



Deporte e igualdad de género

Gertrud Pfister

Profesora del Departamento de Ciencias del Deporte y del Ejercicio Físico,
Universidad de Copenhague (Dinamarca)

ARTÍCULO

A pesar de los probados beneficios de la actividad física, de las numerosas campañas de promoción de un estilo de vida saludable y de los consejos sobre cómo llegar a ser personas activas y sanas, un porcentaje considerable de la población -más chicas y mujeres que chicos y hombres- lleva una vida sedentaria.

Este artículo se centra en la actividad física y deportiva de las chicas y en las causas de su bajo índice de participación en el deporte (para todos), ofreciendo recomendaciones sobre medidas y programas para fomentar el incremento de su actividad física.

Introducción y planteamiento

"Al rey no le gustaba demasiado que su hija abandonara los estrechos y bien trazados caminos de su reino y holgazaneara por vericuetos y senderos, así que le permitió disponer de un carruaje de caballos.

- Así no tendrás que caminar más -le dijo.
 - Así, ya no deberías caminar más -es lo que quiso decir. Y lo que consiguió es que su hija ya no pudiera caminar."
- (Anders 1956, 96).

El metafórico comentario de Günther Anders sobre la vida moderna resulta hoy más apropiado incluso que en 1956. Al parecer, en la actualidad, gran parte de la población de los países occidentales, en lugar de sus pies, utilizan "carruajes".

A pesar de los probados beneficios de la actividad física, de las numerosas campañas en favor de la adopción de un estilo de vida saludable y de la ilimitada retahíla de recomendaciones sobre cómo mantenerse activo y sano, un porcentaje considerable de la población -más chicas y mujeres que chicos y hombres - lleva una vida sedentaria.

En este artículo facilitaré información sobre las actividades físicas y deportivas de las chicas, sobre las causas de sus bajos índices de participación en el deporte (para todos) y recomendaciones para desarrollar actuaciones y programas destinados a estimular y facilitar su actividad.

Me centraré en la infancia y la adolescencia (en las edades comprendidas entre los 10 y los 15 años) por ser en esta fase del desarrollo donde se adoptan y/o consolidan los futuros hábitos y preferencias. También, dada la existencia de estudios de ámbito mundial centrados en este grupo de edad.

Sin embargo, debe tenerse en cuenta que existen enormes diferencias entre las chicas en función de sus circunstancias vitales, lo que incluye clase social, origen étnico, religión, cultura, entorno físico y lugar de residencia. Las chicas musulmanas, por ejemplo, disponen, en muchos aspectos, de posibilidades similares para el desarrollo de actividad física, pero también deben enfrentarse a impedimentos específicos (Pfister 2010). Aunque la situación de las chicas pertenecientes a minorías étnicas constituye una preocupación creciente en muchos países, este artículo, por

razones de espacio, se centra en las chicas de la población mayoritaria.

Haré referencia, principalmente, a los países europeos, pero la información y las recomendaciones pueden extrapolarse con facilidad a otros países y culturas.

En este artículo, el término "deporte" se utiliza en el sentido amplio de "deporte para todos", equiparable a la expresión "actividades físicas (recreativas)".

Participación en el deporte

En la Unión Europea, existen diversas encuestas representativas que proporcionan una excelente visión de la cantidad, la duración y la intensidad de la actividad física de distintos grupos de población, incluyendo a los adolescentes. Del mismo modo, estudios exhaustivos llevados a cabo en muchos países, regiones y ciudades ofrecen una buena panorámica de la práctica deportiva de la población, como, por ejemplo, los tipos de deporte, los niveles de rendimiento, las motivaciones, etc.¹

Sin embargo, muchos de los datos disponibles se basan en autoinformes, lo cual tiene ventajas e inconvenientes. La comparación entre estudios realizados con acelerómetros y aquellos basados en encuestas muestran que los encuestados tienden a sobrestimar la cantidad y la intensidad de sus actividades. Aún así, los índices de actividad deportiva presentados en las encuestas son bastante bajos, como se señala, por ejemplo, en un informe publicado por el Willibald-Gebhard-Institute (con sede en Alemania): "Los clubes deportivos europeos llevan años gozando de unos índices de participación constantes. El porcentaje de asociados en Europa Occidental y en los países escandinavos... se encuentra entre un 50-70% en el caso de los niños y entre un 30-50% entre los jóvenes. Sin embargo, el alto grado de actividad deportiva no logra compensar el creciente sedentarismo en la vida cotidiana. Casi la mitad de la juventud europea no realiza la cantidad de actividad física recomendada necesaria para gozar de buena salud (actividad física moderada y regulada por día)."²

La Oficina Regional para Europa de la Organización Mundial de Salud (OMS), en un comunicado de prensa emitido en diciembre de 2006, presentaba cifras todavía peores:

“Sólo un 34% de los jóvenes europeos con edades de 11, 13 y 15 años han manifestado realizar la suficiente actividad física de acuerdo con las directrices actuales.”³

Esta afirmación se basa en un estudio sobre comportamientos saludables entre los jóvenes en edad escolar -Health Behaviour in School-aged Children (HBSC)-, que proporciona información exhaustiva sobre los patrones de actividad entre los niños y los adolescentes de toda Europa.⁴

El estudio HBSC de 2006, llevado a cabo en 41 países europeos, reveló que el 25% de los chicos y el 19% de las chicas de 13 años, y el 19% de los chicos y el 12% de las chicas de 15 años realizaban un mínimo de 60 minutos de actividad intensa durante cinco o más días a la semana (tal y como indican las recomendaciones de salud).⁵ Se dan enormes diferencias entre países: el 46% de los chicos eslovacos (de 15 años), pero sólo el 11% de los suecos, y el 29% de las chicas eslovacas, pero sólo el 5% de las francesas y portuguesas, cumplen las recomendaciones de los expertos de la salud.⁶

Encuestas realizadas en diversos países han revelado un cuadro similar y han mostrado un dramático descenso de la actividad física entre las chicas con edades comprendidas entre los 13 y los 15 años. La siguiente declaración, publicada por la Women's Sport and Fitness Foundation del Reino Unido, refleja la situación en muchos países: “En el Reino Unido, el deporte y la gimnasia de mantenimiento (fitness) femeninos están sufriendo una crisis. Más del 80% de las mujeres y las adolescentes no realizan la suficiente actividad física en beneficio de su salud. Las jóvenes son la mitad de activas que los jóvenes. Se prevé que la situación empeore aún más durante los próximos diez años.”⁷

Pero las chicas se ven afectadas por esta tendencia en modo y grado diverso. Tal y como revelan los estudios en diversos países occidentales, un elevado porcentaje de las adolescentes de clase media o alta hace deporte, mientras que las jóvenes de clase trabajadora o inmigrantes se sitúan mayoritariamente entre la población físicamente inactiva.

La Encuesta Mundial de Salud Escolar -Global School-based Student Health Survey (GSHS)-, desarrollada por la OMS y llevada a cabo en numerosos países de todo el mundo, confirma los datos europeos y muestra grandes diferencias de género en lo referente a la actividad física entre los jóvenes (de edades comprendidas entre los 13 y los 15 años), diferencias que son todavía más significativas en países islámicos y/o con bajos ingresos.⁸

Tipos de actividad

Algunas actividades recreativas como nadar, montar en bicicleta o patinar, son “neutras” y comunes entre ambos sexos. Otros deportes y actividades están dominados por uno u otro sexo.⁹ A pesar de las preferencias deportivas específicas de cada cultura, pueden observarse tendencias



Fuente: Fotoquelle: LaufReport.de

similares de práctica deportiva diferenciada por razón de sexo en muchos países y regiones. Los chicos prefieren jugar con la pelota (al fútbol en particular) y los deportes de riesgo, mientras que las chicas optan por actividades expresivas/estéticas como la gimnasia, el aerobio y la danza. Las pistas de monopatín son territorio de los chicos; las caballerizas son lugares “sólo para chicas”. En los países occidentales, para muchas chicas, montar a caballo es un sueño, a menudo inalcanzable (Pfister 1993).

Los chicos “se adueñan” del entorno, usan y disfrutan de los espacios abiertos, mientras que las chicas prefieren permanecer en el interior o cerca de sus casas. Las investigaciones muestran que los chicos exploran áreas más extensas que las chicas y que utilizan parques o calles para sus actividades deportivas, tales como jugar al balón, ciclismo acrobático o *parkour*, una nueva forma de ejercicio en la que los *traceurs*- aficionados al “arte del desplaza-



miento"- recorren la ciudad superando los obstáculos que se encuentran a su paso (Pfister 1993).

Las preferencias deportivas de las chicas, centradas especialmente en actividades organizadas y relativamente caras, contribuyen claramente a su índice de actividad comparativamente bajo.

Actividad física: ¿por qué es importante?

En el discurso actual sobre salud pública, el descenso en el índice de actividad física y práctica deportiva de las chicas se considera problemático. Las autoridades y los expertos en salud están alarmados por el auge de las denominadas enfermedades de "estilo de vida" entre la población; los políticos están preocupados por el incremento del gasto en atención sanitaria. Las actuales investigaciones danesas indican que, en las últimas décadas, no sólo han descendido considerablemente los índices de actividad, sino la aptitud

física de las chicas entre 16 y 19 años de edad. Sólo el 47% de las chicas de 16 años y el 35% de las de 18 están en buena forma física. El 46% no están satisfechas con su peso.¹⁰

Son varios los estudios que evidencian los numerosos efectos positivos de un estilo de vida activo.¹¹ Según la Organización Mundial de la Salud, las mujeres parecen obtener beneficios específicos: muchas mujeres padecen "trastornos de la salud asociados a una baja participación en actividades físicas", como enfermedades cardiovasculares, diabetes, osteoporosis y cáncer de mama. La OMS señala también que la actividad física está asociada a una mejora de la salud psicológica "al reducir los niveles de estrés, ansiedad y depresión y que puede contribuir a aumentar la autoestima y la seguridad en uno mismo."¹²

Los beneficios para la salud derivados de la actividad física no son tan evidentes en el caso de los niños y los jóvenes debido, en gran parte, a que las enfermedades

potenciales no aparecerán hasta muchos años después. Sin embargo, la Red Europea de Cardiología (European Heart Network), entre otros expertos y organismos destacados, llegó a la conclusión de que la inactividad física en los niños “daña el estado de salud actual y futuro” (European Heart Network 2001).

Junto a los debates sobre la “epidemia de obesidad” y la disminución de las habilidades motoras de los niños, la creciente preocupación por los niveles de inactividad contribuye a un debate social al que podemos bautizar como *healthism* -“saludismo”-, es decir, la problemática idea de la salud como imperativo moral. Desde la perspectiva del *healthism*, no sólo se trata de la forma física o del peso, sino de la participación en actividades físicas como

indicador de salud, de “buena conducta” y de “corrección política” del individuo. Las investigaciones indican que la creciente presión para cumplir con las normas y los protocolos sociales relacionados con el peso y los niveles de actividad pueden resultar contraproducentes (Dworkin y Wachs 2009).

Por consiguiente, es importante que nos centremos en los numerosos beneficios que la actividad física reporta a la calidad de vida del individuo. El deporte y el ejercicio pueden tener efectos positivos para el bienestar social, emocional y mental; pueden proporcionar experiencias de satisfacción y de placer; fomentan los círculos sociales; y contribuyen al empoderamiento.



¿Cómo podemos explicar las diferencias de género en los intereses y práctica deportiva?

Procesos de socialización

Durante los procesos de socialización, el individuo, a lo largo de su vida, adquiere identidades "femeninas" y "masculinas" en concordancia con las disposiciones de género predominantes en una sociedad determinada. El género es uno de los principales principios estructurantes de una sociedad, distribuyendo derechos y obligaciones, así como responsabilidades y ocupaciones, atendiendo a los principales criterios de asignación de roles según género, edad, clase social y procedencia étnica. Dicha asignación está controlada y legitimada por las normas y los valores y por instancias como la religión, la ciencia, la justicia, la adminis-

tración, la educación y los medios de comunicación (Pfister 2008). A los chicos y las chicas se les identifica sexualmente normalmente mucho antes de nacer y son expuestos a las categorías de género de su sociedad. Aprenden a gestionar reglas, normas, valores y paradigmas de género, así como sistemas y argumentos diferenciados según el sexo, que proporcionan las directrices para un comportamiento "apropiado", incluyendo actitudes y prácticas corporales y de movimiento según el género. Crecen en un mundo diferenciado según el género.

Los enfoques socio-ecológicos, como plantea Hurrelmann (2008), entre otros, enfatizan la dimensión interactiva y las relaciones dialécticas entre los individuos y su entorno social y ecológico/físico. Según Bilden (1991), la socialización es autoaprendizaje en y a través de las prácticas culturales; Connell (2002), emplea la expresión "aprendizaje activo". Sugiere interpretar la asignación de género como resultado de numerosos "proyectos" en los que los niños aprenden argumentos diferenciados según el sexo, adquieren competencias de género y desarrollan patrones de comportamiento individuales, pero al mismo tiempo típicos. Al toparse con las restricciones y las posibilidades de las categorías de género, los/as niños/as (y las personas adultas) improvisan, imitan, crean y, de ese modo, desarrollan procedimientos diferenciados. "Con el tiempo, los procedimientos, especialmente si tienen éxito, quedan establecidos, se consolidan como patrones específicos de feminidad o masculinidad" (Connell 2002, p. 82). Las preferencias, las reglas y las prácticas en lo deportivo se asignan del mismo modo en el proceso de socialización, en el "autoaprendizaje en y a través de las prácticas sociales". La socialización en el deporte y en la actividad física puede ser descrita e interpretada como proyectos (diferenciados según el sexo) influenciados por diversos factores y procedimientos, así como por personas e instituciones, entre los que se encuentran la familia y la escuela.

Varios estudios indican que la práctica deportiva se "hereda" socialmente y que los padres ejercen una influencia decisiva en el interés de sus hijos/as en lo referente a deportes y juegos. Proporcionan los juguetes (específicos para cada sexo); balones para los hijos y muñecas Barbie para las hijas, por ejemplo. Actualmente, existe una industria inmensa que consigue adoctrinar a las chicas para que pidan vestidos de color rosa y princesas Disney. Los padres apoyan el comportamiento "apropiado", apuntando a sus hijos a fútbol y a sus hijas a ballet. Además, los propios padres y madres sirven de modelo de los roles masculino y femenino.

El deporte y los juegos son proyectos importantes en los grupos de iguales; jugar juntos y competir entre ellos refuerza sus relaciones y les enseña a competir y a cooperar. Las habilidades deportivas les proporcionan prestigio ante sus semejantes y popularidad en las subculturas basadas en deportes masculinos, como el *street ball* (o



baloncesto urbano) o el mundillo del monopatín. Las chicas tienden a jugar (y a hablar por teléfono) con sus mejores amigas. Para ellas, la ropa de moda y tener buen aspecto cuentan más que las habilidades deportivas. Las relaciones entre iguales contribuyen de forma decisiva a la construcción de culturas deportivas diferenciadas por género.

La educación física (EF) en la escuela debería ser un ingrediente importante en los "proyectos deportivos" de los/as niños/as y jóvenes. En muchos países, la EF es una asignatura obligatoria en todas las escuelas, y los/as niños/as de entornos de clase obrera y/o inmigrantes deben participar. Sin embargo, la EF parece beneficiar especialmente a los/as estudiantes con una complexión atlética, mientras que el alumnado que no muestra interés por las actividades deportivas y menos habilidoso suele ser marginado.

Una investigación cualitativa llevada a cabo en un instituto de enseñanza secundaria danés puso de manifiesto, por ejemplo, que las clases de educación física mixtas consistían principalmente en juegos con pelota que resultaban atractivos para los chicos, mientras que la mayoría de las chicas se mostraba incapaz o renuente a tomar parte. Como consecuencia, las chicas participan con menos intensidad en la educación física, evitan el esfuerzo excesivo

y la competición física o incluso se niegan a participar en modo alguno (Jørgensen 2006; Nielsen y Pfister 2010, en imprenta). Existen otros muchos estudios que muestran que el profesorado trata de forma distinta a alumnos y alumnas, que estos se comportan de forma diferente y que aprenden habilidades distintas incluso en países en los que el programa de EF no se halla diferenciado por cuestión de género.

Para gran parte de la población, el deporte es "deporte mediático" y los medios de comunicación de masas difunden en todo el mundo mensajes similares sobre los roles de la mujer y el hombre en el mundo del deporte. El reportaje deportivo suele centrarse en el deporte masculino e ignora en gran medida a las atletas femeninas y los esfuerzos deportivos de la mujer. El deporte, especialmente el que aparece en los medios de comunicación, "forma el cuerpo del hombre para ser fuerte y el de la mujer para ser sexy" (Lorber 1994, p. 43).

Los medios de comunicación proporcionan a chicos y chicas modelos de comportamiento a imitar, tanto en deporte como en todo lo demás. La potencia y la fuerza, la toma de riesgos y el contacto corporal agresivo son ámbitos masculinos, mientras que la feminidad se relaciona principalmente con la gracilidad y el atractivo.



Así, las chicas aprenden que no se espera de ellas que sean atléticas, y subestiman sus aptitudes deportivas (véase Pfister 1996, p. 51). Mientras que los chicos valoran sus cuerpos desde un punto de vista más funcional (sin embargo, esto está cambiando), el cuerpo femenino es un medio de atracción social y sexual. Por consiguiente, el modelado estético del cuerpo es de suma importancia para la mujer, sea joven o adulta. Debido a la discrepancia entre los ideales y la realidad, la mujer siente con frecuencia una "carencia" con respecto a su propio cuerpo. El embellecimiento y los diversos "proyectos corporales", desde el maquillaje y las dietas al modelado corporal, se convierten así en una parte importante de la vida diaria de la mujer (ver también, Degele 2004).

El deporte se incluye y se manifiesta en el *habitus* (según Bourdieu 1984); genera distinción de género, y tiene que ajustarse a las "preferencias" del individuo lo mismo que a su estilo de vida. Las prácticas deportivas están tejidas inseparablemente con otras líneas vitales y contribuyen a conformar las biografías de hombres y mujeres. El deporte es parte de la "distinción de género" y está integrado en los proyectos de género de los individuos, lo cual sustenta, una vez más, a las culturas deportivas diferenciadas por género.

Sin embargo, los discursos y las prácticas deportivas cambian constantemente, y tales cambios afectan también a la actividad deportiva de los adolescentes. La propagación de los videojuegos puede dar lugar a un descenso de la actividad física entre los chicos, mientras que la creciente popularidad del fútbol entre las chicas puede incitarlas a adoptar un estilo de vida físicamente más activo.

Oportunidades y obstáculos

La participación en el deporte depende en gran medida del entorno y de las oportunidades de ser físicamente activo.

La OMS destaca una serie de causas de la inactividad física entre las mujeres: "La mujer suele tener menos ingresos que el hombre, lo que puede representar un obstáculo para acceder a la actividad física (AF). La carga laboral de la mujer en el hogar puede limitar su tiempo libre y, por lo tanto, las AF. La mujer puede sufrir limitaciones de movilidad para desplazarse a instalaciones de AF. Las expectativas culturales pueden restringir su participación en algunas AF."¹³ Tales obstáculos tienen un impacto también en las oportunidades de las chicas a la hora de participar en el deporte y de hacer ejercicio.

Incluso la población europea revela una amplia diferencia de oportunidades en el acceso a la práctica deportiva o la actividad física. Mientras que en los países escandinavos más del 80% de los encuestados coinciden en que la zona en la que viven ofrece muchas oportunidades para ser físicamente activo, menos del 50% de los encuestados en Portugal pudieron decir lo mismo. De modo parecido, las respuestas en lo concerniente a la existencia de centros o clubes deportivos en el vecindario evidenciaron diferencias "Norte-Sur".¹⁴ De las observaciones de la OMS anteriormente mencionadas, se puede deducir que la carencia de un entorno deportivo amigable afecta en mayor grado a chicas y mujeres adultas que a la población masculina.

Según las estadísticas de que disponemos, los clubes deportivos muestran unos índices de abandono mucho mayores entre las chicas que entre los chicos. Esto plantea el interrogante de si la falta de atractivo de las actividades deportivas contribuye a mermar el interés de las chicas por el deporte. Lo mismo sucede en el caso de la oferta de actividades deportivas y físicas procedente de otros servicios deportivos, como los parroquiales o los municipales. A menudo, deportes como el *street ball* se utilizan como medio de resolución de problemas en grupos violentos de niños y jóvenes. Las chicas, al no causar problemas visibles, suelen ser ignoradas.

Ciudades Educadoras: ¿qué puede hacerse?

Existen numerosas posibilidades de influir en los patrones de actividad física de las chicas (y también de los chicos). Algunas de tales intervenciones requieren recursos financieros y humanos. Por otro lado, el deporte para hombres



-por ejemplo, la construcción y mantenimiento de estadios de fútbol o la organización de encuentros deportivos- cuesta enormes sumas de dinero y de recursos (ipolicía, seguridad!), y nadie se queja. Parte de ese dinero podría, y debería, invertirse en actividades físicas para chicas y en "deporte para todos" para el conjunto de la población. En muchas ciudades, esto puede ser ya una realidad.

Las estrategias de intervención pueden incluir:

- Información sobre posibilidades de realizar actividades físicas y sus beneficios en lugares en los que se concentra la gente (escuelas, lugares de trabajo, centros comerciales, consultas médicas).
- Creación de un entorno amable, que ofrezca oportunidades libres de riesgos para ir a correr, hacer senderismo, ir en bicicleta o jugar a la pelota. Los parques infantiles pueden convertirse en "espacios deportivos". Si no se dispone de espacios, se pueden cerrar las calles al tráfico durante los fines de semana.
- Fomento de la integración de la actividad física en la vida cotidiana; por ejemplo, como medios de transporte. Campañas como "pedaleando a trabajar" - we cycle to work- podrían ser un estímulo.
- Creación de instalaciones deportivas a poca distancia de las áreas residenciales (las investigaciones muestran que las instalaciones deportivas se utilizan si se puede llegar a ellas caminando).
- Proporcionar seguridad y facilidad de acceso a instalaciones y actividades deportivas ya existentes (por ejemplo, iluminación en las calles).
- Creación de "grupos deportivos" que se reúnan con regularidad, vayan juntos al gimnasio o a la zona deportiva, se telefoneen para quedar, etc.
- Organización de eventos deportivos "para todos", como caminatas vespertinas, ratos de footing, patinaje nocturno, o carreras de relevos, en las que los miembros de clubes deportivos, alumnado de las escuelas, o empleados de una fábrica u oficina compiten aportando, como mínimo, igual número de participantes femeninos que masculinos.
- Adaptación de las instalaciones deportivas a las necesidades y los gustos de la mujer (por ejemplo, duchas separadas si mujeres musulmanas, jóvenes o adultas, realizan actividades en el lugar).
- Promoción de actividades físicas inclusivas y "orientadas a las chicas", como saltar a la comba, patinaje, escalada en rocódromos, lo que permite la participación de grupos más grandes con diferentes aptitudes.
- Creación de incentivos para los servicios deportivos existentes por la captación de miembros femeninos.
- Información sobre los obstáculos y las oportunidades para ser físicamente activo y formación de padres y madres, profesorado, servicios deportivos, etc. en lo referente a los beneficios de un estilo de vida activo.
- Cambios en el plan de estudios de EF y en la formación del profesorado de EF con el objeto de facilitar la participación de las chicas en los diversos deportes y actividades físicas (incluso en aquellos etiquetados como deportes masculinos).
- Disponibilidad de patios de escuela y de gimnasios para actividades físicas, juegos, patinaje, montar en bicicleta, etc. fuera del horario escolar.
- Organización de cursillos, actividades y/o eventos para chicas, como patinaje nocturno, *street ball* o carreras femeninas, por ejemplo.
- Campañas - competiciones entre escuelas, por ejemplo- en favor de mejores programas deportivos para chicas, o entre clubes con el mayor número de participantes femeninas en una carrera de 10 km.
- Promoción de las estrellas deportivas femeninas y/o de mujeres de forma que sirvan de referencia a chicas y mujeres.

Soy consciente de que muchos municipios ya se encargan de promocionar el deporte y la actividad física entre las mujeres, y que ya se están llevando a cabo estas "buenas prácticas" u otras totalmente distintas. También soy consciente de que mis análisis y propuestas no abarcan la diversidad de chicas y mujeres del mundo entero, sino que están sumamente influidos por mi punto de vista occidental. Pero espero que este artículo sirva como punto de partida para incrementar esfuerzos y combinar dinámicas que sirvan para mejorar la igualdad de género, tanto en el deporte como en otras áreas de la vida. ●

Bibliografía

- Anders, G.: *Die Antiquiertheit des Menschen: Über die Seele im Zeitalter der zweiten industriellen Revolution*. Múnich: Beck 1956.
- Bilden, H.: *Geschlechtsspezifische Sozialisation*. En: 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.
- Connell, R.: *Gender*. Cambridge: Polity 2002.
- Degele, N.: *Sich schön machen: Zur Soziologie von Geschlecht und Schönheitshandeln*. Wiesbaden: VS Verlag 2004.
- Dworkin, S. y Wachs, F.: *Body Panic: Gender, Health, and the Selling of Fitness*. Nueva York: New York University Press 2009.
- European Commission (2006): *Eurobarometer: Health and food*. Bruselas. Disponible online: http://ec.europa.eu/health/ph_publication/eb_food_en.pdf, [fecha de consulta 24.11.2009]
- European Heart Network (ed.): *Children and Young People - the Importance of Physical Activity*. Brussels 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*. Nueva York: W.W. Norton & Company 2005.
- Lorber, J.: *Paradoxes of gender*. New Haven, Londres: Yale University Press 1994.
- Naul, R. y Brettschneider, W.-D. (2005). *Young people's lifestyles and sedentariness in Europe*. *Acta Universitatis Carolinae Kinanthropologica*, 41 (2005), 2, 25-34.
- Pfister, G. y Fasting, K.: *Geschlechterkonstruktionen auf dem Fussballplatz : Aussagen von Fußballspielerinnen zu Männlichkeits- und Weiblichkeitskonzepten*. En: Jütting, D. (Ed.): *Die lokal-globale Fußballkultur : wissenschaftlich beobachtet*. Münster: Waxmann 2004, 137-152.
- Pfister, G.: *Appropriation of the Environment, Motor Experiences and*



Caxias do Sul (Brasil)

- Sporting Activities of Girls and Women. En: *International Review for Sociology of Sport* 28 (1993), 159-173.
- Pfister, G.: Doing Sport ist Doing Gender. En: Farrokhzad, S. and Nikodem, C.: *Arenen der Weiblichkeit : Frauen, Körper, Sport*. Köln: 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. En: 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. En: Benn, T., Pfister, G. Jawad, H. (Eds.): *Muslim Women and Sport*. Londres: Routledge 2010, de próxima aparición.
 - Pfister, G.: Zwischen neuen Freiheiten und alten Zwängen. Körper- und Bewegungskultur von Mädchen und Frauen. En: Flade, A. y Kustor, B. (Eds.): *Raus aus dem Haus. Mädchen erobern die Stadt*. Frankfurt/ Nueva York: Campus 1996, 45-66
 - Pilgaard, M.: *Danskernes motions- og sportsvaner 2007 - nøgletal og tendenser*, København: Idrættens Analyseinstitut 2008.
 - Raudsepp, L. y Viira, R.: Influence of Parents' and Siblings' Physical Activity on Activity Levels of Adolescents. En: *European Journal of Physical Education* 5 (2000), 169-178.
 - Ringgaard, L. W. y Nielsen, G. A. *Fysisk aktivitet i dagligdagen blandt 16-20-årige i Danmark*, København: Kræftens Bekæmpelse & Sundhedsstyrelsen 2004.
 - Sallis, J. F., Prochaska, J. y Taylor, W.: A review of correlates of physical activity of children and adolescents. En: *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. En: *European Journal of Public Health* 18 (2008), 25-30.
 - Sundhedsstyrelsen: *Fysisk Aktivitet og Evidens - Livsstilssygdomme, folkesygdomme og risikofaktorer mv*. København: Sundhedsstyrelsen 2006.
 - Vilhjalmsen, R. y Kristjansdottir, G.: Gender differences in physical activity in older children and adolescents: the central role of organized sport'. En: *Social Science & Medicine* 56 (2003), 363-374.
 - With-Nielsen, N. y Pfister, G.: Gender constructions and negotiations in PE - case studies. *Sport, Education and Society*, 2010, en imprenta.

1. Naul, R. and Hoffmann, D.: *Healthy Children in Sound Communities: a Euregional community setting project*. http://www.wgi.de/media/Pdf/HealthyChildreninSoundCommunity-pic_47434.pdf; Consultar también Sallis et al. 2000; Vilhjalmsen and Kristjansdottir, 2003; Ringgaard y 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. El HBSC se inició en 1982; la primera encuesta transnacional en cinco países se llevó a cabo en 1983/84; consultar www.hbsc.org.

5. Desde la última encuesta en 2002, el porcentaje de niños activos ha disminuido. Los datos del HBSC ofrecen información sobre tendencias, pero debe interpretarse con cautela. Las condiciones específicas de cada país pueden no haberse considerado del modo más conveniente.

6. Una panorámica de la salud de la juventud en Europa [A snapshot of the health of young people in Europe], informe preparado por la Conferencia sobre Salud de los Jóvenes de la Comisión Europea [European Commission Conference on Youth Health], Bruselas, Bélgica, 9-10 de julio de 2009.

<http://94.23.50.42/youth/documents/A%20snapshot%20of%20the%20health%20of%20young%20people%20in%20Europe.pdf>; consultar también Comisión Europea 2006.

7. <http://www.womeninsportconference.com/homepage.asp>.

8. Encuesta Mundial de salud escolar [Global school-based student health survey (GSHS)], iniciada por la OMS y realizada en numerosos países, muestra los mismos patrones de actividad física diferenciados por género. <http://www.cdc.gov/GSHS/de>.

9. Skolebørns deltagelse i 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> Encuesta MULD.

11. Existe abundante literatura, consultar, por ejemplo, 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. Eurobarómetro de "Actividad Física" [Eurobarometer "Physical Activity"]; http://ec.europa.eu/public_opinion/archives/ebs/ebs_183_6_en.pdf