



Esport i igualtat de gènere

Gertrud Pfister

Professora del Departament de Ciències de l'Esport i de l'Exercici Físic,
Universitat de Copenhaguen (Dinamarca)

ARTICLE

Malgrat els beneficis perfectament documentats que aporta l'activitat física, les nombroses campanyes en defensa de l'adopció d'un estil de vida saludable i l'allau de consells sobre com esdevenir una persona activa i sana, un percentatge considerable de la població –més les noies i les dones que els nois i els homes– porta una vida sedentària.

En aquest article aportaré informació sobre l'activitat física i esportiva realitzada per les noies, els motius de la seva baixa participació en l'esport (esport per a tothom) i recomanacions per adoptar mesures i programes destinats a fomentar i facilitar que les noies esdevinguin persones físicament actives.

Introducció i plantejament

«Al rei no li agradava gens que la seva filla s'apartés dels camins rectes i delimitats del regne i es distraqués per senders, i per això va posar a la seva disposició un carro tirat per cavalls.

“Ara ja no hauràs de caminar més” –li va dir.

“Ara ja no hauries de caminar més” –és el que volia dir.

I el que el rei va aconseguir és que la seva filla no caminés més.» (Anders, 1956, 96).

El comentari metafòric de Günther Anders sobre la vida moderna encara és més adient avui que l'any 1956. Actualment, sembla que gran part de la població dels països d'Occident fan servir “carros” en lloc de les cames.

Malgrat els beneficis perfectament documentats que aporta l'activitat física, les nombroses campanyes en defensa de l'adopció d'un estil de vida saludable i l'allau de consells sobre com esdevenir una persona activa i sana, un percentatge considerable de la població –més les noies i les dones que els nois i els homes– porta una vida sedentària.

En aquest article aportaré informació sobre l'activitat física i esportiva realitzada per les noies, els motius de la seva baixa participació en l'esport (esport per a tothom) i recomanacions per adoptar mesures i programes destinats a fomentar i facilitar que les noies esdevinguin persones físicament actives.

He triat com a grup objectiu la infància i l'adolescència (10-15 anys d'edat) perquè és en aquesta fase de la vida en la qual s'adopten i/o es consoliden els hàbits i gustos que es tindran en endavant. A més, es poden trobar estudis d'abast mundial d'aquest tema per a aquesta franja d'edat.

Tanmateix, hem de tenir en compte que es donen diferències importants entre les noies en funció de les seves circumstàncies vitals, incloent-hi la classe social, l'origen ètnic, la religió, la cultura, l'entorn físic i el lloc de residència. Les noies musulmanes, per exemple, tenen, en molts aspectes, unes oportunitats similars per a ser físicament actives, però també han de fer front a reptes específics (Pfister 2010). La situació de les noies pertanyents a minories ètniques és una preocupació creixent en molts països, però com l'espai de què disposem

aquí és limitat, aquest article se centra en la situació de les noies de la població majoritària.

Em referiré principalment a la situació en els països europeus, però la informació i les recomanacions es poden aplicar fàcilment a altres països i cultures.

En aquest article, el terme “esport” es fa servir en un sentit ampli –“esport per a tothom”–, de manera similar al terme “activitats físiques (recreatives)”.

Participació en esports

Diverses enquestes representatives efectuades en la Unió Europea ens donen una excel·lent informació sobre la quantitat, la durada i la intensitat de l'activitat física realitzada per diversos grups de població, incloent-hi adolescents. A més, estudis en profunditat realitzats a diversos països, regions i ciutats ens informen sobre la pràctica esportiva de la població, com ara tipus d'esport, nivells de rendiment, motivacions, etc.¹

Tanmateix, la major part de les dades de què disposem procedeixen d'autoavaluacions, cosa que implica avantatges i inconvenients. Les comparacions efectuades entre els estudis elaborats amb acceleròmetres i els que es basen en enquestes mostren que les persones que responen als qüestionaris tendeixen a sobrevalorar la quantitat i la intensitat de l'activitat física que realitzen. Tot i així, els índexs de participació en esports que mostren les enquestes són més baixos que els que indica, per exemple, l'informe publicat per l'Institut Willibald Gebhart (amb seu a Alemanya): “Els clubs esportius europeus han tingut uns índexs de participació constants durant anys. Així doncs, el grau de participació en l'Europa occidental i els països escandinaus [...] es troba entre el 50-70% en el cas dels infants i entre el 30-50% en el cas dels joves. Amb tot, l'alt índex de participació en l'esport no pot compensar el creixent sedentarisme en la vida quotidiana. Aproximadament, la meitat dels joves europeus no realitzen l'activitat física necessària per a gaudir d'una bona salut (activitat física moderada i controlada per dia).”²

L'Oficina Regional per a Europa de l'Organització Mundial de la Salut (OMS) va presentar xifres fins i tot més baixes

en un comunicat de premsa del mes de desembre de 2006: "Només el 34% dels joves europeus d'onze, tretze i quinze anys d'edat han manifestat que realitzen l'activitat física suficient d'acord a les recomanacions actuals."³

Aquesta afirmació es basa en l'estudi de Conductes saludables dels joves en edat escolar (Health Behaviour in School-aged Children -HBSC), que proporciona unes dades exhaustives sobre els patrons d'activitat entre els nens i adolescents d'arreu d'Europa.⁴

L'estudi HBSC de 2006 dut a terme en quaranta-un països europeus va posar de manifest que el 25% dels nois i el 19% de les noies de tretze anys i el 19% dels nois i el 12% de les noies de quinze anys realitzaven una activitat física intensa de seixanta minuts, com a mínim, cinc dies a la setmana o més (tal com indiquen les recomanacions de salut).⁵ Es donen grans diferències entre països: el 46% dels nois eslovacs de quinze anys, però només l'11% dels nois suecs, i el 29% de les noies eslovaques, però només el 5% de les noies franceses i portugueses complien les recomanacions dels experts en salut.⁶

Les enquestes efectuades en diferents països van posar de manifest una situació semblant i una disminució molt important de l'activitat física en les noies amb edats compreses entre els tretze i els quinze anys. La següent declaració emesa per l'organització Women's Sport and Fitness Foundation del Regne Unit reflecteix la situació que es dona en molts països: "L'esport i la forma física de les dones en el Regne Unit està en crisi. Més del 80% de les dones i les noies no realitzen prou activitat física per a beneficiar la seva salut. Avui dia, les joves són la meitat d'actives que els joves. Es preveu que la situació empitjori en els pròxims deu anys."⁷

Tanmateix, aquesta tendència es dona en les noies d'una manera diferent i en diversos graus. Tal com han posat de manifest diferents estudis efectuats en diversos països occidentals, un alt percentatge de noies adolescents de classe mitjana o classe alta fan esport, mentre que les noies de classe treballadora o d'origen immigrant constitueixen una proporció alta de la població físicament inactiva.

L'Enquesta mundial sobre la salut dels nens i nenes en edat escolar (Global School-based Student Health Survey - GSHS), realitzada per l'OMS i duta a terme en nombrosos països d'arreu del món, confirma les dades relatives a Europa i mostra unes grans diferències pel que fa a gènere en relació amb l'activitat física entre els joves (amb edats compreses entre els tretze i els quinze anys), diferències que són encara més significatives en els països islàmics i/o amb un nivell de renda baix.⁸

Tipus d'activitat

Algunes activitats recreatives, com ara la natació, el ciclisme o el patinatge en línia, són "neutrals des de la perspectiva de gènere" i són igualment populars entre els dos sexes. Hi



Font: Fotoquelle: LaufReport.de

ha, però, d'altres esports i exercicis que són realitzats d'una manera molt predominant per un sexe o per l'altre.⁹ Tot i que es donen preferències esportives culturals, s'observen tendències similars en la pràctica esportiva per sexes en molts països i regions. Així doncs, els nois prefereixen els esports de pilota (especialment el futbol) i els esports de risc, mentre que les noies opten per activitats més expressives i/o estètiques, com ara la gimnàstica, l'aeròbic i la dansa. Les pistes de monopatí són terreny dels nois i les cavallerisses són llocs "només per a noies". Per a moltes noies dels països occidentals, muntar a cavall és un somni, sovint poc realista (Pfister 1993).

Els nois fan seu l'entorn, fan ús i gaudeixen de l'exterior, mentre que les noies prefereixen quedar-se a casa o a prop de casa. L'estudi posa de manifest que els nois exploren espais més amplis que les noies i que fan servir els parcs o els carrers per a realitzar activitats esportives, com ara jugar



a pilota, fer bicigròs o fer *parkour*, un nou tipus d'activitat que consisteix a desplaçar-se per la ciutat superant els obstacles que es troben en el camí (Pfister 1993).

Les preferències esportives de les noies, especialment el seu interès per les activitats organitzades i relativament cares, contribueixen sens dubte a que el seu nivell d'activitat esportiva sigui comparativament més baix.

Activitat física: per què és important?

En el discurs actual sobre salut pública, l'índex d'abandonament de l'esport i l'activitat física per part de les noies es considera problemàtic. Les autoritats sanitàries i els experts en la matèria estan preocupats pel predomini de les malalties relacionades amb l'estil de vida de la població, i als polítics els preocupa l'augment de la despesa en assistència sanitària. Les enquestes que s'estan portant a terme actualment a Dinamarca palesen

que ha disminuït la realització d'activitat física entre les noies de setze a dinou anys i que també ha empitjorat de manera considerable la seva forma física durant les últimes dècades. Només el 47% de les noies de setze anys i el 35% de les noies de divuit anys gaudeixen d'una bona forma física, i el 46% afirmen que no estan satisfetes amb el seu pes.¹⁰

Diversos estudis posen de manifest els nombrosos efectes positius de portar un estil de vida actiu.¹¹ Segons l'Organització Mundial de la Salut, sembla que les dones obtenen uns beneficis específics de portar una vida físicament activa: moltes dones pateixen "malalties associades a una baixa activitat física", com ara malalties cardiovasculars, diabetis, osteoporosi i càncer de mama. L'OMS també fa notar que l'activitat física està relacionada amb una millor salut mental "perquè redueix els nivells d'estrès, ansietat i depressió i pot contribuir a augmentar

l'autoestima i la confiança en un mateix.”¹²

Els beneficis de l'activitat física per a la salut no són tan evidents en el cas dels nens, nenes i joves, si més no perquè les malalties potencials encara han de trigar a arribar. Tanmateix, experts i organitzacions de renom, com ara l'European Heart Network, han conclòs que la inactivitat física dels nens i nenes “perjudica la seva salut actual i futura” (European Heart Network 2001).

Alhora que es debat sobre l'“epidèmia d'obesitat” i la disminució de les habilitats motrius dels infants, la preocupació cada vegada més gran pels alts nivells d'inactivitat física ha afavorit l'aparició entre el discurs públic del “salutisme” (en anglès, *healthism*), és a dir, la idea problemàtica de la salut com un imperatiu moral. El

“salutisme” no contempla solament la forma física i el pes corporal, sinó també la participació en activitats físiques com una mesura saludable i com una manera de “bona conducta” i “correcció política”. Els estudis demostren que la creixent pressió per a complir amb les normes i les regles socials relatives al pes i als nivells d'activitat pot resultar contraproductent (Dworkin i Wachs 2009).

Així doncs, és important centrar-se en els nombrosos beneficis que l'activitat física aporta a la qualitat de vida de les persones. L'esport i l'exercici tenen efectes positius sobre el benestar social, emocional i mental; ens poden aportar experiències plaents i satisfactòries; fomenten la creació de xarxes socials, i ens enforteixen com a persones.



Com podem explicar l'afició i la pràctica de l'esport per gèneres?

Processos de socialització

En els processos de socialització que tenen lloc al llarg de la vida, les persones adquireixen la identitat "femenina" i "masculina" segons les pautes que regeixen en una societat en particular. El gènere és un dels principis bàsics que estructuren una societat, que atribueix drets i obligacions, responsabilitats i tasques d'acord amb els principals criteris d'assignació per raó de gènere, edat, classe social i origen ètnic. Aquesta assignació està controlada i legitimada per normes, valors i institucions com ara la religió, la ciència, la justícia, l'administració, l'educació i els mitjans de comunicació (Pfister 2008).



Als nens i nenes se'ls assigna el gènere masculí o femení, sovint molt abans del seu naixement, i han de fer front a tot allò relacionat amb el gènere que regeix en la societat en què viuen. Aprenen a actuar d'acord amb les regles, normes, valors i paradigmes de gènere, i també seguint el guió i el sistema que marquen les directrius del comportament "adequat", incloent-hi els discursos i pràctiques de gènere que es refereixen al cos i al moviment. Creixen en un món diferenciat segons el gènere.

Abordar aquesta qüestió des d'un punt de vista socioecològic, com ara el que proposa Hurrelmann (2008), entre d'altres, implica centrar-se en la dimensió interactiva i les relacions dialèctiques entre les persones i el seu entorn social i ecològic/físic. Segons Bilden (1991), la socialització és autoaprenentatge de i a través de pràctiques culturals, i Connell (2002) fa servir l'expressió "aprenentatge actiu". Aquest autor proposa que s'interpreti l'assignació de gènere com a resultat de nombrosos "projectes" en els quals els nens i les nenes aprenen els guions de gènere, adquireixen competències relacionades amb el gènere i desenvolupen models de comportament individuals però alhora típics. Quan es troben davant de les limitacions i les possibilitats pròpies del seu gènere, els nens i les nenes (i les persones adultes) improvisen, imiten, creen i d'aquesta manera desenvolupen estratègies característiques. "Amb el temps, especialment si les estratègies tenen èxit, es consoliden i cristal·litzen com a models específics de feminitat i masculinitat" (Connell 2002, 82). Així mateix, les preferències, les regles i les activitats esportives s'adeqüen als processos de socialització, a "l'autoaprenentatge de i a través de pràctiques socials". La socialització dins l'esport i l'activitat física es pot descriure i interpretar com a projectes (de gènere) que es troben influenciats per diversos factors i processos, i també per persones i institucions, com ara la família i l'escola.

Diversos estudis indiquen que la pràctica esportiva "s'hereta" socialment i que els pares tenen una influència decisiva en l'interès que els seus fills mostren per l'esport i els jocs. Els donen joguines específiques de gènere, com ara pilotes als fills i nines Barbie a les filles. Actualment, una indústria enorme adoctrina amb èxit les nenes perquè demanin vestits de color rosa i princeses Disney. Els pares afavoreixen aquest comportament "adequat" i porten els fills a jugar a futbol i apunten les filles a classes de ballet. A més, els pares i les mares també constitueixen models del rol masculí i femení.

L'esport i els jocs són projectes importants en els grups de nois de la mateixa edat; jugar junts i competir entre ells enforteix les seves relacions i els ensenya a competir i a cooperar. Les habilitats esportives els donen prestigi entre els companys i popularitat en les subcultures esportives masculines, com ara jugar a bàsquet de carrer i anar

amb monopatí. Les noies tendeixen a jugar (i a parlar per telèfon) amb les seves millors amigues. Per a elles, vestir a la moda i tenir un bon aspecte és més important que les habilitats esportives. Les relacions entre els companys contribueixen de forma decisiva a la construcció de cultures esportives de gènere.

L'educació física a les escoles hauria de ser un component important en els "projectes esportius" dels infants i els joves. En la major part dels països, l'educació física és una assignatura obligatòria a totes les escoles, i els nens i nenes de classe treballadora i/o d'origen immigrant hi han de participar. Tanmateix, l'educació física sembla que beneficia especialment els estudiants atlètics, mentre que els alumnes que no mostren cap interès per l'activitat esportiva i que no tenen habilitat pels esports sovint queden marginats.

Una investigació qualitativa efectuada en un institut de Dinamarca va posar de manifest, per exemple, que les classes mixtes d'educació física consisteixen principalment en jocs de pilota, que agraden als nois, mentre que la major part de les noies no poden o no volen participar-hi. El resultat és que les noies participen de forma menys intensa en l'educació física, eviten l'esforç i la competició física o fins i tot rebutgen participar-hi

totalment (Jørgensen 2006; With-Nielsen i Pfister 2010; en impremta). Hi ha molts altres estudis que mostren que els professors tracten de manera diferent els alumnes i les alumnes, que aquests es comporten de manera diferent i que aprenen diferents habilitats, fins i tot en aquells països on el programa d'estudis de l'assignatura d'educació física és el mateix amb independència del gènere.

Per a una gran part de la població, l'esport és "l'esport dels mitjans de comunicació" i els mitjans de comunicació emeten missatges similars arreu del món sobre el rol de les dones i dels homes en el món de l'esport. Les retransmissions esportives se centren principalment en l'esport masculí i ignoren en gran manera les atletes femenines i l'esforç esportiu de les dones. L'esport, especialment l'esport en els mitjans de comunicació, "afavoreix que el cos dels homes sigui fort i que el cos de les dones sigui sexy" (Lorber 1994, p. 43). Els mitjans de comunicació proporcionen els models a imitar per als nois i per a les noies, en l'esport i en qualsevol altre àmbit. El poder i la força, el risc i el contacte corporal agressiu són característiques masculines, mentre que la feminitat es vincula principalment amb el fet d'estar esvelta i atractiva.

Així doncs, les noies aprenen que no s'espera d'elles que siguin atlètiques, i per això infravaloren les seves



habilitats esportives (vegeu Pfister 1996, 51). Així com els nois jutgen el seu cos des d'un punt de vista més funcional (tot i que això està canviant), el cos femení és un mitjà d'atracció social i sexual. L'estilització del cos és, per tant, més important per a les noies i les dones. A causa de la discrepància entre l'ideal i la realitat, sovint les noies i les dones perceben una "mancaça" en relació amb el seu propi cos. L'embelliment i diversos "projectes corporals", des del maquillatge i la dieta fins a l'estilització corporal, constitueixen una part important de la vida quotidiana d'aquestes (vegeu Degele 2004).

L'esport està arrelat i incorporat en l'*habitus* (segons Bourdieu 1984); és una pràctica que genera distinció de gènere, i s'ha d'adequar a les preferències de la persona que el practica, així com amb el seu estil de vida. La pràctica esportiva es troba indissolublement entrelligada amb altres trajectòries vitals i contribueix a la construcció de les biografies dels homes i les dones. L'esport forma part de la "distinció de gènere" i està integrat dins els projectes de gènere de les persones que, al seu torn, ajuden a mantenir la perspectiva de gènere de la cultura esportiva.

Tanmateix, tant el discurs sobre l'esport com les pràctiques esportives canvien constantment, i aquests

canvis també afecten l'activitat esportiva que realitzen els adolescents. L'ús cada vegada més extens dels videojocs pot comportar una disminució de l'activitat física entre els nois, mentre que la creixent popularitat del futbol entre les noies les pot animar a adoptar un estil de vida físicament més actiu.

Oportunitats i obstacles

La participació en l'esport depèn en gran manera de l'entorn i de les oportunitats per a ser físicament actius.

L'OMS destaca una sèrie de causes que explicarien la baixa activitat física entre les dones: "Sovint les dones tenen menys ingressos que els homes, la qual cosa representa un obstacle per a tenir accés a l'activitat física. La tasca que les dones han de dur a terme a la llar els pot limitar el temps de lleure i, per tant, per a l'activitat física. Les dones poden tenir una mobilitat limitada per a traslladar-se a instal·lacions esportives. El que culturalment s'espera d'elles pot fer disminuir la seva participació en certs tipus d'activitat física."¹³ Aquests obstacles també afecten les oportunitats de les noies de participar en l'esport i de fer exercici.

Fins i tot a Europa, els enquestats donen respostes molt diferents sobre la possibilitat de participar en esports o activitats físiques. Mentre que en els països escandinaus més del 80% de les persones enquestades afirmen que la zona on viuen ofereix moltes oportunitats per a realitzar activitat física, menys d'un 50% de les persones enquestades de Portugal opinen el mateix. D'una manera similar, les respostes relatives a la disponibilitat de centres o clubs esportius al barri van posar de manifest les diferències entre el Nord i el Sud.¹⁴ D'acord amb les afirmacions de l'OMS que hem esmentat més amunt, es podria concloure que la manca d'un entorn esportiu favorable afecta les noies i les dones en un major grau que la població masculina.

Segons les estadístiques de què disposem, la proporció de noies adolescents que deixen d'anar als clubs esportius és molt més alta que la dels nois adolescents. Aquest fet planteja la qüestió de si la manca de programes esportius atractius afavoreix la disminució de l'interès pels esports entre les noies. Podem dir el mateix pel que fa a l'oferta esportiva i d'activitat física d'altres serveis, com ara els parroquials i els municipals. Sovint l'esport, com ara jugar a bàsquet de carrer, serveix com a eina per a resoldre els problemes amb grups violents de nens i joves. Les noies, en no causar problemes visibles, sovint són ignorades.

Ciutats educadores: què s'hi pot fer?

Hi ha nombroses oportunitats per a influir sobre els hàbits esportius de les noies (i també dels nois). Algunes d'aquestes intervencions requereixen finançament i recursos humans. D'altra banda, l'esport per a homes –per exemple, la construcció i manteniment d'un estadi



de futbol o l'organització de partits— té un cost molt elevat, tant econòmic com pel que fa a recursos (policia, seguretat!) i ningú no es queixa. Una part d'aquests diners podrien i haurien de ser destinats a finançar activitats físiques per a les noies i en "esport per a tothom". En moltes ciutats això ja pot ser una realitat.

Les estratègies d'intervenció podrien consistir en:

- Informar sobre les oportunitats per a realitzar activitat física i sobre els beneficis que comporta practicar exercici en llocs on sol aplegar-s'hi molta gent (escoles, llocs de treball, centres comercials, centres de salut).
- Crear un entorn adequat per a la pràctica de l'exercici, un entorn segur per a fer fúting, senderisme, ciclisme, jugar a pilota. Els parcs infantils poden esdevenir "zones esportives". Si no hi ha espais disponibles, els carrers es poden tancar al trànsit els caps de setmana.
- Afavorir la integració de l'activitat física en la vida quotidiana, per exemple com a mitjà de transport. Les campanyes com ara "a la feina amb bici" podrien ser un incentiu.
- Construir instal·lacions esportives a prop dels barris residencials (els estudis mostren que les instal·lacions esportives es fan servir si s'hi pot arribar a peu).
- Facilitar un accés segur i senzill als programes i a les instal·lacions esportives existents (per exemple, trajectes ben il·luminats).
- Crear "grups esportius" que es trobin de forma periòdica, que vagin junts al gimnàs o a zones esportives, que es truquin entre ells per anar-hi, etc.
- Organitzar activitats esportives per a tothom, com ara senderisme de tarda, estones de fúting o sortides de nit amb patins en línia, o curses de relleus on competeixen membres de clubs esportius, alumnat o treballadors d'oficines o de fàbriques amb paritat de gènere.
- Adaptar les instal·lacions esportives a les necessitats i gustos de les dones i les noies (per exemple, dutxes separades si hi ha dones i noies musulmanes).
- Promoure activitats físiques integradores i "que resultin atractives per a les noies", com ara saltar a corda, patinatge, fer escalada en rocòdroms, que permetin la participació de molts grups amb habilitats diferents.
- Crear incentius per als serveis esportius existents, a fi que animin les noies i les dones a participar en les activitats esportives.
- Informar dels obstacles i oportunitats per a ser físicament actius, i formar els pares, el professorat, els serveis esportius, etc., sobre els beneficis que comporta portar un estil de vida actiu.
- Modificar el disseny curricular de l'educació física i la formació del professorat en educació física, amb l'objectiu de facilitar que les noies participin en diferents esports i activitats físiques (incloent-hi els que són considerats esports masculins).
- Habilitar els patis i els gimnasos de les escoles per a

realitzar activitats físiques, jocs, patinatge, anar amb bici, fora de l'horari escolar.

- Organitzar cursos, programes i/o esdeveniments per a noies, com ara nits de patinatge, bàsquet de carrer i curses de noies i dones.
- Fer campanyes, com per exemple competicions entre escoles, a favor dels millors programes esportius per a noies, o entre els clubs que tinguin més participants femenines en una cursa de 10 km.
- Promoure les estrelles de l'esport femení i/o les dones amb una bona forma física a fi que serveixin de referència per a noies i dones.

Sóc conscient que moltes ciutats ja s'han compromès en la promoció de l'esport i l'activitat física per a les noies i les dones, i que estan aplicant aquestes "bones pràctiques" i d'altres, potser totalment diferents. També sóc conscient que la meua anàlisi i propostes no tenen en compte tota la diversitat de noies i dones d'arreu del món, ja que la meua perspectiva occidental m'ha influït molt. Tanmateix, espero que aquest article esdevingui un punt de partida perquè s'esmercin més esforços i s'apleguin forces a fi que millori la igualtat de gènere en l'esport així com en altres aspectes de la vida. ●

Bibliografia

- Anders, G. *Die Antiquiertheit des Menschen: Über die Seele im Zeitalter der zweiten industriellen Revolution*. Munic: Beck, 1956.
- Bilden, H. "Geschlechtsspezifische Sozialisation". A: Hurrelmann, K./Ulrich, D. (eds.). *Neues Handbuch der Sozialisationsforschung*. Weinheim/Basel: Beltz, 1991, 279-301.
- Bourdieu, P. *Distinction: a Social Critique of the Judgment of Taste*. Harvard University Press, 1994.
- Comissió Europea (2006). *Eurobarometer: Health and food*. Brussel·les. Disponible online: http://ec.europa.eu/health/ph_publication/eb_food_en.pdf.
- Connell, R. *Gender*. Cambridge: Polity, 2002.
- Degele, N. *Sich schön machen: Zur Soziologie von Geschlecht und Schönheitshandeln*. Wiesbaden: VS Verlag, 2004.
- Dworkin, S. i Wachs, F. *Body Panic: Gender, Health, and the Selling of Fitness*. Nova York: New York University Press, 2009.
- European Heart Network (ed.). *Children and Young People – the Importance of Physical Activity*. Brussel·les, 2001. <http://www.ehnheart.org/files/phyactivity-084635A.pdf>.
- Hurrelmann, K. *Einführung in die Sozialisationstheorie*. Weinheim: Beltz, 2008.
- Lorber, J. *Breaking the Bowls: Degendering and Feminist Change*. Nova York: W.W. Norton & Company, 2005.
- Lorber, J. *Paradoxes of gender*. New Haven, Londres: Yale University Press, 1994.
- Naul, R. i Brettschneider, W.-D. (2005). "Young people's lifestyles and sedentariness in Europe". *Acta Universitatis Carolinae Anthropologica*, 41 (2005), 2, 25-34.
- Pfister, G. i Fasting, K. "Geschlechterkonstruktionen auf dem Fussballplatz: Aussagen von Fußballspielerinnen zu Männlichkeits- und Weiblichkeitskonzepten". A: Jütting, D. (ed.). *Die lokal-globale Fußballkultur: wissenschaftlich beobachtet*. Münster: Waxmann 2004, 137-152.
- Pfister, G. "Appropriation of the Environment, Motor Experiences and Sporting Activities of Girls and Women". A: *International Review for Sociology of Sport*, 28 (1993), 159-173.
- Pfister, G. "Doing Sport ist Doing Gender". A: Farrokhzad, S. i



Caxias do Sul (Brasil)

- Nikodem, C. *Arenen der Weiblichkeit : Frauen, Körper, Sport*. Colònia: Verlag des Vereins Beiträge zur feministischen Theorie und Praxis e.V., 2008, 13-29.
- Pfister, G. "Fitness und Sportengagement als soziales Erbe – theoretische Überlegungen und empirische Befunde". A: Müller, N. (ed.). *Gesellschaft und Sport als Feld wissenschaftlichen Handelns : Festschrift für Manfred Messing*. Niedernhausen: Schors Verlag, 2007, 287-307.
 - Pfister, G. "Muslim Women in the Diaspora: Sport related Theories, Discourses and Practices – Analysing the Situation in Denmark". A: Benn, T., Pfister, G. Jawad, H. (eds.). *Muslim Women and Sport*. Londres: Routledge, 2010. [De pròxima aparició.]
 - Pfister, G. "Zwischen neuen Freiheiten und alten Zwängen. Körper- und Bewegungskultur von Mädchen und Frauen". A: Flade, A. i Kustor, B. (eds.). *Raus aus dem Haus. Mädchen erobern die Stadt*. Frankfurt/Nova York: Campus, 1996, 45-66.
 - Pilgaard, M. *Danskernes motions- og sportsvaner 2007 - nøgletal og tendenser*. Copenhagen: Idrættens Analyseinstitut, 2008.
 - Raudsepp, L. i Viira, R. "Influence of Parents' and Siblings' Physical Activity on Activity Levels of Adolescents". A: *European Journal of Physical Education*, 5 (2000), 169-178.
 - Ringgaard, L.W. i Nielsen, G.A. *Fysisk aktivitet i dagligdagen blandt 16-20-årige i Danmark*. Copenhagen: Kræftens Bekæmpelse & Sundhedsstyrelsen, 2004.
 - Sallis, J.F., Prochaska, J. i Taylor, W. "A review of correlates of physical activity of children and adolescents". A: *Medicine & Science in Sports & Exercise*, 32 (2000), 963-975.
 - Seabra, A. F. et al. "Associations between sport participation, demographic and socio-cultural factors in Portuguese children and adolescents". A: *European Journal of Public Health*, 18 (2008), 25-30.
 - Sundhedsstyrelsen. *Fysisk Aktivitet og Evidens - Livsstilssygdomme, folkesygdomme og risikofaktorer mv*. Copenhagen: Sundhedsstyrelsen, 2006.
 - Vilhjalmsón, R. i Kristjansdóttir, G. "Gender differences in physical activity in older children and adolescents: the central role of organized sport". A: *Social Science & Medicine*, 56 (2003), 363-374.
 - With-Nielsen, N. i Pfister, G. "Gender constructions and negotiations in PE - case studies". A: *Sport, Education and Society*, 2010. [En impremta.]

1. Naul, R. i Hoffmann, D., Healthy Children in Sound Communities: a Euregional community setting project, http://www.wgi.de/media/Pdf/HealthyChildrenin-SoundCommunity-pic_47434.pdf. Vegeu també Sallis et al. 2000; Vilhjalmsón i Kristjansdóttir 2003; Ringgaard i Nielsen 2004; Seabra et al. 2008.

2. http://www.wgi.de/media/Pdf/lifestyle_sedentariness_english_819279.pdf.

3. http://www.euro.who.int/mediacentre/PR/2006/20061117_1.

4. L'Estudi de conductes saludables dels joves en edat escolar (Health Behaviour in School-aged Children-HBSC) es va iniciar l'any 1982 i la primera enquesta transnacional en cinc països es va dur a terme en el període 1983-84 (vegeu <http://www.hbsc.org>).

5. Des de la darrera enquesta de 2002, el percentatge de nens actius ha disminuït. Les dades de l'estudi HBSC donen informació sobre tendències, però s'han d'interpretar amb prudència. Potser no s'han tingut en compte adequadament les condicions específiques de cada país.

6. Una panoràmica de la salut de la juventut a Europa (A snapshot of the health of young people in Europe): informe elaborat per la Conferència sobre la Salut dels Joves de la Comissió Europea Brussel·les, Bèlgica, 9-10 de juliol

de 2009 (<http://94.23.50.42/youth/documents/A%20snapshot%20of%20the%20health%20of%20young%20people%20in%20Europe.pdf>; vegeu també Comissió Europea 2006).

7. <http://www.womeninsportconference.com/homepage.asp>.
8. L'Enquesta mundial sobre la salut dels nens i nenes en edat escolar (Global school-based student health survey-GSHS), iniciada per l'OMS i efectuada en nombrosos països, mostra el mateix patró d'activitats físiques per sexes. <http://www.cdc.gov/GSHS/de>.
9. Skolebørns deltagelse li idræt og andre fysiske aktiviteter i Rudersdal http://www.cisc.sdu.dk/Publikationer/qKL2006_4.pdf.
10. <http://www.dgi.dk/redaktionen/dui/14-2003/piger.aspx> enquesta MUL.D.
11. Hi ha una abundant bibliografia sobre aquesta qüestió; vegeu, per exemple, Sundhedsstyrelsen 2006.
12. <http://www.euractiv.com/en/sports/women-sport/article-137664>.
13. <http://www.euractiv.com/en/sports/women-sport/article-137664>.
14. Eurobaròmetre "Activitat Física"; http://ec.europa.eu/public_opinion/archives/ebs/ebs_183_6_en.pdf.