

## **Determinantes de las barreras percibidas entre los jóvenes con discapacidad para no participar en prácticas deportivas**

**Idurre Lazcano**  
**Aurora Madariaga**  
**Sheila Romero**

Instituto de Estudios de Ocio  
Universidad de Deusto  
ilazcano@deusto.es

**Resumen:** Resulta importante estudiar las barreras que inhiben el acceso a prácticas deportivas en jóvenes y más aun si éstos poseen algún tipo de discapacidad. Por ello este estudio, bajo una muestra de 122 jóvenes con discapacidad que han manifestado previamente su imposibilidad para realizar alguna práctica deportiva, profundiza en analizar cuáles son esas barreras y qué elementos de la vida cotidiana pueden determinarlas, incidiendo en las diferentes perspectivas de los jóvenes en función del género. Los resultados muestran que son las mujeres las que le dan más importancia a las cuestiones planteadas y a su percepción del ocio en general.

**Abstract:** It is important to study the barriers that inhibit the access to sports practices in young people and even more if they have any disability. Therefore, this study, with a sample of 122 young people with disabilities who have previously shown their inability to perform in any sports practice, deepens in analyzing what these barriers are and what elements of daily life can determine them, affecting the different perspectives of young people depending on their gender. The results show that it is women who give more importance to the elements raised and their perception of leisure in general.

**Palabras clave:** Ocio, práctica deportiva, jóvenes, discapacidad, barreras, género.

**Keywords:** Leisure, sport practice, young people, disability, barriers, gender.

### **1. Introducción**

Los estudios de ocio vinculados a la psicología y relacionados estrechamente con la conducta humana han ido evolucionando en las últimas décadas (Bryant y Veroff, 2007; Kleiber, Walker, y Mannell, 2011; Moscovici, 2000; Neulinger, 1980), profundizado en temas tales como las barreras y beneficios del ocio (Driver, Brown, y Peterson, 1991; Driver y Bruns, 1999; Kelly y Godbey, 1992), la satisfacción (Beard, y Ragheb, 1980), el aburrimiento (Iso Ahola y Weissinger, 1990), necesidades e intereses en ocio (Elkington y Stebbins, 2014), todos ellos ligados al desarrollo humano.

Las barreras se definen como todos aquellos factores que restringen, inhiben o limitan la capacidad de las personas de poder participar en actividades de ocio que desearían realizar (Jackson, 2000; Shogan 2002). Con relación a los estudios sobre barreras destacan aquellos cuyo objeto de estudio es un colectivo concreto, como mujer (Martínez, Fernández, y Camacho, 2010),



poblaciones en riesgo de exclusión social (Ponde y Santana, 2000), personas con discapacidad (Allison y Hibbler 2004; Madariaga y Lazcano, 2014) o personas mayores y acceso a tecnologías de la información y comunicación (García y Bermejo, 2004). En el caso de los jóvenes, se han analizado en mayor medida patrones de participación más que barreras como tales (Ballesteros, Megías y Rodríguez, 2012; Boyd, 2008; Salvador, 2009).

Hay un consenso general respecto al hecho de que las barreras que impiden el acceso al ocio no son sólo económicas, sino también sociales y educativas, y que esas barreras pueden estar muy presentes en el caso de los jóvenes (Crawford, Jackson, y Godbey, 1991) y más aún si tienen algún tipo de discapacidad (Romero, Madariaga y Lazcano, 2014b; Andreu, 2003). Si nos centramos en el ámbito del ocio sobre el que persisten más barreras, el más estudiado en todas las edades y diferentes contextos sociodemográficos es el deporte (Ingham, 1986; Monteagudo y Cuenca, 2012).

A lo largo de los años se ha ido comprobando como en el ámbito deportivo centrado en el colectivo con discapacidad ha habido una mejora en lo que se refiere a su promoción y desarrollo, teniendo una presencia y alcance mayor de los potenciales beneficiarios (Rivas y Vaillo, 2012).

Los estudios sobre juventud motivados por las preocupaciones ligadas al desarrollo del joven (Ballesteros et al., 2012; Boyd, 2008; González-Anleo, López, Valls, Ayuso y González, 2010; Salvador, 2009) ponen el acento sobre aquellos comportamientos cercanos a los riesgos que se ponen de manifiesto en el tiempo de ocio (Berrios y Buxarrais, 2005; Livingstone, 2008), ahondando en aspectos relacionados con el género (Frost, 2003; Kafai, Heeter, Denner y Sun, 2008) y poniendo de relieve la importancia que tiene el ocio en la percepción de bienestar (Heintzman, 2000).

Una parte de los estudios se ha centrado en la actividad física y la práctica deportiva en diferentes subgrupos de edad y en diferentes aspectos, algunos centrados más en la evolución (Romero et al., 2014) y otros describiendo las prácticas en adolescentes y ahondando en sus motivaciones (Castillo y Balaguer, 2001) o promoviendo actividad para paliar hábitos sedentarios (Samdal, Tynjälä, Roberts, Sallis, Villberg, y Wold, 2007; Santos, Gomes y Mota, 2005).

Sin embargo, se han encontrado pocos estudios centrados en el colectivo joven con discapacidad en general y las barreras percibidas para realizar actividad física. No obstante, sí que encontramos estudios centrados en discapacidades y/o actividades específicas, como las barreras de los jóvenes con discapacidad física en ámbitos recreativos y comunitarios (Law, Petrenchik, King y Hurley, 2007), barreras para participar en actividades de ocio en general en jóvenes con discapacidad intelectual (Badia, Orgaz, Verdugo, Ullán y Martínez, 2011) o barreras para participar en actividades físicas en jóvenes con parálisis cerebral (Verschuren, Wiart, Hermans y Ketelaar, 2012).

En la etapa juventud se trabaja arduamente por el asentamiento de la propia identidad (Boyd, 2008) contextualizada en el desarrollo de una identidad grupal (Coatsworth, 2005). En este proceso, la socialización es el eje fundamental del desarrollo del joven y el ámbito del ocio constituye el espacio estrella para fomentar procesos de socialización y procesos sociales asentando las relaciones interpersonales (Rodríguez, 2010).

Dada la importancia de la etapa vital en la que se encuentra la juventud para forjar el desarrollo de intereses y hábitos y la propia identidad y considerando el riesgo que suponen el tener algún tipo de discapacidad y las barreras en ocio específicas en este colectivo, el objetivo de esta investigación radica en conocer qué factores personales y de la vida cotidiana determinan las barreras de los jóvenes con discapacidad, en función del género, para la no participación en prácticas deportivas.

## 2. Método

### *Participantes*

Se optó por realizar un muestreo aleatorio al conjunto de la población joven del territorio histórico vasco perteneciente a alguna asociación de discapacidad obteniendo finalmente una muestra de 400 jóvenes. Para el presente estudio se han seleccionado aquellos jóvenes que previamente han manifestado su imposibilidad para realizar alguna práctica deportiva, siendo ésta lo que más les gustaría practicar. Esta muestra utilizada supone el 30.5% de la población total (n=122), de los cuales el 52.5% son hombres (n = 64) y sus edades se encuentran comprendidas entre los 16 y 29 años.

### *Procedimiento*

Se acudió a todas las asociaciones con discapacidad registradas en el País Vasco para acceder a la muestra de jóvenes. Una vez establecidos los contactos con los responsables de los centros, se les explicó la finalidad del estudio, la confidencialidad de los datos y se les pidió la participación voluntaria de los posibles participantes para responder a un cuestionario en formato papel, solicitando las pertinentes autorizaciones paternas en caso de ser menores de edad.

### *Instrumento*

Se utilizó un instrumento, sobre la práctica y la experiencia de ocio de los jóvenes con discapacidad en el País Vasco, diseñado conjuntamente entre el Instituto de Estudios de Ocio de la Universidad de Deusto y el Observatorio Vasco de Juventud. Para el presente estudio, además de las variables de identificación y descripción de la muestra, se han seleccionado una serie de cuestiones de interés para la investigación. Éstas, están relacionadas con la opinión de los jóvenes sobre aspectos referentes a su vida cotidiana y que pueden limitar el acceso a las prácticas de ocio que desean realizar: opinión sobre el ocio en general, preferencias en el tiempo libre, percepción personal y social sobre diferentes aspectos. Las cuestiones mencionadas están formuladas en una escala Likert con gradación de tres intervalos (1 = en desacuerdo, a 3 = de acuerdo).

### *Análisis de los datos*

Para identificar qué factores actúan como barreras para la no participación en prácticas deportivas se calculó la prueba de análisis de la varianza (ANOVA) y/o la prueba robusta de Brown-Forsythe (Brown y Forsythe, 1974) en el caso de haber heterocedasticidad, así como el tamaño del efecto a partir del coeficiente d de Cohen (Lakens, 2013) y, de este modo, contrastar cómo difieren las percepciones de los jóvenes en función del género. Previo a este análisis resulta necesario, también, analizar cuáles son los principales motivos que los jóvenes identifican para no realizar prácticas deportivas, es decir, resulta necesario conocer las barreras específicas para determinar qué percepciones les llevan a ellas.

## Resultados

Respecto a los tipos de discapacidad abordadas (Tabla 1), la mayoría de jóvenes participantes en el estudio tienen discapacidad auditiva, aunque se puede observar como la distribución es equitativa con los principales tipos de discapacidad existentes.

En cuanto a las barreras específicas que los jóvenes identifican para no poder realizar actividades deportivas, se observa como el género influye en la percepción sobre este aspecto. Así

pues, aunque la propia discapacidad sea lo que los jóvenes identifican como la principal barrera para no poder realizar deporte, las mujeres dan más importancia a barreras relacionadas con el transporte y los hombres recalcan la falta de tiempo, problemas de comunicación y otro tipo de causas.

Tabla 1. Tipo de discapacidad y barrera específicas percibidas.

		Total	Mujer	Hombre		$\chi^2$	p	
		N	n	%	n			%
Tipo de discapacidad	Física	31	16	13.1%	15	12.3%	1.30	.728
	Visual	28	15	12.3%	13	10.7%		
	Auditiva	39	16	13.1%	23	18.9%		
	Intelectual	24	11	9.0%	13	10.7%		
Barreras específicas	Transporte	14	10	8.2%	4	3.3%	28.31	.001
	Económicas	10	3	2.5%	7	5.7%		
	Arquitectónicas	4	4	3.3%	0	0.0%		
	De comunicación	12	2	1.6%	10	8.2%		
	Sociales	0	0	0.0%	0	0.0%		
	Familiares	1	1	0.8%	0	0.0%		
	Discapacidad	44	26	21.3%	18	14.8%		
	Falta de conocimiento	5	4	3.3%	1	0.8%		
	Falta de habilidades	0	0	0.0%	0	0.0%		
	Falta de relaciones	0	0	0.0%	0	0.0%		
	Falta de tiempo	17	6	4.9%	11	9.0%		
	Atribuciones negativas	2	1	0.8%	1	0.8%		
	Otra causa	13	1	0.8%	12	9.8%		

$\chi^2$ = Prueba de Ji cuadrado; p= valor de significación

En cuanto al análisis de la varianza para contrastar qué aspectos de la vida cotidiana determinan las barreras en ambos grupos poblacionales, la Tabla 2 muestra cómo las percepciones entre ambos difieren en algunas de las cuestiones planteadas. Así pues, en cuanto a las cuestiones relacionadas con qué es el ocio para los jóvenes (V1-V20), las mujeres se muestran más reacias hacia la afirmación de que el ocio es una pérdida de tiempo ( $M_m = 1.05/M_h = 1.34$ ), siendo el tamaño del efecto elevado en este caso ( $d$  de cohen= .60). También son las mujeres las que se muestran más de acuerdo con que el ocio es un gasto que merece la pena ( $M_m = 2.81/M_h = 2.59$ ) y un tiempo para aprender cosas nuevas ( $M_m = 2.90/M_h = 2.70$ ). Además se hace referencia a la vertiente consumista del ocio ya que, también en mayor medida las mujeres, se encuentran muy de acuerdo con que el ocio es un tiempo para comprar cosas ( $M_m = 2.64/M_h = 2.30$ ). El ocio también es un tiempo para desconectar de las obligaciones diarias, valorado también más positivamente por las mujeres ( $M_m = 2.88/M_h = 2.64$ ). Del mismo modo, se observa como también son las mujeres las que opinan que el ocio es un tiempo para hacer actividades intelectuales ( $M_m = 2.67/M_h = 2.22$ ) y, muy relacionado con esta afirmación, un tiempo para leer, ir a museos y exposiciones ( $M_m = 2.69/M_h = 1.92$ ). El tamaño del efecto en estas dos últimas cuestiones es también muy elevado ( $d$  de Cohen= .60 y 1.01 respectivamente). De hecho en la última cuestión, las mujeres se posicionan en muy de acuerdo mientras que los hombres les es indiferente.

En cuanto a los gustos de los jóvenes en su tiempo libre (V21- V32). También en este caso son las mujeres las que se muestran más proactivas a descubrir lugares y cosas ( $M_m = 2.95/M_h = 2.81$ ) y a estar en un sitio tranquilo ( $(M_m = 2.76/M_h = 2.41)$ ). El tamaño del efecto en esta última cuestión ha sido muy elevado ( $d$  de Cohen= .59)

En cuanto a la importancia de diferentes aspectos cotidianos (V33-V40) no se han apreciado diferencias estadísticamente significativas entre los jóvenes, ambos sexos consideran importante sentirse integrados, tomarse la vida con entusiasmo y/o sentirse seguros, entre otras.

*Tabla.2. Percepción sobre aspectos de la vida cotidiana juvenil: Comparación de medias y tamaños del efecto.*

	Total (n = 122)		Mujer (n = 58)		Hombre (n = 64)		F	g.l.	p	d
	M	DE	M	DE	M	DE				
V.1 Un tiempo para estar con mi familia	2.3	0.82	2.21	0.85	2.38	0.79	1.28	1. 120	.260	.22
V.2 Un tiempo de descanso	2.84	0.48	2.86	0.51	2.83	0.46	0.15	1.120	.699	.06
V.3 Una pérdida de tiempo	1.2	0.48	1.05	0.22	1.34	0.60	13.27	1.81.8	≤.001	.63
V.4 Un gasto que merece la pena	2.7	0.51	2.81	0.48	2.59	0.53	5.70	1.120.0	.019	.43
V.5 Un tiempo para disfrutar al aire libre	2.85	0.42	2.9	0.45	2.81	0.39	1.22	1. 120	.271	.21
V.6 Una forma de tirar el dinero	1.25	0.54	1.17	0.50	1.31	0.56	2.11	1. 120	.149	.26
V.7 Una forma de hacer amigos	2.87	0.44	2.9	0.45	2.84	0.44	0.427	1.120	.515	.13
V.8 Un tiempo para aprender cosas nuevas	2.8	0.46	2.9	0.36	2.7	0.53	5.72	1.111.9	.018	.43
V.9 Un tiempo para ayudar a los demás	2.6	0.58	2.64	0.58	2.56	0.59	0.51	1.120	.479	.14
V.10 Un tiempo de diversión	2.74	0.51	2.78	0.53	2.7	0.49	0.61	1.120	.435	.15
V.11 Una oportunidad para progresar personalmente	2.75	0.50	2.83	0.46	2.69	0.53	2.39	1.120	.125	.28
V.12 Un tiempo para comprar cosas	2.46	0.76	2.64	0.69	2.3	0.79	6.45	1.119.9	.012	.45
V.13 Una forma de desconectar de las obligaciones diarias	2.75	0.50	2.88	0.46	2.64	0.52	7.28	1.120.0	.008	.48
V.14 Una oportunidad de coger fuerzas	2.84	0.45	2.91	0.34	2.77	0.53	3.33	1.120	.070	.31
V.15 Un tiempo para leer, ir a museos, exposiciones	2.29	0.85	2.69	0.65	1.92	0.84	31.95	1.117.4	≤.001	1.01
V.16 Un tiempo para hacer deporte	2.61	0.74	2.66	0.72	2.58	0.77	0.32	1.120	.570	.10
V.17 Un tiempo para hacer actividades intelectuales	2.43	0.77	2.67	0.66	2.22	0.81	11.66	1.118.8	.001	.60
V.18 Un elemento importante para mi vida	2.86	0.39	2.84	0.41	2.88	0.38	0.179	1.120	.673	.10
V.19 Un tiempo para estar en la naturaleza	2.69	0.58	2.79	0.49	2.59	0.64	3.73	1.120	.056	.34
V.20 Una ocasión para ser útil, ayudar	2.43	0.69	2.53	0.68	2.33	0.69	2.75	1.120	.100	.29
V.21 Aprender cosas	2.83	0.40	2.78	0.46	2.88	0.33	1.88	1.120	.173	.25
V.22 Evitar el ajetreo de todos los días	2.52	0.67	2.47	0.66	2.56	0.69	0.63	1.120	.428	.13

V.23 Hacer amigos	2.93	0.28	2.9	0.36	2.97	0.18	2.04	1.120	.156	.25
V.24 Poner a prueba mis habilidades	2.81	0.50	2.84	0.52	2.78	0.49	0.48	1.120	.488	.11
V.25 Usar mi imaginación	2.62	0.58	2.71	0.59	2.55	0.56	2.34	1.120	.128	.28
V.26 Relajarme físicamente	2.69	0.67	2.6	0.72	2.77	0.61	1.80	1.120	.182	.26
V.27 Estar con otras personas	2.83	0.42	2.79	0.49	2.86	0.35	0.76	1.120	.387	.17
V.28. Pasar un buen rato con mis amigos	2.94	0.23	2.95	0.22	2.94	0.24	0.06	1.120	.800	.04
V.29 Tener un sentimiento de pertenencia	2.63	0.59	2.62	0.59	2.64	0.60	0.03	1.120	.854	.03
V.30 Descubrir lugares y cosas	2.88	0.33	2.95	0.22	2.81	0.39	5.62	1.101.6	.020	.43
V.31 Relajarme mentalmente	2.71	0.52	2.64	0.61	2.78	0.42	2.32	1.120	.130	.27
V.32 Estar en un sitio tranquilo	2.57	0.62	2.76	0.47	2.41	0.68	11.17	1.112.2	.001	.59
V.33 Sentirme integrado	2.8	0.44	2.86	0.44	2.75	0.44	2.00	1.120	.160	.25
V.34 Tomarme la vida con entusiasmo	2.96	0.24	2.98	0.13	2.94	0.30	1.11	1.120	.294	.17
V.35 Sentirme seguro	2.94	0.23	2.95	0.22	2.94	0.24	0.06	1.120	.800	.04
V.36 Sentirme a gusto conmigo mismo	2.96	0.20	2.93	0.26	2.98	0.13	2.21	1.120	.140	.25
V.37 Disfrutar de la vida, divertirme, sentir placer	2.99	0.09	3	0.00	2.98	0.13	0.91	1.120	.343	.21
V.38 Tener un buen concepto de mí mismo	2.81	0.58	2.81	0.58	2.81	0.59	0.00	1.120	.984	.00
V.39 Sentir satisfacción con las cosas que hago bien	2.98	0.16	2.95	0.22	3	0.00	3.43	1.120	.066	.32
V.40 Mantener relaciones de afecto con los demás	2.94	0.27	2.95	0.22	2.94	0.30	0.49	1.120	.825	.04

## Discusión

El principal objetivo de este artículo ha sido conocer qué factores de la vida cotidiana determinan las barreras para no realizar prácticas deportivas en jóvenes con discapacidad. Han sido varios los estudios que han mostrado que es el deporte el que se ve afectado por una mayor demanda que no puede ser satisfecha (Castillo y Balaguer, 2001), debiéndose en este caso principalmente a la propia discapacidad, aunque también a cuestiones relacionadas con el transporte, la falta de comunicación, de tiempo y de conocimiento. Ya había sido constatada la abundancia de barreras en este ámbito del ocio (Crawford et al., 1991; Ingham, 1986; Shogan, 2002).

La gran mayoría de prácticas deportivas requieren de perseverancia y constancia (Elkington y Stebbins, 2014) para su correcta práctica y disfrute, es decir, es necesario poseer información suficiente sobre la misma, tener los medios suficientes para practicarla, poder desplazarse hasta el lugar de práctica y disponer de tiempo para disfrutar de ella (Martínez et al., 2010). La tendencia al sedentarismo y al aislamiento son dos de las amenazas para el deporte. Esta tendencia aun es mayor en el colectivo con discapacidad que, ante las dificultades para desplazarse a otros lugares y las facilidades para entretenerse en casa, pueden descuidar la práctica deportiva (Andreu, 2003; Ramirez, Vinaccia y Ramon, 2004; Romero, et al., 2014). De ahí que en este estudio, los jóvenes con discapacidad identifiquen estas barreras para no poder realizar la práctica deportiva que les

gustaría sobre todo la propia discapacidad, ya que ésta puede afectar a las capacidades específicas que exige una cierta actividad deportiva (Moscoso y Moyano, 2009).

Aunque ambos grupos presenten puntuaciones positivas (cerca de 3) hacia lo que opinan que es el ocio, sus gustos y la importancia hacia determinados aspectos de la vida cotidiana; son las mujeres las que le dan una mayor importancia a las cuestiones que se les han planteado.

Así pues son las mujeres las que tienen una opinión más arraigada sobre que el ocio es un tiempo para aprender cosas, hacer actividades intelectuales y una forma de desconectar de la rutina entre otras. Ambos sexos consideran que es un tiempo para hacer deporte.

También las mujeres se muestran más proactivas hacia el hecho de que en su tiempo libre les gusta descubrir nuevos lugares y estar tranquilas.

En cuanto a la importancia dada a ciertos aspectos de la vida, ambos grupos consideran indispensable disfrutar de la vida, sentirse integrados, tener un buen concepto de sí mismos, sentirse satisfechos por las cosas que hacen bien y mantener relaciones de afecto con los demás, entre otras. Así pues, la participación de los individuos en una determinada práctica deportiva puede ayudar a construir una autoestima más sólida (Sonstroem, 1997) y a una más fácil socialización (Ramírez, et al., 2004). Por ello se reitera la importancia que tiene el ocio en la percepción del bienestar del joven (Heinzman, 2000).

El tiempo de ocio es un marco espacial y temporal que permite promocionar las potencialidades de la persona (Cuenca, 2014), darle protagonismo, autonomía, responsabilidades, conocer situaciones diferentes, vivir nuevas experiencias, descansar, divertirse, tener iniciativas, decidir y elegir, participar, y relacionarse con los demás en entornos diferentes al habitual. Los propios jóvenes, sobre todo las mujeres, son conscientes de sus beneficios, tal y como lo han mostrado nuestros resultados. El ocio favorece el desarrollo de actitudes y contribuye al desarrollo integral (Kleiber et al., 2011) y la propia discapacidad no debe coaccionar este hecho. El deporte sirve para integrar, para incluir y no para excluir (Andreu, 2003).

### Referencias bibliográficas

- Allison, M. T., & Hibbler, D. K. (2004). Organizational barriers to inclusion: perspectives from the recreation professional. *Leisure Sciences*, 26(3), 261–280.
- Andreu, J. (2003). Deporte contra exclusion. *Adoz*, 26, 41-45.
- Badia, M., Orgaz, B. M., Verdugo, M. A., Ullán, A. M., & Martínez, M. M. (2011). Personal factors and perceived barriers to participation in leisure activities for young and adults with developmental disabilities. *Research in developmental disabilities*, 32(6), 2055-2063. doi:10.1016/j.ridd.2011.08.007.
- Ballesteros, J. C., Megías, E., & Rodríguez, E. (2012). *Jóvenes y emancipación en España*. Madrid: FAD. INJUVE y Obra Social de Caja Madrid.
- Beard, J. G., & Ragheb, M. G. (1980). Measuring leisure satisfaction. *Journal of Leisure Research*, 12(1), 20–33.
- Berríos, L., & Buxarrais, M. R. (2005). Las tecnologías de la información y la comunicación (TIC) y los adolescentes. Algunos datos. *OEI. Monografías virtuales: Ciudadanía, democracia y valores en sociedades plurales*. Disponible en: <http://www.campus-oei.org/valores/monografias/monografia05/reflexion05.htm>. Última consulta: 09/11/2016.
- Boyd, D. (2008). Why youth's social network sites: the role of networked publics in teenage social life. En D. Buckingham (ed). *Youth, identity, and digital media* (pp.119–142). Cambridge, MA: The MIT Press.
- Brown, M.B., & Forsythe, A.B. (1974). Robust tests for equality of variances. *Journal of the American Statistical Association*, 69, 364-367. doi:10.1080/01621459.1974.10482955.
- Bryant, F., & Veroff, J. (2007). *Savoring: A new model of positive experience*. Mahwah, NJ: Erlbaum. doi:10.1108/09534810710831073.

- Castillo, I., & Balaguer, I. (2001). Dimensiones de los motivos de práctica deportiva de los adolescentes valencianos escolarizados. *Apunts: Educación Física y Deportes*, 63, 22–29.
- Coatsworth, J. D. (2005). Exploring adolescent self-defining leisure activities and identity experiences across three countries. *International Journal of Behavioral Development*, 29(5), 361–370. doi:10.1177/01650250500166972.
- Crawford, D. W., Jackson, E. L., & Godbey, G. (1991). A hierarchical model of leisure constraints. *Leisure Sciences*, 13(4), 309–320. doi:10.1080/01490409109513147.
- Driver, B. L., Brown P. J., & Peterson G. L. (eds.). (1991). *Benefits of leisure*. State College: Venture.
- Driver, B. L., & Bruns, D. H. (1999). Concepts and uses of the benefits approach to leisure. En E. L. Jackson y T. L. Burton (eds.). *Leisure studies. Prospects for the twenty-first century* (pp. 349-369). State College: Venture.
- Elkington, S., & Stebbins, R. A. (2014). *The serious leisure perspective: An introduction*. New York, NY: Routledge.
- Frost, L. (2003). Doing Bodies Differently? Gender, Youth, Appearance and Damage. *Journal of Youth Studies*, 6(1), 53–70. doi:10.1080/1367626032000068163.
- García, N., & Bermejo, A.B. (2004). *Tic para personas mayores*. Madrid: CEDITEC.
- Gonzalez-Anleo, J. M., López, J. A., Valls, M., Ayuso, L., & González, G. (2010). *Jóvenes Españoles 2010*. España: Ediciones SM-FSM.
- Heintzman, P. (2000). Leisure and Spiritual Well-Being Relationships: A Qualitative Study. *Loisir et Société / Society and Leisure*, 23(1), 41–69. doi:10.1080/07053436.2000.10715603.
- Ingham, R. (1986). Psychological contributions to the study of leisure—Part one. *Leisure Studies*, 5(3), 255–279. doi:10.1080/02614368600390201.
- Iso-Ahola, S. E., & Weissinger, E. (1990). Perceptions of boredom in leisure: Conceptualization, reliability and validity of the leisure boredom scale. *Journal of Leisure Research*, 22, 1–17.
- Jackson, E. L. (2000). Will research on leisure constraints still be relevant in the twenty-first century? *Journal of Leisure Research*, 32(1), 62–68.
- Kafai, Y. B., Heeter, C., Denner, J., Sun, Y. J (Eds.). (2008). *Beyond barbie and mortal kombat: new perspectives on gender and gaming*. Cambridge: MIT Press.
- Kelly, J. R., & Godbey, G. (1992): *The sociology of leisure*. State College, PA: Venture.
- Kleiber, D. A., Walker, G. J., & Mannell, R. C. (2º ed.) (2011). *A social psychology of leisure*. State College: Venture.
- Lakens, D. (2013). Calculating and reporting effect sizes to facilitate cumulative science: A practical primer for t-tests and ANOVAs. *Frontiers in Psychology*, 4:863. doi:10.3389/fpsyg.2013.00863.
- Law, M., Petrenchik, T., King, G., & Hurley, P. (2007). Perceived environmental barriers to recreational, community, and school participation for children and youth with physical disabilities. *Archives of physical medicine and rehabilitation*, 88(12), 1636-1642. doi:10.1016/j.apmr.2007.07.035.
- Livingstone, S. (2008). Learning the lessons of research on youth participation and the internet. *Journal of Youth Studies*, 11(5), 561–564. doi:10.1080/13676260802283016.
- Madariaga, A., Lazcano, I. (2014). *Estudio sobre la situación del ocio de la juventud con discapacidad en Bizkaia*. Diputación Foral de Bizkaia. Bilbao: Diputación Foral de Bizkaia.
- Martínez, O., Fernández, E., & Camacho, M. J. (2010). Percepción de dificultades para la práctica de actividad física en chicas adolescentes y su evolución con la edad. *Apunts*, 99(1), 92–99.
- Monteagudo, M. J., & Cuenca, M. (2012). Los itinerarios de ocio desde la investigación: tendencias, retos y aportaciones. *Revista interuniversitaria de Pedagogía social*, 20, 103-136.
- Moscoso, D., & Moyano, E. (coords.). (2009). *Deporte, salud y calidad de vida*. Colección estudios sociales. Barcelona: Fundación obra social la Caixa.



- Moscovici, S. (2000). *Social Representations: Explorations in Social Psychology*. Cambridge: Polity Press.
- Neulinger, J. (1980). *The psychology of Leisure*. Springfield: Charles C. Thomas.
- Ponde, M. P., & Santana, V. S. (2000). Participation in leisure activities: is it a protective factor for women's mental health? *Journal of Leisure Research*, 32(4), 457–472.
- Ramirez, W., Vinaccia, S., & Ramon, G. (2004). El impacto de la actividad física y el deporte sobre la salud, la cognición, la socialización y el rendimiento académico: una revisión teórica. *Revista de estudios sociales*, 67-75.
- Rivas, D. S., & Vaíllo, R. R. (2012). *Actividades físicas y deportes adaptados para personas con discapacidad*. Badalona: Paidotribo.
- Rodríguez, E. (2010). Socialización y referentes socio-grupales en la construcción de identidad juvenil. *Revista de investigación aplicada y experiencias educativas*, 22, 55–70.
- Romero, S., Madariaga, A., & Lazcano, I. (2014). Principales características de la práctica deportiva de los jóvenes vascos con discapacidad. En, Perez Serrano, G; De-Juanas Oliva, A. *Educación y jóvenes en tiempos de cambio* (pp. 485-493). Madrid: UNED.
- Salvador, T. (2009). *Adolescentes y jóvenes: ocio y uso del tiempo libre en España*. Delegación del gobierno para el Plan Nacional sobre Drogas. Madrid: Ministerio de Sanidad. Servicios Sociales e Igualdad.
- Samdal, O., Tynjala, J., Roberts, C., Sallis, J. F., Villberg, J., y Wold, B. (2007). Trends in vigorous physical activity and TV watching of adolescents from 1986 to 2002 in seven European Countries. *The European Journal of Public Health*, 17(3), 242–248. doi:10.1093/eurpub/ckl245.
- Santos, M. P., Gomes, H., y Mota, J. (2005). Physical activity and sedentary behaviors in adolescents. *Annals of Behavioral Medicine*, 30(1), 21–24. doi:10.1207/s15324796abm3001\_3.
- Shogan, D. (2002). Characterizing constraints of leisure: a Foucaultian analysis of leisure constraints. *Leisure Studies*, 21(1), 27–38. doi:10.1080/02614360110117890.
- Sonstroem, R. (1997). Physical activity and self-esteem. In W.P. Morgan (Ed.). *Physical activity and mental health*. Washington, DC: Hemisphere.
- Verschuren, O., Wiart, L., Hermans, D., & Ketelaar, M. (2012). Identification of Facilitators and Barriers to Physical Activity in Children and Adolescents with Cerebral Palsy. *The Journal of Pediatrics*, 161(3), 488–494. doi:10.1016/j.jpeds.2012.02.042.