además, la actividad física recreativa y la participación en deportes, realizados en contextos positivos, está relacionado con un aumento en la calidad de vida, satisfacción vital e integración de personas con y sin discapacidad (Lape et al., 2018), proporcionándoles autoconfianza y autoestima mediante el aprendizaje de una nueva habilidad (Glassman et al., 2021). Puesto que la práctica recurrente de actividad física mejora la condición física (Caspersen et al., 1985), este parámetro se ha usado en múltiples ocasiones para cuantificar el estado de la salud (Baumgartner et al., 2020); también se ha establecido como un predictor de la mortalidad (Mandsager et al., 2018). Los estudios publicados en este contexto revelan que una elevada condición física proporciona un mayor rendimiento muscular y cardiovascular, además de mejorar la movilidad, la flexibilidad y la agilidad, tanto en personas con discapacidad y sin ella (Dewi et al., 2021; Duque, 2023).

A pesar de que la actividad física es tan relevante en el estado de la salud, los datos sobre la práctica de actividad física en general muestran una tendencia negativa, con una tasa de un 27.5% de población adulta que no cumple con los requerimientos mínimos de actividad física propuestos por la OMS (Katzmarzyk, 2023; Organización Mundial de la Salud, 2020). En el contexto específico de las personas con discapacidad, estos datos no mejoran: los estudios revelan que de manera global, este colectivo es un 62% más inactivo físicamente (Martin Ginis et al., 2021). En línea con este argumento, parece imperante promocionar su práctica con el objetivo de disminuir la inactividad física sobre cualquier población, aunque es especialmente importante en aquellas que cuentan con discapacidades físicas o cognitivas (Giacobbi et al., 2008). Para ello, la comunidad científica ha estudiado el disfrute y la motivación como dos aspectos clave en la adquisición de hábitos saludables, entre los que se encuentra una alimentación completa y equilibrada, hábitos de sueño correctos y la práctica recurrente de actividad física (Hagberg et al., 2008; Teixeira et al., 2022). Entre las variables y elementos que intervienen en este disfrute y aumento de la motivación, diferentes teorías contemplan la satisfacción de la propia actividad, englobando el interés y las emociones que esta práctica produce en el individuo, su habilidad percibida y el dominio de la actividad en cuestión (Jekauc et al., 2017), convirtiéndose en un predictor de la intención de continuidad de práctica de actividad física (Stevens et al., 2020). Este disfrute y motivación por la actividad física también supone, en especial para el colectivo con diversidad funcional, una herramienta efectiva para combatir las distintas barreras que presentan hacia la actividad física, pues un gran porcentaje de estas personas tienen intención de realizarla, pero las diferentes barreras arquitectónicas y sociales lo impiden en múltiples ocasiones (Gallego et al., 2014).

En este sentido, es importante adaptar deportes y diferentes actividades físicas para facilitar la inclusión real de estas poblaciones y disminuir las barreras. Recientemente, han surgido diferentes deportes típicamente llamados “deportes de aventura”, los cuales no están regidos por las mismas reglas que los deportes típicos (Brymer et al., 2020), pues pueden llevarse a cabo en medios naturales y acuáticos,



como es el caso del piragüismo. Este deporte cuenta con representación a nivel paralímpico, convirtiéndose en un deporte que cuenta con una adaptación sencilla con una gran transferencia a las actividades de la vida diaria, como mejorar su capacidad de realizar el cambio de la silla de ruedas a otra superficie o reducción del dolor general (Britton et al., 2023; Walsh y Scharf, 2014). En cuanto a las características fisiológicas de este deporte, es anaeróbico en un alto porcentaje, con una modalidad individual con dos tipos de embarcaciones, con un recorrido reglamentario de 200 metros (Comité Paralímpico Español, 2020). Este deporte cuenta con diferentes clasificaciones que se ajustan según la funcionalidad de los deportistas: Kayak Level (KL) y Va'a Level (VL) 1, deportistas sin función en tronco ni piernas (o extremadamente limitada), KL/VL 2, deportistas con control parcial de tronco y piernas que se sientan erguidos en la embarcación, con las extremidades inferiores altamente afectadas, KL/VL 3, deportistas que pueden inclinarse hacia delante y pueden usar una extremidad inferior (o prótesis) durante la competición. La embarcación usada en KL es más pequeña y cuenta con una pala de doble hoja, mientras que VL es más grande y solo tiene una hoja (Comité Paralímpico Español, 2020). El reconocimiento de este deporte a nivel internacional, como son los Juegos Olímpicos, ha aumentado la tasa de práctica entre personas con discapacidad; según los datos de las federaciones de 2018, la federación española de piragüismo contaba con 9.838 licencias (Pérez-Tejero y Ocete-Calvo, 2019), abriendo el paso a una mayor práctica deportiva de personas con discapacidad. En otros estudios realizados sobre población con discapacidad, relevan que este tipo de deporte expresa varios facilitadores sobre la práctica, como la sensación de seguridad que se crea mediante la cohesión de grupo, mejora la calidad de la experiencia de práctica de actividad física como ocio y bienestar social, aportando mejoras a su percepción de la calidad de vida (Berthiaume et al., 2024; Collins et al., 2009; Labbé et al., 2019). Por otro lado, en la exploración de la percepción de la condición física se han encontrado diferencias entre lo percibido por las personas sin discapacidad, que tienen una mayor percepción de sus habilidades, que por aquellos con discapacidad (Teittinen y Vesala, 2019).

Puesto que el deporte en personas con discapacidad no es algo muy estudiado, este trabajo es uno de los primeros en estudiar las diferencias entre sexos y poblaciones (con/sin discapacidad) en lo relativo a la percepción del disfrute de la actividad, condición física y calidad de vida en piragüistas. Hasta la fecha, no existe ningún estudio que cuente con población con y sin discapacidad que practiquen piragüismo de manera concreta. El principal objetivo de este estudio se centra en la exploración de diferencias entre piragüistas con y sin discapacidad en lo relativo a la calidad de vida percibida, disfrute de la actividad y condición física autopercebida, estudiando también qué diferencias pueden existir entre sexos; como objetivo secundario, estudiar las correlaciones entre estas tres variables.

Método

Este estudio se diseñó con una metodología transversal cuantitativa, con un método de muestreo no probabilístico por conveniencia.

Participantes

Siguiendo las directrices de Salkind et al. (1999), se utilizó el método de muestreo no probabilístico basado en la conveniencia para seleccionar a los 178 participantes (59% hombres (N=105) y 41% mujeres (N=73)) del estudio, quienes debían poseer una licencia federativa vigente siendo activos en la práctica del deporte, además de entregar el consentimiento informado por sus tutores legales, en caso de ser menor de edad, o propio si es adulto, siendo estos los criterios de inclusión. Por otro lado, también se registró la categoría a la que pertenecían, recogiendo un total de siete: 1) 17 deportistas en KS (27.9%); 2) 3 en KL1 (4.9%); 3) 3 en VL1 (4.9%); 17 en KL2 (27.9%); 1 en VL2 (1.6%) y 17 en KL3 (27%). Además, el 43.8% (N = 78) de los participantes presentaban algún grado de discapacidad, siendo en el 91% (N = 71) de los casos una discapacidad física y en el 9% (N = 7) psíquica. Con relación a las otras características, recogidas en la tabla 1, aparece el rango de edad, de entre 11 y 74 años, el peso medio (68.1 kg) con 13.1 kg de desviación estándar (SD), y la altura media (1.69 metros) con 10.3 cm de SD.



Tabla 1. Caracterización de la muestra (N=178)

Variable	Categorías	N	%
Sexo	Hombre	105	59
	Mujer	73	41
Categoría de piragüismo a la que perteneces	KS	17	27.9
	KL1	3	4.9
	VL1	3	4.9
	KL2	17	27.9
	VL2	1	1.6
	KL3	17	27.9
	VL3	3	4.9
¿Tienes algún tipo de discapacidad?	No	100	56.2
	Sí	78	43.8
¿Qué tipo de discapacidad tiene?	Física	71	91
	Psíquica	7	9
Variable		M	DE
Edad	11-12 años	1	0.6
	13-14 años	1	0.6
	15-17 años	4	2.2
	18 años	17	9.6
	19-23 años	45	25.3
	24-34 años	29	16.3
	35-39 años	16	9
	40-44 años	17	9.6
	45-49 años	19	10.7
	50-54 años	11	6.2
	55-59 años	10	5.6
	60-64 años	5	2.8
	65-69 años	2	1.1
70-74 años	1	0.6	
Peso		68.1	13.1
Altura		1.69	10.3

N: Número; %: Porcentaje; DE: Desviación estándar; M: Media

Procedimiento

Para acceder a la muestra, se utilizaron los datos de contactos de los clubes de piragüismo activos y afiliados a la Federación Española de Piragüismo publicados en su directorio, quienes recibieron un correo por parte del equipo investigador en el que se incluía información relativa a la investigación como el motivo, un modelo de consentimiento informado y un enlace URL a los instrumentos. En caso de querer participar en el estudio, el entrenador del club debía enviar el instrumento, desarrollado como un cuestionario online, a sus deportistas quienes tardaron una media de 10 minutos en completarlo. Todos los datos fueron recogidos entre septiembre y diciembre del año 2023 de forma anónima.

Instrumento

Cuestionario sociodemográfico: para recopilar los datos sociodemográficos sobre seis cuestiones: el sexo (masculino/femenino), la edad (en años), la altura (en centímetros), el peso (en kilogramos), la existencia (o no) de una discapacidad, el tipo de discapacidad (física/psíquica) y la categoría de piragüismo a la que pertenecían.

International Fitness Scale (IFIS) (Ortega et al., 2011): Los niveles de condición física en adolescentes se valoraron con la escala *International Fitness Scale*, que consta de cinco dimensiones en las que se mide la condición física general, capacidad cardiorrespiratoria, condición física muscular, velocidad-agilidad y flexibilidad de manera autorreportada, con una escala Likert de 1 a 5 (1: "muy pobre", 5: muy buena). Los autores reportaron niveles de validez y fiabilidad de entre 0.73 y 0.79, siendo aceptables según el criterio de Nunnally y Berstein (1994), además de un weighted kappa de 0.54 a 0.65, valorado como moderado y bueno (Cohen, 2013).

Physical Activity Children's Enjoyment Scale (Murcia et al., 2008): con el objetivo que conocer la satisfacción con la actividad física (AF) se adaptó la versión española del cuestionario *Physical Activity Children's Enjoyment Scale* a los piragüistas. Los autores informan de índices de ajustes satisfactorios ($X^2/df = 4$), índices incrementales buenos (CFI = 0.90; TLI = 0.88) e índices de error también aceptables (SRMR= 0.04; RMSEA = 0.08) y un alfa de Cronbach de 0.89 (Murcia et al., 2008). En cuanto a los ítems que componen este instrumento, en total consta de ocho precedidos por "Cuando practico piragüismo..."



relacionados con el nivel de aceptación hacia esta práctica y utilizando una escala Likert de cinco opciones para responder, yendo desde 1) “totalmente en desacuerdo” a 5) “totalmente de acuerdo”.

Calidad de vida relacionada con la salud (EQ-5D) Herdman et. al, (2001): desarrollada con el objetivo de evaluar la calidad de vida relacionada con la salud, diferentes autores informan de valores excelentes de validez y fiabilidad en la población adulta mayor (Feng et al., 2021). El instrumento está formado por dos partes, un sistema descriptivo con cinco dimensiones (movilidad, autocuidado, actividades normales, dolor/malestar y ansiedad/depresión) respondiendo a sus ítems a través de una escala Likert (1-3), donde 1 es “no tengo problemas” y 3 “muchos problemas; adicionalmente cuenta con una escala visual analógica con la que se puntúa de 0 (peor salud imaginable) a 100 (mejor salud imaginable).

Análisis de datos

En primer lugar, se aplicó la prueba de Kolmogorov-Smirnov con el objetivo de comprobar si el supuesto de normalidad se cumplía o no, dándose en este caso el segundo escenario ($p < 0.05$), para posteriormente aplicar pruebas estadísticas no paramétricas. A continuación, se analizaron las disparidades en las clasificaciones de los ítems de los tres instrumentos utilizados (EQ-5, IFIS y PACES) en función del género o la presencia de discapacidad o no, a través de la prueba de U de Mann-Whitney, estableciendo $p < 0.05$ como nivel de significancia.

En cuanto a la evaluación de la asociación entre EQ-5 (calidad de vida relacionada con la salud) y las dos escalas empleadas (IFIS y PACES) se utilizó la prueba de Rho de Spearman, siguiendo los rangos establecidos por Mondragón Barrera (2014) para interpretar los resultados obtenidos, de forma que podía ser una correlación baja (0.01-0.10), media (0.11-0.50), fuerte (0.51-0.75), alta (0.76-0.90) o perfecta (> 0.91). Por otro lado, y con el fin de analizar la magnitud del impacto del sexo o la existencia de una discapacidad, se utilizó la *g* de Hedges, utilizando los valores establecidos por Cohen (2013), pudiendo indicar la ausencia de efecto (< 0.20), efecto bajo (0.21-0.49), moderado (0.50-0.79) o fuerte (> 0.80). Posteriormente, se aplicó una prueba de regresión paso a paso para llevar a cabo un análisis profundo de la calidad de vida relacionada con la salud y la existencia de un grado de discapacidad.

Para finalizar, se llevó a cabo la evaluación de la confiabilidad de las escalas psicométricas analizando su consistencia interna a través de los coeficientes de Alfa de Cronbach y Omega de McDonald, utilizando la clasificación establecida por Nunnally y Bernstein (1994) pudiendo obtener una fiabilidad baja (< 0.70), satisfactoria (0.71-0.90) o excelente (> 0.91).

En cuanto al programa estadístico utilizado para llevar a cabo los análisis, el grupo de investigación utilizó *Statistical Package of Social Science*, también conocido como SPSS, en su versión 23 para dispositivos MAC. Asimismo, se utilizaron números (N) y porcentajes (%) para representar los datos relativos a las variables sociodemográficas, y la media (M) y la desviación estándar (SD).

Resultados

En primer lugar, las puntuaciones obtenidas en EQ-5D, junto con las diferencias y tamaño del efecto analizadas en función de dos variables (sexo y discapacidad), están recogidas en la tabla 2. En cuanto a la primera variable, sexo, ninguna de las dimensiones que componen la primera parte de este instrumento obtuvieron resultados diferentes estadísticamente significativos. Sin embargo, en la escala visual analógica, los chicos obtuvieron puntuaciones significativamente diferentes en la percepción de la salud global. Por otro lado, en función de la variable “discapacidad”, tanto en la parte del sistema descriptivo, como en la escala visual analógica, los participantes sin discapacidad obtuvieron valores estadísticamente significativos mostrando una mejor percepción de la calidad de vida.

Tabla 2. Puntuaciones, diferencias y tamaño del efecto del EQ-5D en función del sexo y de la existencia o no de la discapacidad

Ítem	Sexo				Discapacidad			
	Chico		<i>p</i>	<i>g</i>	No		Sí	
	M (SD)	M (SD)			M (SD)	M (SD)	<i>p</i>	<i>g</i>
Movilidad	1.85 (1.28)	1.77 (1.21)	0.815	0.064	1.14 (0.45)	2.68 (1.41)	<0.001	-1.546
Cuidado Personal	1.14 (0.44)	1.15 (0.51)	0.742	-0.021	1.01 (0.10)	1.32 (0.67)	<0.001	-0.687
Actividades Cotidianas	1.36 (0.78)	1.27 (0.55)	0.723	0.129	1.07 (0.25)	1.65 (0.92)	<0.001	-0.907
Dolor y Malestar	1.64 (1.01)	1.81 (1.05)	0.212	-0.165	1.28 (0.65)	2.26 (1.16)	<0.001	-1.073
Ansiedad/Depresión	1.43 (0.81)	1.52 (0.81)	0.273	-0.111	1.42 (0.78)	1.53 (0.86)	0.429	-0.134
Salud del 0 al 100	85.2 (15.8)	79.8 (18.4)	0.020*	0.318	86.3 (11.1)	78.8 (21.8)	0.056	0.449



EQ Index	0.80 (0.28)	0.79 (0.26)	0.417	0.037	0.93 (0.11)	0.62 (0.33)	<0.001	1.323
----------	-------------	-------------	-------	-------	-------------	-------------	--------	-------

Nota: p es significativo < 0.05*.

Respecto al instrumento IFIS, cuyos resultados se encuentran recogidos en la tabla 3, se encontraron diferencias significativas tanto a favor de los chicos (percepción de la CF, capacidad para realizar ejercicio, fuerza muscular y velocidad/agilidad) como de las chicas (flexibilidad). Sin embargo, en el análisis en función de la existencia o no de una discapacidad sólo se encuentran resultados significativos a favor del grupo sin discapacidad en el apartado “velocidad/agilidad”, siendo esta la única dimensión donde esta variable parece tener una influencia significativa.

Tabla 3. Puntuaciones, diferencias y tamaño del efecto del IFIS en función del sexo y de la existencia o no de la discapacidad.

Ítem	Sexo				Discapacidad			
	Chico		Chica		No		Sí	
	M (SD)	M (SD)	p	g	M (SD)	M (SD)	p	g
Condición física autopercebida	4.02 (0.74)	3.71 (0.75)	0.012	0.415	3.92 (0.73)	3.86 (0.80)	0.538	0.078
Capacidad para hacer ejercicio	4.00 (0.85)	3.67 (0.94)	0.015	0.370	3.89 (0.84)	3.83 (0.98)	0.854	0.066
Fuerza muscular	3.80 (0.80)	3.45 (0.72)	0.004	0.454	3.63 (0.73)	3.69 (0.85)	0.597	-0.076
Velocidad/Agilidad	3.67 (0.99)	3.22 (0.98)	0.003	0.454	3.69 (0.84)	3.22 (1.15)	0.004*	0.474
Flexibilidad	3.19 (1.01)	3.58 (1.01)	0.015	-0.384	3.44 (0.98)	3.23 (1.07)	0.209	0.205
IFIS	3.74 (0.68)	3.53 (0.67)	0.061	0.309	3.71 (0.62)	3.57 (0.74)	0.129	0.206

Nota: p es significativo <0.05*. M = media; DE = Desviación Estándar.

En tercer lugar, la tabla 4 recoge los resultados del cuestionario PACE, donde se puede observar que los resultados obtenidos en función del sexo no difieren significativamente entre sí. En cuanto a la presencia o ausencia de discapacidad del deportista, no resultó ser una variable influyente en los resultados, a pesar de que los deportistas con discapacidad obtuvieron puntuaciones ligeramente superiores a las de sus compañeros sin discapacidad en algunos de los ítems como en el caso del disfrute de la actividad, o en el caso contrario, donde los piragüistas sin discapacidad mostraron una capacidad ligeramente superior a la hora de experimentar nuevas facetas y disfrutar de los aspectos inesperados relacionados con el piragüismo.

Tabla 4. Puntuaciones, diferencias y tamaño del efecto del PACE en función del sexo y de la existencia o no de la discapacidad.

PACE	Sexo				Discapacidad			
	Chico		Chica		No		Sí	
	M (SD)	M (SD)	p	g	M (SD)	M (SD)	p	g
Cuando practico piragüismo...								
Lo disfruto	4.10 (1.47)	4.26 (1.36)	0.453	-0.112	4.08 (1.54)	4.28 (1.26)	0.700	-0.140
Me interesa	4.10 (1.37)	4.18 (1.34)	0.817	-0.059	4.01 (1.47)	4.29 (1.17)	0.310	-0.207
Me gusta	4.14 (1.41)	4.26 (1.34)	0.639	-0.086	4.08 (1.52)	4.33 (1.18)	0.523	-0.180
Lo encuentro agradable	4.10 (1.43)	4.18 (1.39)	0.749	-0.056	4.00 (1.56)	4.31 (1.18)	0.469	-0.219
Estoy muy sorprendido con la actividad	3.78 (1.34)	3.73 (1.38)	0.753	0.037	3.58 (1.45)	3.99 (1.19)	0.081	-0.304
Es muy divertido	3.98 (1.36)	4.00 (1.35)	0.943	-0.015	3.88 (1.48)	4.13 (1.17)	0.495	-0.184
Es muy excitante	3.79 (1.34)	3.90 (1.26)	0.627	-0.084	3.72 (1.35)	3.99 (1.23)	0.164	-0.207
Me siento bien	3.90 (1.56)	4.15 (1.49)	0.137	-0.163	4.00 (1.56)	4.01 (1.51)	0.955	-0.006
PACES	3.99 (1.30)	4.08 (1.27)	0.650	-0.070	3.92 (1.41)	4.17 (1.09)	0.505	-0.194

Nota: p es significativo <0.05*. M = media; DE = Desviación Estándar.

Por otro lado, en la tabla 5 se muestra la relación, fuerza y dirección entre EQ-5D y los otros dos instrumentos empleados (IFIS y PACES), utilizando el coeficiente de correlación de Pearson (ρ). En primer lugar, no se ha detectado una correlación estadísticamente significativa entre EQ-5 y IFIS en función del sexo de los participantes, aunque sí en la presencia de la no discapacidad, aunque la magnitud es pequeña. De manera similar, tampoco se ha detectado este tipo de correlación entre EQ-5 y PACES, concluyendo con la inexistencia de una relación entre el disfrute y la participación en el piragüismo, verificando así la independencia entre estos conceptos.

Tabla 5. Relación entre las variables del EQ-5D, IFIS y PACES.

	IFIS ρ (p)				PACES ρ (p)			
	Hombre	Mujer	Discapacidad	No Discapacidad	Hombre	Mujer	Discapacidad	No Discapacidad
	EQ-5D	0.11 (0.225)	-0.01 (0.888)	0.10 (0.367)	0.22 (0.028)*	0.02 (0.983)	-0.01 (0.888)	0.012 (0.920)

Nota: p es significativo **p<0.01; *p<0.05

Además, también se llevó a cabo un análisis de regresión lineal en el que se observó cómo el 31% de la variabilidad de la calidad de vida está influida por las variables predictoras recogidas en la tabla 6. Los resultados obtenidos sugieren que el predictor más fuerte del modelo es la presencia de discapacidad, produciendo una disminución en la variable dependiente ($\beta = -0.31156$, $p < .001$), descartando el disfrute y participación ('PACES') ($\beta = 0.00722$, $p = 0.604$), la CF ('IFIS') ($\beta = 0.02494$, $p = 0.365$), los "días de entrenamiento" ($\beta = -0.01767$, $p = 0.420$) ni la "edad" ($\beta = -0.05813$, $p = 0.118$) como predictores. Además, tampoco se detectó una asociación estadísticamente significativa entre el resultado y la variable sexo, de forma que no existen diferencias importantes en la variable dependiente entre hombres y mujeres.

Tabla 6. Modelo predictivo de la calidad de vida

Variable	Modelo 1 ($R^2 = 0.31$)			
	β	SE	t	p
Constante	0.935	0.147	6.364	<.001
PACES	0.007	0.014	0.520	0.604
IFIS	0.025	0.028	0.908	0.365
Discapacidad	-0.312	0.036	-8.545	<.001
Días de entrenamiento	-0.018	0.022	-0.809	0.420
Edad	-0.058	0.037	-1.571	0.118
Sexo	-0.008	0.007	-1.108	0.270

Finalmente, en la tabla 7 se muestra los valores de consistencia interna de cada uno de los instrumentos (EQ-5D, IFIS y PACES) a través de los valores de alfa de Cronbach (α) y Omega de McDonald (ω), siendo satisfactorios según la clasificación de Nunnally y Bernstein (1994).

Tabla 7. Coeficientes de consistencia interna

Escala	α alfa de Cronbach	ω Omega de McDonald
EQ-5D	0.736	0.780
IFIS	0.813	0.833
PACES	0.975	0.977

Discusión

El principal objetivo de este trabajo se centró en estudiar las diferencias entre sexos y en la presencia de la discapacidad en lo relacionado con la calidad de vida, condición física autopercibida y disfrute de la actividad sobre una población de piragüistas. En la exploración de la calidad de vida, segmentando la muestra por sexos, se aprecia que el sexo masculino tiene puntuaciones superiores en la escala analógica de salud, sugiriendo que perciben una mejor calidad de vida que el sexo femenino. Las investigaciones realizadas en este aspecto sugieren que tanto hombres como mujeres perciben su calidad de vida y estado de salud de manera diferente, aunque sí encuentran diferencias significativas cuando se segmenta por dimensiones (Patwardhan et al., 2024). Diferentes autores sugieren que esta diferencia puede deberse a múltiples factores socioculturales entre los que se disponen los roles de género y la diferencia de práctica deportiva (Gallardo-Peralta et al., 2018). Los hombres tienden a realizar un mayor volumen de actividad física a mayor intensidad, lo que se traduce en mejoras a nivel de salud, haciendo que perciban mejor su calidad de vida. A este hecho se suma el componente androcéntrico que algunos estudios atribuyen al piragüismo (Guevara et al., 2022). Adicionalmente, un estudio encontró la actividad física como un potente predictor de la calidad de vida de los hombres (Craft et al., 2014). En línea con estos resultados, otras investigaciones revelan que las mujeres tienden a percibir una peor calidad de vida debido a la alta predisposición de afecciones mentales y físicas (Bonsaksen, 2012; Fodor et al., 2011).

En el estudio de la calidad de vida relacionada con la presencia de discapacidad, aquellos con una diversidad funcional física y/o psíquica revelaron una mayor dificultad en las dimensiones de movilidad, dolor y malestar, tareas cotidianas y cuidado personal, revelando una menor calidad de vida en este aspecto. Este hallazgo sugiere que la discapacidad es un factor importante en la percepción de la calidad de vida, pues dependiendo del tipo de discapacidad, esta puede generar dolor o malestar además de dificultades a la hora de desempeñar cualquier tipo de función, incluso perdiendo su independencia, en algunas ocasiones (Davidson et al., 2017). Estas dimensiones en concreto se refieren a la realización de tareas mundanas del día a día, especialmente en aquellas físicas (Mar et al., 2010), estableciendo la dis-

capacidad como un factor importante que abordar a la hora de mejorar la calidad de vida de los individuos. En este sentido, la práctica de actividad física podría mejorar estos valores, pues la evidencia científica ha demostrado una mejora sobre la movilidad de las personas con discapacidad, mejorando su percepción de la calidad de vida (Ringsten et al., 2024), de la misma manera que sobre el dolor e independencia en su cuidado y tareas diarias, pues aumenta la capacidad funcional y disminuye ciertos aspectos que influyen en el desarrollo de la percepción del dolor (Ekediegwu et al., 2024; Kuvalekar et al., 2015).

En la condición física percibida, los chicos puntúan significativamente más alto que las chicas en todas las dimensiones con un tamaño de efecto pequeño excepto en la flexibilidad, donde ellas puntúan por encima. La práctica de actividad física fluctúa durante las diferentes etapas vitales, alcanzando su punto más alto durante la niñez y comenzando a descender durante la adolescencia, debido a múltiples factores socioculturales (Tremblay, 2020). En este sentido y de manera general, es el sexo masculino el que emplea una mayor parte de su tiempo en realizar actividad física y con una mayor intensidad, obteniendo una mayor capacidad cardiorrespiratoria, fuerza muscular, agilidad y condición física general (Marta et al., 2012). Las chicas obtienen puntuaciones superiores en la flexibilidad, de acuerdo con lo descrito en otros artículos, donde además de las diferencias de práctica, existen otros motivos fisiológicos que explican estas diferencias, como la densidad de masa muscular, estructuración anatómica o la composición del tejido conectivo (Delgado Valdivia et al., 2009; Mishra et al., 2022).

En el caso del piragüismo, estas capacidades físicas son de elevada importancia, pues se trata de un deporte de características anaeróbicas, donde la fuerza y la velocidad juegan un papel importante. En el caso de la discapacidad, los resultados solo muestran diferencias significativas en el caso de la agilidad y velocidad, sugiriendo que es un elemento diferenciador entre las personas con y sin discapacidad que realizan piragüismo. Este deporte tiene altas demandas de manifestación explosiva, en la que se basan la velocidad y la agilidad, que a menudo queda afectada por la discapacidad de la persona, dificultando su desarrollo.

Por último, el disfrute de la actividad no depende ni del sexo ni de la presencia o no de la discapacidad de los practicantes, de forma que, independientemente del sexo del deportista, el piragüismo produce emociones positivas a quienes lo practican. En la literatura científica, se encuentran resultados mixtos.

Al comparar el disfrute de actividad física entre adolescentes con y sin discapacidad intelectual y adolescentes con un desarrollo típico, se encontraron niveles positivos aunque inferiores en los sujetos con discapacidad (Stanish et al., 2016). Estas diferencias en torno a las sensaciones provocadas por la actividad físicas obtenidas en este trabajo pueden deberse a la diferencia en la naturaleza de la muestra y el deporte realizado. Uno de los facilitadores de práctica deportiva identificados en el estudio de Wright et al. (2019) fue la diversión que esta provocaba en los participantes, además de darles la oportunidad de ser activos.

En este sentido, los resultados pueden sugerir que el piragüismo adaptado es un deporte que permite disminuir las barreras y aumentar el disfrute de este colectivo. Asociado con estos resultados, se confirma la independencia de la calidad de vida con el disfrute de la actividad y de la condición física autopercebida en personas sin discapacidad, aunque sí en personas con discapacidad. Por último, en el modelo de predicción solo se incluyó la discapacidad como elemento predictor de la calidad de vida, pues tiene grandes efectos sobre las dimensiones de esta. Evaluarla y abordarla podría ser clave en la calidad de vida de los usuarios de piragüismo, pues la actividad física mejora las dimensiones afectadas por la discapacidad (Ekediegwu et al., 2024; Kuvalekar et al., 2015).

Conclusiones

Este estudio revela que tanto el sexo como la presencia de discapacidad son factores relevantes en la percepción de la calidad de vida y en la condición física autopercebida entre piragüistas. Los hombres muestran una percepción superior de su calidad de vida y condición física en general, probablemente debido a un mayor volumen e intensidad de actividad física, mientras que las mujeres destacan en flexibilidad, en línea con otros estudios que sugieren diferencias anatómicas y fisiológicas. Por otro lado, la discapacidad se asocia a una menor calidad de vida, especialmente en las áreas de movilidad, dolor y autonomía en las tareas diarias, aspectos donde la actividad física adaptada podría ofrecer beneficios



significativos al mejorar la movilidad y reducir el dolor percibido. A pesar de estas diferencias, el disfrute de la actividad no muestra variación significativa ni por sexo ni por discapacidad, lo que sugiere que el piragüismo es una fuente de satisfacción para todos los practicantes, posiblemente por su capacidad de facilitar la participación y la diversión independientemente de las limitaciones individuales. Así, el piragüismo adaptado se perfila como una herramienta potencial para mejorar la calidad de vida de personas con discapacidad, proporcionando un espacio inclusivo que puede contribuir tanto a su bienestar físico como emocional.

Este estudio, como el resto, cuenta con una serie de limitaciones. En primer lugar, se realizó mediante un muestreo no probabilístico por conveniencia y con un diseño transversal, por lo que no es posible establecer una relación de causa efecto. Por otro lado, la evaluación de la condición física se realizó mediante un instrumento autorreportado, que, a pesar de obtener buenos valores de fiabilidad y validez, ciertas poblaciones tienden a sobrestimar estos valores. Entre las fortalezas de este trabajo, ninguna investigación hasta la fecha ha estudiado el efecto de la discapacidad sobre la calidad de vida en una población de piragüistas, además de relacionarlo con la percepción de la condición física y el disfrute de la actividad, exponiendo esta actividad deportiva como una opción de inclusión y herramienta para aumentar la tasa de actividad física en este colectivo, para mejorar tanto su calidad de vida como su percepción de la salud. En líneas futuras de investigación, sería interesante estudiar el efecto de la realización del piragüismo en personas con discapacidad o compararlas con otros deportes.

Agradecimientos

Los autores agradecen el apoyo de la Real Federación Española de Piragüismo (RFEP) para la realización de este estudio, y muy especialmente a la Clasificadora de Paracanoe de la Federación Internacional de Piragüismo Selma Palacín Artigosa.

Referencias

- Arsenovic, D., Djokic, B., Kovacevic, Z., Stevanovic, D., Janicijevic, K., Janicijevic Petrovic, M. A., Radevic, S., & Radovanovic, S. (2022). Quality of Life of Children Engaged in Regular Physical Activities. *Iranian Journal of Public Health*, 51(7), 1629-1636. <https://doi.org/10.18502/ijph.v51i7.10097>
- Barradas, S. C., Finck Barboza, C., & Sarmiento, O. L. (2019). Differences between leisure-time physical activity, health-related quality of life and life satisfaction: Al Ritmo de las Comunidades, a natural experiment from Colombia. *GLOBAL HEALTH PROMOTION*, 26(2), 5-14. <https://doi.org/10.1177/1757975917703303>
- Baumgartner, L., Weberruß, H., Oberhoffer-Fritz, R., & Schulz, T. (2020). Vascular Structure and Function in Children and Adolescents: What Impact Do Physical Activity, Health-Related Physical Fitness, and Exercise Have? *Frontiers in Pediatrics*, 8. <https://doi.org/10.3389/fped.2020.00103>
- Bermejo-Cantarero, A., Álvarez-Bueno, C., Martínez-Vizcaino, V., Redondo-Tébar, A., Pozuelo-Carrascosa, D. P., & Sánchez-López, M. (2021). Relationship between both cardiorespiratory and muscular fitness and health-related quality of life in children and adolescents: A systematic review and meta-analysis of observational studies. *Health and Quality of Life Outcomes*, 19(1), 127. <https://doi.org/10.1186/s12955-021-01766-0>
- Berthiaume, J., Ouellet, B., Labbé, M., Hebinck, M., Robert, M., Descarreaux, M., Martineau, P., & Best, K. L. (2024). Exploring the quality of participation and strategies to support meaningful engagement in an adapted paddleboard program among individuals with disabilities. *Disability and Rehabilitation: Assistive Technology*, 0(0), 1-7. <https://doi.org/10.1080/17483107.2024.2382279>
- Biagini, A., Bastiani, L., & Sebastiani, L. (2022). The impact of physical activity on the quality of life of a sample of Italian people with physical disability. *Frontiers in Sports and Active Living*, 4, 884074. <https://doi.org/10.3389/fspor.2022.884074>
- Bonsaksen, T. (2012). Exploring Gender Differences in Quality of Life. *Mental health review journal*, 17, 39-49. <https://doi.org/10.1108/13619321211231815>
- Britton, Ú., Onibonoje, O., Belton, S., Behan, S., Peers, C., Issartel, J., & Roantree, M. (2023). Moving well-being well: Using machine learning to explore the relationship between physical literacy and well-being in children. *Applied Psychology. Health and Well-Being*, 15(3), 1110-1129. <https://doi.org/10.1111/aphw.12429>



- Brymer, E., Feletti, F., Monasterio, E., & Schweitzer, R. (2020). Editorial: Understanding Extreme Sports: A Psychological Perspective. *Frontiers in Psychology, 10*, 3029. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2019.03029>
- Caspersen, C. J., Powell, K. E., & Christenson, G. M. (1985). Physical activity, exercise, and physical fitness: Definitions and distinctions for health-related research. *Public Health Reports, 100*(2), 126-131.
- Cohen, J. (2013). *Statistical Power Analysis for the Behavioral Sciences* (2.^a ed.). Routledge. <https://doi.org/10.4324/9780203771587>
- Collins, B., O'Broin, D., & Casey, N. B. (2009). The meaning of the experience of sea kayaking for persons with spinal cord injury. *Irish Journal of Occupational Therapy, 29*-36.
- Comité Paralímpico Español. (2020). *Deportes paraímpicos. Piragüismo*. <https://www.paralimpicos.es/deportes-paralimpicos/piraguismo>
- Craft, B. B., Carroll, H. A., & Lustyk, M. K. B. (2014). Gender Differences in Exercise Habits and Quality of Life Reports: Assessing the Moderating Effects of Reasons for Exercise. *International journal of liberal arts and social science, 2*(5), 65-76.
- Davidson, G., Irvine, R., Corman, M., Kee, F., Kelly, B., Leavey, G., & McNamee, C. (2017). *Measuring the Quality of Life of People with Disabilities and their Families: Scoping Study Final Report*. Department for Communities.
- de Paula, F. R., Teixeira-Salmela, L. F., Coelho de Moraes Faria, C. D., de Brito, P. R., & Cardoso, F. (2006). Impact of an exercise program on physical, emotional, and social aspects of quality of life of individuals with Parkinson's disease. *MOVEMENT DISORDERS, 21*(8), 1073-1077. <https://doi.org/10.1002/mds.20763>
- Delgado Valdivia, O., Martín Cañada, M. A., Zurita Ortega, F., Antequera Rodríguez, J. J., & Fernández Sánchez, M. (2009). Changes in flexibility according to gender and educational stage. *Apunts Sports Medicine, 44*(161), 10-17.
- Dewi, R. C., Rimawati, N., & Purbodjati. (2021). Body mass index, physical activity, and physical fitness of adolescence. *Journal of Public Health Research, 10*(2), 2230. <https://doi.org/10.4081/jphr.2021.2230>
- Duque, M. F. R. (2023). Beneficios de la práctica de actividad física deportiva en personas con discapacidad física. *Revista científica especializada en Ciencias de la Cultura Física y del Deporte, 20*(1), 152-172.
- Ekediegwu, E. C., Onwukike, C. V., & Onyeso, O. K. (2024). Pain intensity, physical activity, quality of life, and disability in patients with mechanical low back pain: A cross-sectional study. *Bulletin of Faculty of Physical Therapy, 29*(1), 1. <https://doi.org/10.1186/s43161-023-00167-2>
- Farris, S. G., & Abrantes, A. M. (2020). Mental health benefits from lifestyle physical activity interventions: A systematic review. *Bulletin of the Menninger Clinic, 84*(4), 337-372. <https://doi.org/10.1521/bumc.2020.84.4.337>
- Feng, Y.-S., Kohlmann, T., Janssen, M. F., & Buchholz, I. (2021). Psychometric properties of the EQ-5D-5L: A systematic review of the literature. *Quality of Life Research, 30*(3), 647-673. <https://doi.org/10.1007/s11136-020-02688-y>
- Fodor, E., Lane, L., Schippers, J., & van der Lippe, T. (2011). Gender Differences in Quality of Life. En M. Bäck-Wiklund, T. van der Lippe, L. den Dulk, & A. Doorne-Huiskes (Eds.), *Quality of Life and Work in Europe: Theory, Practice and Policy* (pp. 149-161). Palgrave Macmillan UK. https://doi.org/10.1057/9780230299443_9
- Franco, E., Ocete, C., Pérez-Calzado, E., & Berástegui, A. (2023). Physical Activity and Quality of Life among People with Intellectual Disabilities: The Role of Gender and the Practice Characteristics. *Behavioral Sciences, 13*(9). <https://doi.org/10.3390/bs13090773>
- Gallardo-Peralta, L., Córdova Jorquera, I., Piña Morán, M., Urrutia Quiroz, B., Gallardo-Peralta, L., Córdova Jorquera, I., Piña Morán, M., & Urrutia Quiroz, B. (2018). Diferencias de género en salud y calidad de vida en personas mayores del norte de Chile. *Polis (Santiago), 17*(49), 153-175. <https://doi.org/10.4067/S0718-65682018000100153>
- Gallego, J., Aguilar-Parra, J. M., Cangas, A. J., & Pérez, M. J. (2014). Hábitos de actividad física en mujeres con discapacidad: Relación con sus características físicas y funcionales. *Revista Iberoamericana de Psicología del Ejercicio y el Deporte, 9*(7).
- Giacobbi, P., Stancil, M., Hardin, B., & Bryant, L. (2008). Physical Activity and Quality of Life Experienced by Highly Active Individuals with Physical Disabilities. *Adapted physical activity quarterly : APAQ, 25*, 189-207. <https://doi.org/10.1123/apaq.25.3.189>



- Glassman, L. H., Otis, N. P., Michalewicz-Kragh, B., & Walter, K. H. (2021). Gender Differences in Psychological Outcomes Following Surf Therapy Sessions among U.S. Service Members. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 18(9), 4634. <https://doi.org/10.3390/ijerph18094634>
- Guevara-Pérez, J. C., Rojo-Ramos, J., Urdaneta-Camacho, R., & Vallespín, E. M. (2022). Raiders of the Olympic Values: Perception of the Development of Women's Canoeing in Spain for Tokyo 2021. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 19(11), 6909. <https://doi.org/10.3390/ijerph19116909>
- Hagberg, L., Lindahl, B., Nyberg, L., & Hellénus, M.-L. (2008). Importance of enjoyment when promoting physical exercise. *Scandinavian journal of medicine & science in sports*, 19, 740-747. <https://doi.org/10.1111/j.1600-0838.2008.00844.x>
- Herdman, M., Badia, X., & Berra, S. (2001). El EuroQol-5D: Una alternativa sencilla para la medición de la calidad de vida relacionada con la salud en atención primaria. *Atención Primaria*, 28(6), 425-429. [https://doi.org/10.1016/S0212-6567\(01\)70406-4](https://doi.org/10.1016/S0212-6567(01)70406-4)
- Jekauc, D., Wagner, M. O., Herrmann, C., Hegazy, K., & Woll, A. (2017). Does Physical Self-Concept Mediate the Relationship between Motor Abilities and Physical Activity in Adolescents and Young Adults? *PLoS ONE*, 12(1), e0168539. <https://doi.org/10.1371/journal.pone.0168539>
- Katzmarzyk, P. T. (2023). Expanding our understanding of the global impact of physical inactivity. *The Lancet Global Health*, 11(1), e2-e3. [https://doi.org/10.1016/S2214-109X\(22\)00482-X](https://doi.org/10.1016/S2214-109X(22)00482-X)
- Kuvalekar, K., Kamath, R., Ashok, L., Shetty, B., Mayya, S., & Chandrasekaran, V. (2015). Quality of Life among Persons with Physical Disability in Udupi Taluk: A Cross Sectional Study. *Journal of Family Medicine and Primary Care*, 4(1), 69-73. <https://doi.org/10.4103/2249-4863.152258>
- Labbé, D., Miller, W. C., & Ng, R. (2019). Participating more, participating better: Health benefits of adaptive leisure for people with disabilities. *Disability and Health Journal*, 12(2), 287-295. <https://doi.org/10.1016/j.dhjo.2018.11.007>
- Lape, E. C., Katz, J. N., Losina, E., Kerman, H. M., Gedman, M. A., & Blauwet, C. A. (2018). Participant-Reported Benefits of Involvement in an Adaptive Sports Program: A Qualitative Study. *PM&R*, 10(5), 507-515. <https://doi.org/10.1016/j.pmrj.2017.10.008>
- Mandsager, K., Harb, S., Cremer, P., Phelan, D., Nissen, S. E., & Jaber, W. (2018). Association of Cardiorespiratory Fitness With Long-term Mortality Among Adults Undergoing Exercise Treadmill Testing. *JAMA Network Open*, 1(6), e183605. <https://doi.org/10.1001/jamanetworkopen.2018.3605>
- Mar, J., Larrañaga, I., Arrospide, A., & Begiristain, J. M. (2010). Impact of disability on different domains of health-related quality of life in the noninstitutionalized general population. *ClinicoEconomics and Outcomes Research: CEOR*, 2, 97-103. <https://doi.org/10.2147/ceor.s10709>
- Marta, C. C., Marinho, D. A., Barbosa, T. M., Izquierdo, M., & Marques, M. C. (2012). Physical fitness differences between prepubescent boys and girls. *Journal of Strength and Conditioning Research*, 26(7), 1756-1766. <https://doi.org/10.1519/JSC.0b013e31825bb4aa>
- Martin Ginis, K. A., van der Ploeg, H. P., Foster, C., Lai, B., McBride, C. B., Ng, K., Pratt, M., Shirazipour, C. H., Smith, B., Vásquez, P. M., & Heath, G. W. (2021). Participation of people living with disabilities in physical activity: A global perspective. *Lancet (London, England)*, 398(10298), 443-455. [https://doi.org/10.1016/S0140-6736\(21\)01164-8](https://doi.org/10.1016/S0140-6736(21)01164-8)
- Mishra, A. K., Kumari, N., & Kumar, R. (2022). Study of Flexibility Among Boys and Girls of Secondary School in Terms of Different Aspects of Flexibility. *International Journal of Scientific Research in Science and Technology*, 119-123. <https://doi.org/10.32628/IJSRST229525>
- Mondragón Barrera, M. A. (2014). USO DE LA CORRELACIÓN DE SPEARMAN EN UN ESTUDIO DE INTERVENCIÓN EN FISIOTERAPIA. *Movimiento Científico*, 8(1), 98-104. <https://doi.org/10.33881/2011-7191.mct.08111>
- Murcia, J., González-Cutre, D., Martínez, C., Alonso, N., & López, M. (2008). Psychometric properties of the Physical Activity Enjoyment Scale (PACES) in the Spanish context. *Estudios de Psicología*, 29, 173-180. <https://doi.org/10.1174/021093908784485093>
- Nunnally, J. C., & Bernstein, I. H. (1994). *Psychometric theory* (3rd ed.). McGraw-Hill. <http://hdl.handle.net/123456789/11061>
- Organización Mundial de la Salud. (1995). The World Health Organization Quality of Life assessment (WHOQOL): Position paper from the World Health Organization. *Social Science & Medicine* (1982), 41(10), 1403-1409. [https://doi.org/10.1016/0277-9536\(95\)00112-k](https://doi.org/10.1016/0277-9536(95)00112-k)



- Organización Mundial de la Salud. (2020). *Directrices de la OMS sobre actividad física y hábitos sedentarios: De un vistazo*.
- Ortega, F. B., Ruiz, J. R., España-Romero, V., Vicente-Rodriguez, G., Martínez-Gómez, D., Manios, Y., Béghin, L., Molnar, D., Widhalm, K., Moreno, L. A., Sjöström, M., Castillo, M. J., & on behalf of the HELENA study group. (2011). The International Fitness Scale (IFIS): Usefulness of self-reported fitness in youth. *International Journal of Epidemiology*, 40(3), 701-711. <https://doi.org/10.1093/ije/dyr039>
- Patwardhan, V., Gil, G. F., Arrieta, A., Cagney, J., DeGraw, E., Herbert, M. E., Khalil, M., Mullany, E. C., O'Connell, E. M., Spencer, C. N., Stein, C., Valikhanova, A., Gakidou, E., & Flor, L. S. (2024). Differences across the lifespan between females and males in the top 20 causes of disease burden globally: A systematic analysis of the Global Burden of Disease Study 2021. *The Lancet Public Health*, 9(5), e282-e294. [https://doi.org/10.1016/S2468-2667\(24\)00053-7](https://doi.org/10.1016/S2468-2667(24)00053-7)
- Pérez-Tejero, J., & Ocete-Calvo, C. (2019). *Personas con discapacidad y práctica deportiva en España*.
- Ringsten, M., Ivanic, B., Iwarsson, S., & Lexell, E. M. (2024). Interventions to improve outdoor mobility among people living with disabilities: A systematic review. *Campbell Systematic Reviews*, 20(2), e1407. <https://doi.org/10.1002/cl2.1407>
- Salkind, N. J., Escalona, R. L., & Salmerón, V. V. (1999). *Métodos de investigación*.
- Stanish, H. I., Curtin, C., Must, A., Phillips, S., Maslin, M., & Bandini, L. G. (2016). Physical Activity Enjoyment, Perceived Barriers, and Beliefs Among Adolescents With and Without Intellectual Disabilities. *Journal of Physical Activity and Health*, 13(1), 102-110. <https://doi.org/10.1123/jpah.2014-0548>
- Stevens, C. J., Baldwin, A. S., Bryan, A. D., Conner, M., Rhodes, R. E., & Williams, D. M. (2020). Affective Determinants of Physical Activity: A Conceptual Framework and Narrative Review. *Frontiers in Psychology*, 11, 568331. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2020.568331>
- Teittinen, A., & Vesala, H. T. (2019). Comparison of Physical Activity between Children and Adolescents with and without Disabilities in Finland. *Sports Medicine and Injury Care Journal*, 1(1), 1-7. <https://doi.org/10.24966/SMIC-8829/100003>
- Teixeira, D. S., Rodrigues, F., Cid, L., & Monteiro, D. (2022). Enjoyment as a Predictor of Exercise Habit, Intention to Continue Exercising, and Exercise Frequency: The Intensity Traits Discrepancy Moderation Role. *Frontiers in Psychology*, 13, 780059. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2022.780059>
- Tremblay, M. S. (2020). Introducing 24-Hour Movement Guidelines for the Early Years: A New Paradigm Gaining Momentum. *Journal of Physical Activity and Health*, 17(1), 92-95. <https://doi.org/10.1123/jpah.2019-0401>
- Vinaccia Alpi, S., Parada, N., Quiceno, J. M., Riveros Munévar, F., Vera Maldonado, L. A., Vinaccia Alpi, S., Parada, N., Quiceno, J. M., Riveros Munévar, F., & Vera Maldonado, L. A. (2019). Escala de satisfacción con la vida (SWLS): Análisis de validez, confiabilidad y baremos para estudiantes universitarios de Bogotá. *Psicogente*, 22(42), 1-13. <https://doi.org/10.17081/psico.22.42.3468>
- Walsh, S. F., & Scharf, M. G. (2014). Effects of a recreational ice skating program on the functional mobility of a child with cerebral palsy. *Physiotherapy Theory and Practice*, 30(3), 189-195. <https://doi.org/10.3109/09593985.2013.863414>
- Warburton, D. E. R., & Bredin, S. S. D. (2017). Health benefits of physical activity: A systematic review of current systematic reviews. *Current Opinion in Cardiology*, 32(5), 541. <https://doi.org/10.1097/HCO.0000000000000437>
- Wright, A., Roberts, R., Bowman, G., & Crettenden, A. (2019). Barriers and facilitators to physical activity participation for children with physical disability: Comparing and contrasting the views of children, young people, and their clinicians. *Disability and Rehabilitation*, 41(13), 1499-1507. <https://doi.org/10.1080/09638288.2018.1432702>

Datos de los/as autores/as y traductor/a:

Juan Carlos Guevara-Pérez
Noelia Mayordomo Pinilla
Jorge Rojo-Ramos
David Obeso-Vicente

jguevara@unizar.es
nmayordo@alumnos.unex.es
jorgerr@unex.es
dobeso97@gmail.com

Autor
Autora
Autor
Autor

