
Relación entre la empatía en la adolescencia con los diferentes tipos de actividad física practicada

Relationship between empathy in adolescents with different types of physical activity practiced

青春期同理心与不同类型体育活动的关系

Взаимосвязь между эмпатией в подростковом возрасте и различными видами физической активности

Juan de Dios Benítez-Sillero

Universidad de Córdoba
eo1besij@uco.es
<https://orcid.org/0000-0003-1861-2913>

José Manuel Armada-Crespo

Universidad de Córdoba
m62arcrj@uco.es
<https://orcid.org/0000-0003-2429-5600>

Álvaro Morente-Montero

Universidad de Córdoba
eo1momoa@uco.es
<https://orcid.org/0000-0003-1288-9567>

Eliana M. Moreno

Universidad de Córdoba
ed2momoe@uco.es
<https://orcid.org/0000-0003-3467-5316>

Fechas · Dates

Recibido: 2022-08-02
Aceptado: 2022-11-29
Publicado: 2022-12-31

Cómo citar este trabajo · How to Cite this Paper

Benítez-Sillero, J. D., Armada-Crespo, J. M., Morente-Montero, A., & Moreno, E. M. (2022). Relación entre la empatía en la adolescencia con los diferentes tipos de actividad física practicada. *Publicaciones*, 52(2), 245–261. <https://doi.org/10.30827/publicaciones.v52i2.22231>

Resumen

El presente estudio analiza la relación entre la empatía en adolescentes y la práctica de distintos tipos de actividad física.

Participaron 727 sujetos con edades comprendidas entre 12 y 19 años, pertenecientes a dos centros educativos públicos. Para evaluar la empatía cognitiva y afectiva se utilizó el autoinforme HIFDS y se adaptaron preguntas del cuestionario PAQ-A para conocer datos asociados al nivel y tipo de actividad física practicada. Se realizó un análisis estadístico y de comparación entre grupos según el género y la práctica de actividad física, así como entre los subgrupos según la actividad física practicada.

Las alumnas mostraron niveles superiores de empatía afectiva y cognitiva respecto de sus compañeros. El alumnado que practica actividades físicas artísticas muestra mayor empatía afectiva y cognitiva estableciendo comparaciones con otras actividades. Asimismo, las personas que practican actividad física muestran mayores valores en ambos tipos de empatía respecto a las personas "no practicantes".

En definitiva, los y las adolescentes que participan en actividades físicas organizadas muestran mayor empatía que sus compañeros y compañeras que practican actividad física libre o no practican actividad física, siendo las de índole artístico favorecedoras del desarrollo de la empatía en ambas dimensiones. Asimismo, se observa niveles más altos de empatía afectiva y cognitiva en las alumnas que en sus compañeros varones.

Palabras clave: actividad física, empatía, adolescentes, salud mental, psicología.

Abstract

This study analyses the relationship between empathy in adolescents and the practice of different types of physical activity.

A total of 727 subjects from two public schools, aged between 12 and 19 years, participated in the study. To assess cognitive and affective empathy, the HIFDS self-report was used and questions from the PAQ-A questionnaire were adapted to obtain data associated with the level and type of physical activity practised. Not only was a statistical analysis and comparison between groups carried out according to gender and physical activity practice, but also, among subgroups according to the physical activity practised.

Female students reported higher levels of affective and cognitive empathy than their male peers. Students who practice artistic physical activities show greater affective and cognitive empathy in comparison with other activities. Likewise, people who practice physical activities show higher values in both empathies compared to "non-practising" people.

In short, adolescents who participate in organised physical activities show greater empathy than their peers who practise free physical activities or do not practise any physical activity, with those of an artistic nature favouring the development of empathy in both dimensions. Furthermore, higher levels of affective and cognitive empathy are observed in female students than in their male peers.

Keywords: physical activity, empathy, adolescents, mental health, psychology.

概要

本研究分析了青少年同理心与不同类型体育活动实践之间的关系。

来自两所公立学校的 727 名年龄在 12 至 19 岁之间的受试者参加了本次研究。为了评估认知和情感同理心，我们使用了 HIFDS 自我报告，并对 PAQ-A 问卷中的问题进行了调整，以获

得与所进行的体育活动水平和类型相关的数据。根据性别和体育活动的实践在组之间以及根据体力活动的亚组之间进行统计和比较分析。

与同龄人相比,女学生表现出更高水平的情感和认知同理心。与从事其他活动的同学比较,从事艺术体育活动的学生表现出更强的情感和认知同理心。同样,与“不锻炼”的人相比,锻炼身体的人在这两种同理心上都表现出更高的价值。

具体来说,参加有组织的体育活动的青少年比参加自由体育活动或不参加体育活动的同龄人表现出更强的同理心,而具有艺术性质的青少年则更倾向于在两个维度上发展同理心。同样,女性学生的情感和认知同理心水平高于男性同龄人。

关键词:体育活动,同理心,青少年,心理健康,心理学。

Аннотация

В данном исследовании анализируется взаимосвязь между эмпатией у подростков и практикой различных видов физической активности.

В исследовании приняли участие 727 испытуемых в возрасте от 12 до 19 лет из двух государственных школ. Для оценки когнитивной и аффективной эмпатии использовался опросник HIFDS, а вопросы из опросника PAQ-A были адаптированы для получения данных, связанных с уровнем и видом физической активности. Был проведен статистический анализ и сравнение между группами в зависимости от пола и практики физической активности, а также между подгруппами в зависимости от практикуемой физической активности.

Студенты женского пола показали более высокий уровень аффективной и когнитивной эмпатии, чем их сверстники мужского пола. Студенты, практикующие художественную физическую деятельность, демонстрируют более высокий уровень аффективной и когнитивной эмпатии по сравнению с другими видами деятельности. Аналогично, люди, практикующие физическую активность, показывают более высокие значения обоих типов эмпатии по сравнению с “непрактикующими” людьми.

Вкратце, подростки, участвующие в организованной физической деятельности, демонстрируют более высокую эмпатию, чем их сверстники, которые практикуют свободную физическую активность или не практикуют физическую активность, причем занятия художественной деятельностью благоприятствуют развитию эмпатии в обоих измерениях. Кроме того, более высокие уровни аффективной и когнитивной эмпатии наблюдаются у студенток, чем у их сверстников мужского пола.

Ключевые слова: физическая активность, эмпатия, подростки, психическое здоровье, психология, психология.

Introducción

La empatía puede definirse como un constructo relacionado con la respuesta a nivel emocional de un sujeto a partir de su capacidad de comprender y compartir las emociones de otro sujeto (Marín-López et al., 2019). Marín-López et al. (2019) advierten que dicho constructo está conformado fundamentalmente por dos dimensiones, la cognitiva que se encarga de comprender las emociones ajenas y la afectiva, que permite experimentar los estados emocionales de otras personas.

Durante la adolescencia se producen numerosos cambios en la personalidad y se potencia el desarrollo conductas prosociales y empáticas (Jekauc et al., 2017; Silke et al.,

2018). Los y las adolescentes que presentan mayor competencia empática muestran una relación de apego segura con sus progenitores, de aceptación y de experiencias afectivas, junto con un repertorio de conductas tales como ayuda, respeto, compasión entre otras (Paez & Rovella, 2019); siendo la empatía un constructo que aumenta con la edad a lo largo de la adolescencia (Zabala et al., 2018). Atendiendo al género, diversos autores sostienen que existen diferencias en esta etapa, apreciándose una mayor empatía en las chicas que en los chicos (Gómez Sánchez et al., 2019; Paez & Rovella, 2019).

Desde hace unos años se han empezado a desarrollar trabajos que atienden a aspectos de la salud del adolescente desde prismas más relacionados con la psicología, las emociones, la salud mental o la prevención de conductas de riesgo desde un enfoque más holístico (Lima-Serrano & Lima-Rodríguez, 2014). En esta línea, se han realizado recientes investigaciones en las que se aprecian influencias positivas de la actividad física en el desarrollo de diferentes aspectos psicosociales de la población adolescente. De este manera se ha comprobado una influencia positiva de la actividad física sobre diversos atributos tales como la inteligencia emocional (Stenseng et al., 2015; Vaquero et al., 2020), el afecto positivo entre iguales, la empatía cognitiva y emocional (Mónaco et al., 2017), en las conductas prosociales (Chowhan & Stewart, 2007), así como en el autoconcepto, percepción social, inclusión en el grupo y resultados académicos (Martínez & González, 2020) o en la adaptabilidad, el estado de ánimo y el establecimiento de relaciones sociales (Vaquero et al., 2020; Vaquero et al., 2018).

Aunque la participación en actividades físicas y deportivas puede aportar beneficios psicológicos o emocionales, algunos autores sugieren que la mera participación en actividades físicas o deportivas no garantiza el desarrollo de dichas conductas, por lo que resulta fundamental que la persona de referencia genere un clima favorable en los equipos para que dichas conductas se cultiven (Gano-Overway, 2014). En la actividad física existe una gran variedad de elementos que pueden influir en uno u otro sentido sobre los aspectos psicosociales de los individuos que la practican, por ejemplo, el tipo de actividad física que se realiza, el modo de llevarla a cabo, la presencia o ausencia de una guía, entre otras variables.

La actividad física de tipo libre implica que el sujeto, aunque puede interactuar con otras personas, no siga una rutina, ni estructurada ni pautada, mientras que, en las actividades de tipo organizado, existe un contacto con un grupo y la dirección de un profesor, monitor o entrenador (Benítez-Sillero et al., 2021). Tradicionalmente se ha estudiado la variable participación en actividad física haciendo referencia a aquella que el sujeto realiza en todo su tiempo libre (Fraguela-Vale et al., 2020), y teniendo en cuenta variables fisiológicas como el consumo energético, el tiempo o la intensidad de práctica. Sin embargo, no se han considerado suficientemente otras variables como las organizativas, que pueden afectar de manera más significativa a determinados aspectos psicosociales (Benítez-Sillero et al., 2021). Por ejemplo, en función del género se ha observado que los chicos prefieren actividades físicas más competitivas y las chicas aquellas que se realizan de forma más libre e individual presentando una menor motivación por la mismas (Isorna et al., 2014; Pérez-Soto et al., 2017, Fraguera-Vale et al., 2020). En este sentido, los adolescentes que practican actividades deportivas dentro del marco de actividades extracurriculares presentan mayores niveles de autoeficacia, comportamientos prosociales o responsabilidad social que los que hacen otro tipo de actividades o no hacen actividades extracurriculares (Carreres-Ponsoda et

al., 2012). También muestran un mayor factor interpersonal de inteligencia emocional, entre los que se incluye la empatía (Amado-Alonso et al., 2019). Pese a esto, aún son escasos los estudios que analizan las relaciones entre los diferentes tipos de actividad física según sus características (Castro-Sánchez et al., 2018), destacando los que hacen una clasificación en función de sus características psico y socio motrices de Parlebas (2001). Dentro de estos últimos, se ha encontrado que los deportistas que practican deportes sin contacto tienen mayor capacidad para identificar y valorar emociones que los deportistas que practican deportes de contacto (Gallardo-Peña et al., 2019). Diferentes estudios, afirman que los adolescentes que practican deportes colectivos sin contacto son los que presentan niveles más elevados de autoconcepto y los que practicaban deportes individuales con contacto los más bajos (Chacón-Cuberos et al., 2020), mientras que los deportistas de la modalidad colectiva con contacto son los que mejor gestionan sus emociones (Castro-Sánchez et al., 2018).

En relación con la empatía, se ha observado que la participación en deporte escolar y federado está relacionada con una mayor empatía afectiva (Holt et al., 2012). Las respuestas empáticas pueden incluso ser reducidas en grupos externos competitivos (Richins et al., 2018). En relación con la asignatura de Educación Física el alumnado con mayor empatía, especialmente cognitiva, muestra una actitud más positiva hacia la asignatura (Gómez Sánchez et al., 2019).

Teniendo en cuenta la escasa información en la literatura respecto a la relación existente entre la participación en diferentes modalidades de actividades físicas y deportivas y como estas afectan al desarrollo de la empatía en los adolescentes. El presente estudio se plantea la hipótesis que afirma que los sujetos implicados en actividades físicas mostrarán una mayor empatía que los que no participan en las mismas.

Por lo tanto, el estudio se plantea los siguientes objetivos:

- Analizar la relación existente entre la participación en actividades físicas con la empatía en adolescentes.
- Comparar la empatía según el grado de organización y modalidad de e actividad física practicada.

Métodos

Diseño

Se trata de un estudio explicativo, de corte transversal, donde la muestra fue seleccionada por conveniencia.

Participantes

Participaron en el estudio 727 alumnos con un rango de edad de 12 a 19 años con una media de edad de 14.81 años y una desviación estándar de 1.71 años. De esta muestra (n=363; 49.9% fueron chicas y n=364; 50.1% fueron chicos. Estos asistían a dos centros educativos públicos en Córdoba, Andalucía (España), en un contexto socioeconómico medio.

Instrumentos

Empatía

La empatía se evaluó mediante el cuestionario *How I Feel in Different Situations Questionnaire* HIFDS (Bonino et al., 1998; Feshbach et al., 1991; Caravita et al., 2009), que utiliza dos dimensiones diferentes de la empatía: cognitiva y afectiva. La empatía afectiva fue medida por siete preguntas formuladas sobre compartir los sentimientos de los demás (p.ej. cuando alguien me cuenta una historia bonita, siento como si la historia me estuviera pasando a mí) y la empatía cognitiva fue medida por cinco elementos que describen la comprensión de los sentimientos de los demás (p. ej. soy capaz de reconocer, antes que muchos otros niños, que los sentimientos de los demás han cambiado) (Feshbach et al., 1991). Se pidió a los participantes que evaluaran el grado de veracidad de cada artículo utilizando una escala de cuatro puntos (de 1 = nunca verdadero a 4 = siempre verdadero). Los valores de consistencia interna de la prueba fueron para empatía afectiva de $\alpha = .82$ y para la empatía cognitiva $\alpha = .87$.

Actividad Física

Para determinar el nivel de actividad física se realizaron dos preguntas. La primera de ellas basada en la primera pregunta del cuestionario PAQ-A (Martínez-Gómez et al., 2009) aunque se realiza cierta modificación de la misma.

Pregunta 1. Actividad Física en tu tiempo libre: ¿Has hecho alguna actividad en los últimos 7 días (última semana)? Si tu respuesta es sí: ¿cuántos días las has hecho?

El alumnado contesta un número del 0 al 7.

Pregunta 2. ¿Asistes con regularidad a algún tipo de clases de actividad física, deporte...? Indica tipo de actividad y días en semana.

El alumnado contesta con un número del 0 al 7 en función de los días de la semana que realiza la actividad.

En función a las respuestas de esta pregunta 1 y 2, se determinaron los valores correspondientes para 2 categorías, la primera *actividad física en tiempo libre*, en función de la respuesta a la pregunta 1, y la segunda participación en *actividad física organizada*, en función a la respuesta de la pregunta 2. Podemos definir la actividad física en el *tiempo libre* la que incluye actividades practicadas tanto de forma libre como organizada, mientras que la *organizada* solamente aquella que es repetitiva en el tiempo, dependiente del algún club o entidad y dirigida por alguna persona. En ambos casos no se cuentan las horas de Educación Física escolares obligatorias de los sujetos.

De la segunda pregunta, se obtuvieron las respuestas para categorizar una nueva variable, denominada *tipo de actividad física organizada*, según la respuesta del alumnado. En esta tercera variable de actividad física, estas se agruparon en las siguientes categorías que se presentan en la tabla 1 (Benítez-Sillero et al., 2021). No se refiere esta clasificación exclusivamente a competición reglada o federada. Se decidió establecer una categoría diferencial al "voleibol" y al "fútbol" del resto de deportes de equipo, en el primer caso por ser un deporte sin contacto con el rival y en el segundo por la gran cantidad de sujetos practicantes.

Para agrupar las *modalidades deportivas* en función de las características de las mismas se siguieron los criterios de la praxiología motriz de Parlebas (2001) según la

lógica comunicativa de las modalidades de juego y las interacciones entre los participantes, presentados recientemente por Benítez-Sillero et al. (2021), que se indican en la tabla 1.

Tabla 1

Definición del tipo de actividad física organizada practicada y sus agrupaciones.

Tipo de actividad practicada	Definición
0. No práctica	Sujetos que no practican ninguna actividad.
1. Individuales	Actividades individuales como atletismo, ciclismo y natación.
2. ACO	Actividades de mejora de la condición física como pilates, crossfit etc.
3. Baile	Actividades de baile o danza.
4. Gimnasia Rítmica	Deporte de gimnasia rítmica en modalidad individual y conjunto.
5. Tenis, Bádminon	Deportes de raqueta de modalidad individual como tenis y bádminon.
6. Pádel	Deportes de raqueta de modalidad parejas.
7. Lucha	Actividades de lucha como karate, judo, kick boxing y boxeo.
8. Voleibol	Deporte de equipo de voleibol.
9. Equipo	Otros deportes de equipo sin incluir baloncesto y balonmano),
10. Fútbol	Deporte de equipo de fútbol.
Agrupaciones modalidades deportivas	Definición y actividades consideradas
Carácter competitivo	En las actividades se produce un enfrentamiento entre los participantes por superarse uno al otro. Las actividades consideradas no competitivas fueron "Acondicionamiento físico" (ACO) y "baile".
Componente individual o colectivo	Se determina si existe cooperación y comunicación motriz con al menos otro sujeto para conseguir el objetivo común de la esencia de la actividad. Las actividades consideradas como individuales fueron: La categoría individual (atletismo, ciclismo y natación), acondicionamiento físico, baile, gimnasia rítmica y tenis, bádminon.
Contacto	Se estima si existe interacción directa cuerpo a cuerpo entre los sujetos que se enfrentan por conseguir objetivos diferentes en la actividad. Las actividades con contacto fueron: Lucha, deportes de equipo y fútbol.
Oposición	Se determina si hay una situación de duelo en la cual al menos dos componentes de la actividad tienen objetivos antagónicos e interaccionan entre sí estableciendo una contracomunicación. Las actividades en las que no hubo oposición fueron: "Individuales", "ACO", "baile" y "gimnasia rítmica".

Procedimiento

El presente estudio se llevó a cabo tras obtener los respectivos permisos de los centros educativos de los participantes, así como los formularios de consentimiento informado firmado por sus familias. Se siguieron todas las normas éticas nacionales e internacionales, como la declaración de Helsinki y las leyes de protección de datos personales. Asimismo, el proyecto fue aprobado por el Comité Ético de Investigación Humana de la Universidad de Córdoba (11/12/2019). Se informó al alumnado participante del objetivo del estudio y se destacó el carácter anónimo, confidencial y voluntario de su participación en el mismo.

Análisis de datos

Tras un análisis de la normalidad de la muestra con la prueba de Kolmogorov-Smirnov, se procedió a realizar un análisis de muestras no paramétricas. Se llevó a cabo un análisis mediante la prueba U de Mann-Whitney de las diferencias en función del sexo, y la actividad física libre y organizada y en función del sexo según el tipo de actividad física organizada practicada. Así mismo se realizó la prueba de Kruskal Wallis para las comparaciones en función del tipo de actividad física practicada y un análisis Ad-Hoc mediante la prueba U de Mann-Whitney de los subgrupos en función del sexo. La codificación y el análisis de los datos se hizo con el programa SPSS, versión 25. En las comparaciones Kruskal Wallis por géneros, en las chicas se quitó la categoría pádel al haber solo un sujeto y no permitir la comparación.

Resultados

En primer lugar, se llevó a cabo un análisis descriptivo de la muestra en función del género, resultando los valores de las chicas superiores significativamente ($p = .000$) en la empatía afectiva ($M = 2.80$; $DE = .578$) respecto a los chicos ($M = 2.35$; $DE = .633$) y en la empatía cognitiva ($p = .000$) siendo en las chicas ($M = 3.12$; $DE = .609$) y en los chicos ($M = 2.76$; $DE = .801$).

En la Tabla 2 se muestran los resultados en función de la práctica de actividad organizada, no habiendo diferencias significativas en su conjunto pero sí en la diferenciación por sexo, siendo superior la empatía afectiva en los chicos practicantes y la cognitiva superior en las chicas practicantes. Al considerar la actividad física realizada en el tiempo libre esta no fue sensible a ninguna diferencia significativa.

Posteriormente en el análisis en función del *tipo de actividad física organizada* practicada. En cuanto a la empatía afectiva (Tabla 3), destacaron los mayores niveles en los sujetos que practicaban "gimnasia rítmica" y "baile", sobre los que no practicaban actividad física, practicaban deportes "individuales" y los que practicaban "fútbol". Así mismo los sujetos que practicaban deportes de "lucha" presentaban menores niveles que los que practicaban "baile", "gimnasia rítmica" o deportes "individuales". En las comparaciones en cada sexo entre los diferentes subgrupos, en los chicos destacó la actividad de "lucha" por sus niveles inferiores y las diferencias entre los practicantes de "fútbol", con mayores niveles que los no practicantes. Mientras que en las chicas

destacaron los niveles superiores de “gimnasia rítmica” sobre modalidades como “tenis o bádminton”, “lucha” y “fútbol”. En las comparaciones entre cada grupo de actividad en función del sexo, las chicas que “no practicaban”, las que hacían actividades “individuales”, de “ACO”, de “lucha” y de “equipo” mostraron niveles significativamente superiores que los chicos de su misma modalidad de actividad física.

Tabla 2

Resultados de las dimensiones de empatía en función de la práctica de actividad física organizada o libre

Actividad física organizada									
	Total de la muestra			Chicos			Chicas		
	No practican n=333	Practican n=394	P	No practican n=333	Practican n=394	p	No practican n=333	Practican n=394	p
Afectiva	2.55 (.672)	2.60 (.623)	.239	2.25 (.677)	2.42 (.594)	.014	2.77 (.575)	2.80 (.580)	.302
Cognitiva	2.90 (.740)	2.98 (.721)	.148	2.70 (.828)	2.76 (.776)	.476	3.04 (.628)	3.19 (.579)	.019
Actividad física libre									
	Total de la muestra			Chicos			Chicas		
	No practican n=203	Practican n=517	P	No practican N=88	Practican n=271	p	No practican n=115	Practican n=246	p
Afectiva	2.57 (.654)	2.58 (.644)	.941	2.32 (.675)	2.36 (.620)	.644	2.77 (.567)	2.82 (.581)	.408
Cognitiva	2.90 (.727)	2.96 (.735)	.406	2.71 (.805)	2.78 (.802)	.500	3.05 (.625)	3.15 (.598)	.170

Nota. $p < .05$; Media (Desviación Estándar)

En relación con la empatía cognitiva (Tabla 3), los sujetos practicantes de actividades de “baile” presentaban niveles superiores a los que “no practicaban”, a los de deporte de “lucha” y a los practicantes de “fútbol”. Mientras que las practicantes de “gimnasia rítmica” poseen niveles superiores a los practicantes de deportes de “lucha”. En las comparaciones en cada sexo entre los diferentes subgrupos no se encuentran diferencias en los chicos y en las chicas, la “gimnasia rítmica” y el “baile” presentan niveles superiores sobre los “no practicantes”, los deportes “individuales” y las practicantes de “fútbol”. Aunque las practicantes de deportes “individuales” muestran valores superiores que las practicantes de “fútbol”. En las comparaciones entre cada grupo de actividad en función del sexo, las chicas presentaban niveles superiores en los “no practicantes”, los que realizan “ACO”, practican “voleibol” y deportes de “equipo”.

En la tabla 4 se muestran los resultados agrupando las actividades deportivas en función de las características de las mismas basadas en la lógica del juego y las interacciones de los participantes.

Tabla 3

ANOVA de comparaciones totales y por grupos de la empatía afectiva y cognitiva. Tipos de actividad física organizada practicada

	Empatía Afectiva												Empatía Cognitiva															
	Todos p = .000				Chicos p = .036				Chicas p = .441				Chicos Vs. Chicas				Todos p = .004				Chicos p = .337				Chicas p = .040			
	n	M (DE)	Post- hoc (p)	n	M (DE)	Post- hoc (p)	n	M (DE)	Post- hoc (p)	n	M (DE)	Post- hoc (p)	p	n	M (DE)	Post- hoc (p)	n	M (DE)	Post- hoc (p)	n	M (DE)	Post- hoc (p)	n	M (DE)	Post- hoc (p)	p		
No práctica	333	2.55 (.672)	3*	144	2.25 (.677)	10*	189	2.77 (.575)		333	2.90 (.740)	3*	***	144	2.70 (.829)	3*	189	3.04 (.629)	4*, 3**	333	2.90 (.740)	3*	144	2.70 (.829)	3*	***		
Individuales	48	2.74 (.674)	7*	19	2.49 (.717)	7*	29	2.90 (.600)		48	3.00 (.601)		*	19	2.95 (.733)		29	3.03 (.507)	4*, 3*	48	3.00 (.601)		19	2.95 (.733)				
ACO	38	2.55 (.601)		21	2.37 (.506)		17	2.76 (.559)		38	2.91 (.765)		*	21	2.61 (.700)		17	3.27 (.696)		38	2.91 (.765)		21	2.61 (.700)		**		
Baile	47	2.92 (.582)	0*, 7***, 10**	0			47	2.91 (.581)		47	3.31 (.531)	0*, 7*, 10*		0			47	3.31 (.530)	0**, 1*, 10**	47	3.31 (.531)	0*, 7*, 10*	0					
Gimnasia Rítmica	13	3.04 (.513)	7**	0			13	3.04 (.513)	5*, 7*, 10*	13	3.39 (.436)	7**		0			14	3.39 (.436)		13	3.39 (.436)	7**	0					
Tenis, Bádminton	15	2.42 (.547)		9	2.37 (.594)		6	2.50 (.509)	4*	15	2.89 (.851)			9	2.69 (.917)		6	3.20 (.704)		15	2.89 (.851)		9	2.69 (.917)				
Pádel	5	2.71 (.226)		4	2.75 (.244)		1	2.57		5	3.36 (.385)			4	3.25 (.341)		1	3.8		5	3.36 (.385)		4	3.25 (.341)				
Lucha	38	2.24 (.584)	1*, 3***, 4**	27	2.01 (.535)	1*, 10**	11	2.62 (.543)	4*	38	2.72 (.825)	3*, 4**	**	27	2.615 (.852)	3*, 4**	11	2.98 (.543)		38	2.72 (.825)	3*, 4**	27	2.615 (.852)				
Voleibol	29	2.71 (.570)		2	2.07 (.303)		27	2.76 (.559)		29	3.11 (.571)			2	2.4 (.282)		27	3.16 (.493)	10*	29	3.11 (.571)		2	2.4 (.282)		*		
Equipo	39	2.68 (.670)		23	2.50 (.680)	7*	16	2.95 (.578)		39	2.94 (.853)		*	23	2.71 (.902)		16	3.28 (.672)	10*	39	2.94 (.853)		23	2.71 (.902)		*		
Fútbol	122	2.48 (.578)	3**	114	2.48 (.578)	0*, 4**	8	2.54 (.605)	4*	122	2.85 (.756)	3*		114	2.86 (.766)	3*	8	2.75 (.630)	3** ,8*4*,9*	122	2.85 (.756)	3*	114	2.86 (.766)				

Nota. M= Media; (DE)= Desviación estándar. *p < .05; **p < .01; ***p < .001

En cuanto a la empatía afectiva se aprecian diferencias atendiendo a si la actividad practicada supone "contacto" o "no contacto" (Tabla 4). Destacan valores superiores de empatía afectiva en sujetos que practican actividades físicas sin contacto. Así mismo destacan las diferencias entre los subgrupos con "contacto" y con "oposición" sobre los "no practicantes", mostrando estos últimos mayores valores que los practicantes de modalidades de esas características, con especial relevancia en los chicos. Asimismo, en los chicos, según el concepto de "cooperación" en la actividad, los mayores valores se encontraron en disciplinas donde la "cooperación" y la participación era "colectiva", al igual que ocurre en los practicantes de modalidades "competitivas".

En relación con la empatía cognitiva (Tabla 5) también fue significativa; en conjunto; en los conceptos de "oposición", "contacto" y "no competitividad" implicadas en las actividades. Destacan las diferencias entre los practicantes en disciplinas "sin contacto", "sin oposición" y "sin competición" sobre los practicantes con "contacto" y "oposición" y sobre los "no practicantes". Atendiendo al género, se hallaron diferencias muy similares a las encontradas a nivel global, no encontrándose diferencias en sus compañeros.

Tabla 4

Análisis de la empatía afectiva en función de las características de la actividad física basados en la lógica del juego y las interacciones de los participantes.

Afectiva	Total de la muestra					Chicos				Chicas		
	Subgrupo	Inter Grupo (p)	M (DE)	Intra Grupos (p)	n	Inter Grupo (p)	M (DE)	Intra Grupos (p)	n	Inter Grupo (p)	M (DE)	Intra Grupos (p)
Competición												
0.No práctica	333	.056	2.55 (.672)	1*	144	.086	2.25 (.677)	2*	189	.554	2.77 (.575)	
1.No competitiva	85		2.75 (.615)	0*,2*	21		2.37 (.506)		64		2.88 (.598)	
2.Competitivas	309		2.56 (.621)	1*	198		2.42 (.604)	0*	111		2.81 (.573)	
Individual-Colectivo Cooperación												
0.No práctica	333	.773	2.55 (.672)		144	.011	2.25 (.677)	2**	189	.747	2.77 (.575)	
1.Individual	186		2.61 (.649)		76		2.30 (.596)	2*	110		2.84 (.592)	
2.Colectiva	208		2.59 (.602)		143		2.48 (.586)	1*,0**	65		2.83 (.566)	
Contacto												
0.No práctica	333	<.001	2.55 (.672)	1**	144	.087	2.25 (.677)	2*	189	.453	2.77 (.575)	
1.No contacto	195		2.74 (.611)	0**,2***	55		2.43 (.583)		140		2.86 (.580)	
2.Si contacto	199		2.47 (.610)	1***	164		2.41 (.633)	0*	35		2.75 (.586)	

Afectiva	Total de la muestra				Chicos				Chicas			
Oposición												
0.No práctica	333	<.001	2.55 (.672)	1**	144	.086	2.25 (.677)		189	.098	2.77 (.575)	
1.No oposición	146		2.77 (.629)	0**,2***	40		2.43 (.610)	2*	106		2.91 (.586)	
2.Oposición	248		2.50 (.647)	1***	179		2.42 (.593)	1*	69		2.73 (.562)	

Nota. Las diferencias integrupos relacionan los 3 grupos y las intragrupos a nivel post-hoc 2 a 2. M= Media; (DE)= Desviación estándar. * $p < .05$; ** $p < .01$; *** $p < .001$.

Tabla 5

Análisis de la empatía cognitiva en función de las características de la actividad física basadas en la lógica del juego y las interacciones de los participantes.

Cognitiva	Total de la muestra				Chicos				Chicas			
Subgrupo	Inter Grupo (p)	M (DE)	Intra Grupos (p)	n	Inter Grupo (p)	M (DE)	Intra Grupos (p)	n	Inter Grupo (p)	M (DE)	Intra Grupos (p)	
Competición												
0.No práctica	333	.069	2.55 (.672)	1**	144	.265	2.70 (.829)		189	.011	3.04 (.629)	1**
1.No compet.	85		2.75 (.615)	0**,2*	21		2.61 (.700)		64		3.30 (.574)	0**,2*
2.Competitivas	309		2.56 (.621)	1*	198		2.81 (.790)		111		3.13 (.576)	1*
Individual-Colectivo cooperación												
0.No práctica	333	.320	2.88 (.704)		144	.310	2.70 (.829)		189	.079	3.04 (.628)	1*
1.Individual	186		2.99 (.716)		76		2.71 (.788)		110		3.19 (.587)	0*
2.Colectiva	208		2.95 (.733)		143		2.84 (.633)		65		3.19 (.569)	
Contacto												
0.No práctica	333	.002	2.90 (.704)	1**	144	.609	2.70 (.829)		189	.034	3.04 (.629)	1**
1.No contacto	195		3.10 (.635)	0**,2**	55		2.78 (.733)		140		3.23 (.544)	0**
2.Sí contacto	199		2.85 (.788)	1**	164		2.80 (.801)		35		3.06 (.694)	
Oposición												
0.No práctica	333	.010	2.90 (.704)	1**	144	.595	2.70 (.829)		189	.039	3.04 (.629)	1*
1.No oposición	146		3.11 (.637)	0**,2*	40		2.77 (.727)		106		3.24 (.551)	0*
2.Oposición	248		2.89 (.764)	1*	179		2.8 (.797)		69		3.13 (.617)	

Nota. Las diferencias integrupos relacionan los 3 grupos y las intragrupos a nivel post-hoc 2 a 2. M= Media; (DE)= Desviación estándar. * $p < .05$; ** $p < .01$; *** $p < .001$.

Discusión

Uno de los objetivos de este estudio era examinar si existe alguna relación entre la práctica de actividad física y los niveles de empatía en adolescentes, más concretamente, conocer si la práctica de actividad física organizada frente a la practicada de forma libre arroja alguna diferencia.

La literatura previa refleja que los niveles de empatía estarían moderados por la variable género. Con carácter general, los adolescentes varones muestran niveles más bajos de conductas prosociales y empáticas que las mujeres, esto se explicaría por la influencia de los roles y patrones sociales de comportamiento que influyen sobre el aprendizaje y la expresión de conductas esperadas para niños y niñas (Van der Graaff et al., 2018). En este estudio se encontró que las chicas obtienen valores más altos, que sus compañeros varones, tanto en la empatía afectiva como cognitiva, coincidiendo con estudios anteriores (Gómez Sánchez et al., 2019; Páez & Rovella, 2019). Esta tendencia general se mantiene cuando se incorpora la variable actividad física organizada. Sin embargo, se aprecia que los chicos que practican actividad física organizada muestran mayor empatía afectiva que sus compañeros que no practican y las chicas que practican muestran mayor empatía cognitiva frente a quienes no practican (Gano-Overway, 2014; Mónaco et al., 2017). Estas diferencias no se aprecian al realizar los análisis incorporando la actividad física libre (Carreres-Ponsoda et al., 2012; Amado-Alonso et al., 2019). En base a estos datos, podríamos entender que existe una relación entre participar en actividades físicas organizadas y una mejora en los niveles de empatía intragrupo, independientemente del género.

En cuanto a las actividades físicas organizadas se aprecian diferencias en función de los diferentes tipos. En primer lugar, se observa una mayor empatía afectiva, con diferencias estadísticamente significativas en las chicas que practican "gimnasia rítmica"; en relación con deportes como "tenis o el bádminton", la "lucha" o el "fútbol"; o en el "baile" en comparación con las personas que "no practicaban" actividad física, practicaban "lucha" o practicaban "fútbol". Esto podría relacionarse con el componente artístico (Martín et al., 2018) y con el género de las personas que participan en "gimnasia rítmica" o "baile", en su totalidad mujeres, y su mayor competencia en empatía afectiva (Gómez Sánchez et al., 2019; Páez & Rovella, 2019). En cuanto a la actividad "lucha" se aprecian diferencias significativas que muestran menor empatía afectiva respecto a iguales que participan en actividades "individuales", "baile" o "fútbol"; aumentando dichas diferencias cuando se aplica el género como matiz diferencial en "individuales", "fútbol" o actividades de "equipo" en los chicos y en "gimnasia rítmica" en las chicas. Por otro lado, los chicos que practican "fútbol" muestran mayor empatía afectiva que sus compañeros que indican "no práctica" actividad física. Comparando las actividades físicas organizadas atendiendo al género de las personas que indican "no practica" se aprecia una mayor empatía afectiva en chicas respecto a sus compañeros. Una tendencia similar, aunque ligeramente menos significativa se observa en la actividad "lucha". De la misma manera, aunque con un nivel aún menor de significatividad ocurre en los deportes "individuales", en aquellas personas que practican "ACO" o en los deportes de "equipo" (Gómez Sánchez et al., 2019; Páez & Rovella, 2019).

En cuanto a la empatía cognitiva se encontraron resultados con tendencias similares en cuanto a las personas que practican "baile". En este caso, haciendo un análisis general de la población participante se aprecia que hay una mayor competencia en empatía cognitiva en las personas que practican "baile" respecto a las personas que indican "no práctica" o que practican "lucha" o "fútbol"; aumentando al aplicar el gé-

nero como matiz diferencial en lo referente al “fútbol” e incorporando las actividades “individuales” en lo que a las chicas se refiere (Martín et al., 2018; Gómez Sánchez et al., 2019; Paez & Rovella, 2019). En cuanto a la “gimnasia rítmica” se observa una mayor empatía cognitiva respecto a la “lucha”, en la población general, y en relación con la “no práctica”, los deportes “individuales” o el “fútbol”, algo. Por otro lado, se aprecia mayor significatividad en cuanto a la empatía cognitiva en chicas que practican “voleibol” o actividades de “equipo” respecto a sus compañeras que practican “fútbol”. Las chicas que practican “fútbol” también muestran menos empatía cognitiva que sus compañeras que practican “baile” o “gimnasia rítmica” resultados en consonancia con otros trabajos anteriores (Martín et al., 2018; Gómez Sánchez et al., 2019; Paez & Rovella, 2019).

Atendiendo a las agrupaciones de las actividades físicas en función de la lógica del juego y de las interacciones entre los participantes (Parlebas 2011, Benítez-Sillero et al., 2021) se observa una mayor empatía afectiva en actividades sin contacto y sin oposición, al igual que estudios previos (Gallardo-Peña et al., 2019). Igualmente, las personas que no practican muestran mayor valor en esta dimensión de la empatía sobre sus compañeros que practican actividades “con contacto” o “con oposición”. Por otro lado, se aprecia una mayor puntuación en los chicos que practican actividades “competitivas” o “colectivas”. Aunque en otros contextos se ha comprobado que la competición puede no favorecer la empatía (Rusu, 2002), en este caso aparecen resultados que indican que dicha competición ha favorecido el desarrollo de la empatía. Tanto la competición como la cooperación pueden tener relación atendiendo a los valores que desarrolla la actividad competitiva, entre los que se encuentra la cooperación (Gómez Sánchez et al., 2019). También se ha reconocido la empatía como factor precursor de la prosocialidad, encontrándose como dimensión de la conducta prosocial a la cooperación (Gómez Tabares & Narváez Marín., 2019).

Conclusiones

Por todo ello, se concluye que los y las adolescentes que participan en actividades físicas organizadas muestran mayor empatía que sus compañeros y compañeras que practican actividad física libre o no practican actividad física. Dentro de las actividades físicas organizadas las de índole artístico favorecen el desarrollo de la empatía en ambas dimensiones. Las actividades con ausencia de contacto, las colectivas y competitivas, promueven el desarrollo de la empatía afectiva y las actividades sin contacto, oposición, ni competición mejoran la empatía cognitiva, especialmente en las chicas. Este análisis sin embargo necesita una mayor ampliación para poder consolidar los resultados y conclusiones obtenidos.

Las limitaciones del estudio se encuentran en la elección de la muestra de forma no aleatoria y no representativa. La utilización de cuestionarios puede resultar un sesgo, aunque estos son voluntarios y anónimos. Así mismo a la hora de la categorización de las actividades físicas podría haberse tenido en cuenta otros criterios relacionados con la menor o mayor implicación competitiva y federada por ejemplo o la experiencia en la práctica.

Como prospectivas de futuro del trabajo, se plantea el estudio de forma longitudinal del mismo, así como el diseño de procesos de mejora de la empatía entre otros valores positivos mediante diseños de intervención a través de la actividad física. Así mismo

podrían realizarse futuros proyectos con muestras más representativas para confirmar los resultados del presente estudio.

Financiación

Este trabajo ha recibido financiación de la Dirección General de Innovación y Formación del Profesorado de la Consejería de Educación de la Junta de Andalucía (PIV-034/18).

Referencias

- Amado-Alonso, D., León-del-Barco, B., Mendo-Lázaro, S., Sánchez-Miguel, P. A., & Iglesias Gallego, D. (2019). Emotional Intelligence and the Practice of Organized Physical-Sport Activity in Children. *Sustainability*, *11*, 1615.
- Benítez-Sillero, J.d. D., Armada Crespo, J. M., Ruiz Córdoba, E., & Raya-González, J. (2021). Relationship between Amount, Type, Enjoyment of Physical Activity and Physical Education Performance with Cyberbullying in Adolescents. *Int. J. Environ. Res. Public Health*, *18*, 2038. <https://doi.org/10.3390/ijerph18042038>
- Bonino, S., Lo Coco, A., & Tani, F. (1998). *Empatia. Processi di condivisione delle emozioni*. Giunti.
- Caravita, S. C. S., Di Blasio, P., & Salmivalli, C. (2009). Unique and interactive effects of empathy and social status on involvement in bullying. *Social Development*, *18*(1), 140–163. <https://doi.org/10.1111/j.1467-9507.2008.00465.x>
- Castro-Sánchez, M., Zurita-Ortega, F., & Chacón-Cuberos, R. (2018). Inteligencia emocional en deportistas en función del sexo, la edad y la modalidad deportiva practicada. *Sportis Sci J*, *4* (1), 288-305. <https://doi.org/10.17979/sportis.2018.4.2.3296>
- Chacón-Cuberos, R., Zurita-Ortega, F., García-Marmol, E., & Castro-Sánchez, M. (2019). Autoconcepto multidimensional según práctica deportiva en estudiantes universitarios de Educación Física de Andalucía (Multidimensional self-concept depending on sport practice in university students of Physical Education from Andalucía). *Retos, Nuevas tendencias en educación física, deporte y recreación*, *37*(37), 174-180. <https://doi.org/10.47197/retos.v37i37.71861>
- Carreres-Ponsoda, F., Escartí, A., Cortell-Tormo, J. M., Fuster-Lloret, V., & Andreu-Cabre, E. (2012). The relationship between out-of-school sport participation and positive youth development. *Journal of human sport & exercise*, *7*(3), 671-683. <https://doi.org/10.4100/jhse.2012.73.07>
- Chowhan, J., Stewart, J. M. (2007). Television and the behaviour of adolescents: Does socio-economic status moderate the link? *Social Science & Medicine*, *65*(7), 1324–1336.
- Feshbach, N. D., Caprara, G. V., Lo Coco, A., Pastorelli, C., Manna, G., & Menzres, J. (1991). *Empathy and its correlates: Cross cultural data from Italy*. Eleventh Biennial Meeting of the International Society for the Study of Behavioral Development, Minneapolis.
- Fraguela-Vale, R., Varela-Garrote, L., & Varela-Crespo, L. (2020). Perfiles de ocio deportivo en jóvenes españoles (15-20 años): un análisis de género. *Retos. Nuevas tendencias en educación física, deporte y recreación*, *37*,419-426.

- Fraguela-Vale, R., Varela-Garrote, L., Carretero-García, M., & Peralbo-Rubio, E. M. (2020). Basic Psychological Needs, Physical Self-Concept, and Physical Activity Among Adolescents: Autonomy in Focus. *Front Psychol*, 11. 10.3389/fpsyg.2020.00491
- Gano-Overway, L. A. (2014). The caring climate: How sport environments can develop empathy in young people. *Organizing through empathy*, 166-183.
- Gallardo Peña, M. A., Domínguez Escribano, M., & González González de Mesa, C. (2018). Inteligencia emocional y conducta agresiva en el deporte ¿Puede inferir la modalidad deportiva y las horas de entrenamiento? (Emotional intelligence and aggressive behavior in sport. Can sports modality and hours of training infer?). *Retos, Nuevas tendencias en educación física, deporte y recreación*, (35), 176-180. <https://doi.org/10.47197/retos.v0i35.66213>
- Gómez Sánchez, V., Padial Ruz, R., Gentil Adarve, M., Chacón Zagalaz, J., & Zurita Ortega, F. (2019). Implicaciones del Deporte Federado hacia la Empatía y Actitud a la Educación Física en Adolescentes. *Retos: nuevas tendencias en educación física, deporte y recreación*, (36), 412-417. <https://doi.org/10.47197/retos.v36i36.71582>
- Gómez Tabares, A. S., & Narváez Marín, M. (2019). Mecanismos de desconexión moral y su relación con la empatía y la prosocialidad en adolescentes que han tenido experiencias delictivas. *Revista de Psicología (PUCP)*, 37(2), 603-641.
- Holt, N. L., Sehn, Z. L., Spence, J. C., Newton, A. S., & Ball, G. D. (2012). Physical education and sport programs at an innercity school: exploring possibilities for positive youth development. *Physical Education & Sport Pedagogy*, 17(1), 97-113.
- Isorna, M., Rial, A., & Vaquero, R. (2014). Motivaciones para la práctica deportiva en escolares federados y no federados. *Retos. Nuevas tendencias en educación física, deporte y recreación*, (25), 80-84.
- 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*. 10.1371/journal.pone.0168539
- Kwon, S. J. (2018). A relationship between personality and empathy in teenagers' school sports club participation. *Journal of exercise rehabilitation*, 14(5), 746.
- Lima-Serrano, M., & Lima-Rodríguez, J. S. (2014). Impact of school-based health promotion interventions aimed at different behavioral domains: a systematic review. *Gaceta sanitaria*, 28(5), 411-417.
- Marín-López, I., Zych, I., Ortega-Ruiz, R., & Monks, C. (2019). Validación y propiedades psicométricas del Cuestionario de Empatía Online y el Cuestionario de Desconexión Moral a través de las Tecnologías. *Creando Redes Doctorales*, 7, 525-528.
- Martín, D., González, C., Zagalaz, M. L., & Chinchilla, J. J. (2018). Extracurricular physical activities: Motivational climate, sportspersonship, disposition and context. A study with primary 6th grade students. *Journal of Human Sport and Exercise*, 13(2), 466-486. <https://doi.org/10.14198/jhse.2018.132.18>
- Martínez, F. D., & González, J. (2017). Autoconcepto, práctica de actividad física y respuesta social en adolescentes: Relaciones con el rendimiento académico. *Revista Iberoamericana de Educación*, 73(1), 87-108.
- Martínez-Gómez, D., Martínez-de-Haro, V., Pozo, T., Welk, G. J., Villagra, A., Calle, M. E., Marcos, A., & Veiga, O. L (2009). Fiabilidad y validez del cuestionario de actividad física PAQ-A en adolescentes españoles. *Rev. Esp. Salud Pública*, 83, 427-439.

- Mónaco, E., de la Barrera, U., & Montoya-Castilla, I. (2017). Desarrollo de un programa de intervención para mejorar las competencias emocionales, el afecto positivo y la empatía en la adolescencia. *Calidad de Vida y Salud*, 10(1).
- Paez, A. E., & Rovella, A. (2019). Vínculo de apego, estilos parentales y empatía en adolescentes. *Interdisciplinaria. Revista de Psicología y Ciencias Afines*, 36(2), 23-38.
- Parlebas, P. (2001). *Juegos, Deporte y sociedad. Léxico de praxiología motriz*. Paidotribo.
- Pérez-Soto, J. J., García-Cantó, E., Rosa-Guillamón, A., Rodríguez-García, P. L., Moral-García, J. E., & López-García, S. (2018). After-school leisure time: physical activity and estimated caloric expenditure in schoolchildren from southeast Spain. *Revista de la Facultad de Medicina*, 66(2), 209-214.
- Richins, M. T., Barreto, M., Karl, A., & Lawrence, N. (2019). Empathic responses are reduced to competitive but not non-competitive outgroups. *Social neuroscience*, 14(3), 345-358. 10.1080/17470919.2018.1463927
- Rusu, O. (2020) The Evaluation of Cohesion in the Sports Groups within a Romanian City. Physical Culture and Sport. *Studies and Research*, 85, 1-13. 10.2478/pccsr-2020-0001
- Silke, C., Brady, B., Boylan, C., & Dolan, P. (2018). Factors influencing the development of empathy and pro-social behaviour among adolescents: A systematic review. *Children and Youth Services Review*, 94, 421-436. <https://doi.org/10.1016/j.childyouth.2018.07.027>.
- Stenseng, F., Forest, J., & Curran, T. (2015) Positive emotions in recreational sport activities: The role of passion and belongingness. *J. Happiness Stud*, 16, 1117-1129.
- Vaquero Solís, M., Cerro Herrero, D., Tapia Serrano, M., Iglesias Gallego, D., & Sánchez Miguel, P. (2018). Actividad física. Adaptabilidad emocional y regulación intrínseca: un estudio predictivo en adolescentes. *Journal of Sport and Health Research*, 10(supl 1), 209-220.
- Vaquero, M., Amado, D., Sánchez, D., Sánchez, P. A., & Iglesias, D. (2020). Emotional Intelligence in Adolescence: Motivation and Physical Activity. *Revista Internacional de Medicina y Ciencias de la Actividad Física y el Deporte*, 20 (77), 119-131.
- Van der Graaff, J., Carlo, G., Crocetti, E., Koot, H. M., & Branje, S. (2018). Prosocial behavior in adolescence: gender differences in development and links with empathy. *Journal of youth and adolescence*, 47(5), 1086-1099. <https://doi.org/10.1007/s10964-017-0786-1>.
- Zabala, M. L., Richard's, M. M., Breccia, F., & López, M. (2018). Relaciones entre empatía y teoría de la mente en niños y adolescentes. *Pensamiento Psicológico*, 16(2), 47-57.