



**XIII CONGRESO INTERNACIONAL DE LA ASOCIACIÓN ESPAÑOLA DE INVESTIGACIÓN
SOCIAL APLICADA AL DEPORTE (AEISAD)
Valencia, 25-27 de Septiembre, 2014**

TÍTULO: LAS CARRERAS POPULARES COMO FENÓMENO SOCIAL

AUTORES: Celia Marcén Muñío^a, Vanessa Bataller Cervero^a, Eduardo Piedrafita Trigo^a y Héctor Gutiérrez Pablo^a.

(a) Grado en Ciencias de la Actividad Física y el Deporte. Universidad San Jorge (Zaragoza).

ÁREA TEMÁTICA: Sociedad y Deporte

RESUMEN

La cada vez mayor participación en las carreras populares, que han visto crecer casi exponencialmente tanto el número de eventos como en el de participantes, nos hace plantearnos dos preguntas clave para comprender mejor este fenómeno deportivo social: ¿quiénes corren carreras populares? y, ¿por qué lo hacen? Dada la heterogeneidad de participantes en cuanto a edad, sexo, nivel socioeconómico, nivel de condición física previa, preparación para las carreras, y formas de práctica, este estudio pretende valorar los diferentes perfiles de corredores y corredoras populares de asfalto y de carreras por montaña, y sus hábitos de práctica así como el estilo de vida asociado.

Para ello, se diseñó una encuesta online, dirigida a los *runners* de las carreras más numerosas de cada distancia en la Comunidad Aragonesa (10k La Caixa, Media Maratón de Zaragoza, Trail Riglos y Trail Boca del Infierno; todas ellas en su edición 2014), con apartados de respuesta cerrada y apartados de respuesta abierta que ayuden a definir estos perfiles y contestar a las preguntas de investigación.

Los resultados mostrarán una fotografía estática de las carreras populares desde el punto de vista deportivo, de salud y social, descritos desde las percepciones de los propios participantes (mediante análisis de contenido interjueces de las respuestas obtenidas en la parte cualitativa).

PALABRAS CLAVE:

Participación Estilos de vida Perfil del corredor Motivos



**XIII CONGRESO INTERNACIONAL DE LA ASOCIACIÓN ESPAÑOLA DE INVESTIGACIÓN
SOCIAL APLICADA AL DEPORTE (AEISAD)
Valencia, 25-27 de Septiembre, 2014**

ABSTRACT

Popular participation in running races is increasing, both in number of events and participants, so it begs two key questions to better understand this social sports phenomenon: who run asphalt races? and why do they do it?

Given the heterogeneity of participants in terms of age, sex, socioeconomic status, level of prior physical condition, training, and practice styles, this study aims to assess the different profiles of popular runners and their sport habits and the associated lifestyle.

To accomplish this objectives, an online survey was designed, aimed at runners of the long distance races in Aragon (10K La Caixa, Zaragoza's Half Marathon, Trail Riglos and Trail Boca del Infierno; all of them 2014 edition), with closed and open response sections to help defining these profiles and to answer to the research questions.

Results show a *picture* of the popular races from the physical activity point of view, health and social perspective, described from the perceptions of the participants (interjudge content analysis of the responses in the qualitative part).

KEYWORDS:

Participation Life styles Profile Runners

INTRODUCCIÓN

Las últimas décadas han supuesto una expansión del fenómeno deportivo, con un incremento de la población que practica deporte habitualmente, así como de la cantidad de modalidades, de los tipos de práctica, y la incorporación del deporte como parte de la identidad y del estilo de vida de muchas personas. Esto conlleva implicaciones deportivas, pero también de salud, sociales y económicas.

Aún teniendo en cuenta este proceso de democratización deportiva, sigue constatándose en los diferentes estudios la existencia de desigualdades en la práctica y que, aunque pareciera que el acceso a las actividades físico-deportivas surgido de la proliferación de instalaciones y programas supone que todo el que quiera practicar deporte, puede hacerlo, la realidad de los datos es que las diferencias apuntan hacia el nivel educativo, la edad y el género (Federico, 2013; Widdop, O, 2013; Lamper, Mensik y Muters, 2012;



**XIII CONGRESO INTERNACIONAL DE LA ASOCIACIÓN ESPAÑOLA DE INVESTIGACIÓN
SOCIAL APLICADA AL DEPORTE (AEISAD)
Valencia, 25-27 de Septiembre, 2014**

Cheah, 2011; Fogelman, Bloch y Kahan, 2004; Cauley, Donfield, Laporte y Warhafting, 1991) como factores que median en la participación deportiva. Otros estudios añaden como factores explicativos de las desigualdades socioeconómicas en esta participación la ocupación y el nivel de ingreso (Chatton y Kayser, 2013; Federico, 2013), la autopercepción del estado de salud individual y familiar (Chatton y Kayser, 2013; Cheah, 2011) o el vecindario como lugar seguro y fácil acceso a recursos deportivos (Kamphis et al., 2008). Varios autores encontraron una relación entre el nivel socioeconómico y el tipo de práctica o consumo deportivo (Widdop y Cutts, 2013; Lampert et al., 2012; Cauley et al., 1991), siendo las clases más favorecidas más practicantes en ambos géneros de deporte y las menos favorecidas de actividades físicas no deportivas, en una dinámica social de diferenciación o de la práctica deportiva como capital cultural (Stempel, 2005; Wilson, 2002).

En España, la Encuesta sobre los Hábitos Deportivos en España 2010 (García Ferrando y Llopis, 2011) destaca las tendencias hacia una práctica cada vez más alejada de los modelos deportivos tradicionales, o sentido restringido del deporte (competitivo e institucionalizado), primando la práctica “libre”, siendo un 75% de los practicantes de deporte los que practican de manera autónoma. Las diferencias de género se mantienen y se ha incrementado la práctica de los mayores de 55 años, pero sigue existiendo un alto porcentaje de población que no realiza actividad física (García Ferrando, y Llopis, 2011).

Una de las modalidades que ha tenido una mayor expansión (en número de participantes pero sobre todo en el número de eventos programados) es la carrera a pie, el “running” tomado del inglés, que ha pasado de definir a los corredores de rendimiento en modalidades de medio fondo y fondo, a todo tipo de personas que buscan en la carrera una forma de hacer ejercicio, ocupar el tiempo de ocio, mejorar o mantener la salud (Shipway y Holloway, 2010), reunirse con amigos o superarse, entre otros muchos motivos. Práctica, pues, en la que se entremezclan los corredores provenientes de los clubes de atletismo (incluso del alto rendimiento) y deportes afines con novatos que se marcan una carrera como reto, o con quienes habiendo dejado la práctica de otros deportes, eligen la carrera como forma de mantenerse en forma. La carrera forma parte de la identidad y realización social de muchos corredores (Shipway, Holloway y Jones, 2013; Lutz, 1991), en clara paradoja entre lo individual y lo social. La carrera parece reflejar patrones similares de práctica con el conjunto de actividades físico-deportivas en lo que respecta al género (corren asiduamente más hombres que mujeres-Lance y Antshel, 1981) pero no así en cuanto al nivel de estudios. También el estatus familiar podría tener relación, no tanto con la motivación para



**XIII CONGRESO INTERNACIONAL DE LA ASOCIACIÓN ESPAÑOLA DE INVESTIGACIÓN
SOCIAL APLICADA AL DEPORTE (AEISAD)
Valencia, 25-27 de Septiembre, 2014**

iniciarse en las carreras de larga distancia pero sí en el compromiso a largo plazo, es decir, en la permanencia de la práctica (Goodsell, Harris y Bailey, 2013).

En España en 2010, aquellos que manifestaban practicar la carrera a pie de todos los que practicaban deporte suponían un 12.9% y un 5.6% de la población total, lo que equivale alrededor de 2,5 millones de corredores. Estudiando esta heterogeneidad, Llopis y Llopis (2012) proponen una clasificación de los corredores populares, partiendo de una investigación cualitativa, que define cuatro perfiles o *tipos ideales*: solitarios hedonistas, individualistas competitivos, rodadores sociales y grupalistas disciplinados. Esta clasificación atiende a la relación entre tensiones grupales y estructurales de Douglas (1996 en Llopis y Llopis, 2012: 10) y como modo de expresión controlada de las emociones.

Entre los motivos para correr, Llopis y Llopis (2006) encuentran la satisfacción derivada de la interacción social y de la búsqueda del resultado, destacando la influencia de la pertenencia a un club de atletismo y estar asesorado por un entrenador. En un revisión sobre los motivos para participar en carreras de resistencia y en maratones, estos autores describen una interacción entre diferentes motivos para iniciarse (influencia de la familia o los amigos, mantenerse en forma, perder peso, etc.) y mantenerse en la práctica (donde influyen factores de entrenamiento y sensaciones positivas que se obtienen al correr). Martínez y Martínez Caro (2004), aplicando la escala MODE de Luna (2001), encuentran en corredores de la X Media Maratón Ciudad de Cartagena, que los motivos son realizar ejercicio físico, el reto y la superación personal, necesidad personal y ocio, siendo éstos diferentes y, por lo tanto, específicos respecto a los usuarios de un centro deportivo.

Dada la heterogeneidad de participantes en cuanto a edad, sexo, nivel socioeconómico, nivel de condición física previa, preparación para las carreras, y formas de práctica, este estudio pretende valorar los diferentes perfiles de corredores y corredoras participantes en carreras populares de asfalto y montaña, y sus hábitos de práctica así como el estilo de vida asociado.



**XIII CONGRESO INTERNACIONAL DE LA ASOCIACIÓN ESPAÑOLA DE INVESTIGACIÓN
SOCIAL APLICADA AL DEPORTE (AEISAD)
Valencia, 25-27 de Septiembre, 2014**

MÉTODO

Participantes

Los participantes en este estudio han sido 1378 corredores (28.44% mujeres y 71.56% hombres), que han participado en las carreras 10K La Caixa 2014 (750 corredores), Media Maratón de Zaragoza 2014 (443 corredores) y carreras por montaña (127 corredores) así como 58 corredores que no especificaron la prueba en la que participaron.

Instrumentos

Para cumplir con los objetivos establecidos, se diseñó una encuesta *on line*, de datos personales, socioeconómicos y de hábitos deportivos. La posición social fue valorada a través de la Escala de Dos Factores de Hollingshead (Hollingshead, 1957) en su versión española experimental (Del Barrio, 1987), obtenida directamente de la autora. La encuesta tenía preguntas de respuesta cerrada y preguntas de respuesta abierta, para conocer la realidad de los participantes desde su propia perspectiva.

Procedimiento

La encuesta fue facilitada a través de una página web a la que se accedía mediante un enlace en el e-mail de confirmación de inscripción a la carrera, para lo cual se contó con la colaboración de la empresa pública Zaragoza Deporte Municipal y con la Federación Aragonesa de Montañismo, quienes gestionan las inscripciones los eventos evaluados. Además desde ambas instituciones se informó a los usuarios de los objetivos de la investigación así como la voluntariedad de participar en la misma.

Análisis de datos

Los datos estadísticos fueron analizados mediante el programa estadístico SPSS en su versión 21.00, realizando un análisis descriptivo de los datos obtenidos mediante encuesta *on line*.

El análisis de contenido de las respuestas abiertas se realizó identificando las unidades de contenido y desglosando las respuestas en tantos ítems como unidades de contenido tenía su respuesta (Tesch, 1990). Se registró la frecuencia de cada uno de los ítems, participando en el análisis tres licenciados en Ciencias de la Actividad Física y el Deporte con experiencia en este tipo de estudios, con el método de consenso interjueces (Glaser y Strauss, 1967; López-Aranguren, 2001).



**XIII CONGRESO INTERNACIONAL DE LA ASOCIACIÓN ESPAÑOLA DE INVESTIGACIÓN
SOCIAL APLICADA AL DEPORTE (AEISAD)
Valencia, 25-27 de Septiembre, 2014**

RESULTADOS

Entre los participantes que contestaron la encuesta, la mayoría se encuentran en el rango de edad de 36-50 años (55.8%), tanto en hombres como en mujeres, seguida de la de 26-35 años (27%).

En lo que respecta a la situación familiar, la más frecuente es en pareja con hijos (50.87%), siendo más frecuente entre los hombres (53.4%), que entre las mujeres (44.5%). La categoría menos representada es la de “solo/a con hijos” que supone un 5.37% entre las mujeres y un 2.84% en los hombres.

Por lugar de residencia, las y los corredores son mayoritariamente procedentes de ámbito urbano (según la clasificación del Instituto Nacional de Estadística), suponiendo un 91.37%. Los residentes en el ámbito rural intermedio suponen un 6.2% y los del ámbito rural un 2.43%.

El mejor resultado deportivo fue tabulado en función del criterio experto (tres especialistas en entrenamiento deportivo), siendo el nivel medio (53.71%) el más frecuente; siguen por porcentaje el nivel bajo (28%), nivel alto (10.2%), muy bajo (5.7%) y muy alto (2.3%). Por sexo, hay una diferencia entre los hombres cuyo porcentaje en nivel medio se eleva al 56.5% (por un 46% de las mujeres) y el nivel bajo (que asciende al 32.3% en las mujeres por el 26.5% de los hombres). Igualmente en las dos categorías de mayor y menos nivel, se dan diferencias por sexo, teniendo más representación en ambas las mujeres.

La posición social, medida a través de la Escala de Hollingshead, que toma en cuenta y pondera el nivel académico y laboral, muestra que los corredores que respondieron a la encuesta pertenecen a las clases medias, siendo la clase media-alta la más representada (29%), seguida muy de cerca por la clase media-media (22.7%) y la media-baja (22.5%). La clase alta estaría representada por un 14.3%, mientras la baja supone un 11.5%. Por sexos, la distribución es similar para las posiciones alta, medio-medio y medio-bajo y existen diferencias en la media-media, siendo más numerosa en los hombres (2% más) y sobre todo en la baja (4.6% menor en las mujeres que en los hombres).

142 participantes manifestaron tener algún tipo de enfermedad crónica (10.25%), entre las que se encuentran enfermedades metabólicas, reumáticas, pacientes en recuperación de cáncer, asmáticos, etc.

Dos tercios de los participantes entrenan solos, mientras un tercio lo hace en grupo. Sin embargo, en el caso de las mujeres, algo más de la mitad entrenan en grupo, mientras sólo un 24.4% de los hombres lo hace. Existen igualmente diferencias de género entre quienes optan por entrenar



XIII CONGRESO INTERNACIONAL DE LA ASOCIACIÓN ESPAÑOLA DE INVESTIGACIÓN SOCIAL APLICADA AL DEPORTE (AEISAD)
Valencia, 25-27 de Septiembre, 2014

bajo la dirección de un entrenador (13.1% de hombres y 42.1% de las mujeres), siendo en el total de un 78.7% quienes optan por entrenar sin entrenador.

Mayoritariamente no están federados, siendo únicamente uno de cada diez corredores quienes tienen una licencia federativa y siendo mayor este porcentaje en los hombres (11.25%) que en las mujeres (6.11%).

Para una cuarta parte (26.6%), el *running* es su primera actividad deportiva. También en este sentido, existen diferencias de género, puesto que un 65.4% de las mujeres ya practicaba otros deportes antes de comenzar a correr, mientras que el 76.6% de los hombres lo hacía.

El análisis de contenido de las respuestas a la pregunta “¿por qué corres?” dio como resultado la identificación de 37 unidades de contenido muy variadas y heterogéneas, entre las que destacan, por frecuencia de respuestas el hecho de correr por gusto (26.31%), sentirse bien física (26.31%) o psicológicamente (25.04%), estar en forma (23.34%), sentirse bien emocionalmente (19.66%), por salud (14.14%), como reto o superación personal (14%), por disfrute o diversión (12.87%), por distracción, entretenimiento o evasión (9.19%), por hacer ejercicio (8.49%) o hacerlo en la naturaleza o al aire libre (6.22%).

En cuanto a los motivos para comenzar a correr (en respuesta a la pregunta ¿por qué empezaste a correr?), el análisis de contenido de los expertos resultó en 43 unidades de contenido, entre las que aparecen destacadas el control del peso (16.92%), la motivación externa proveniente de otra persona o grupo de personas (15.38%), estar en forma (14.36%), hacer deporte o estar activo (12.31%), practicidad o comodidad de la práctica (10.26%), como alternativa al deporte que practicaba (9.23%), mejorar mi estado de salud (4.62%) o dejar de fumar (4.10%). El comienzo en las carreras por un afán competitivo o de mejora del rendimiento lo manifiestan únicamente un 3.59%, con el mismo porcentaje que aquellos que comenzaron como terapia de una enfermedad.

Además de la carrera, los participantes emplean su tiempo libre (¿además de correr, qué otras actividades (deportivas o no) realizas en tu tiempo libre?) en practicar otros deportes como el ciclismo (f=403), nadar (f=195), actividades dirigidas en gimnasio (f=190) o musculación (f=144), senderismo o travesía (f= 128), pádel (f=121), pasear (f=115), esquí (f=91), fútbol (f=74), tenis (f=41) o deportes de montaña (f=41). Entre las actividades culturales a las que dedican tiempo libre están la lectura (f=285), el cine (f=160), escuchar música (f=60), realizar estudios complementarios (f=55),



**XIII CONGRESO INTERNACIONAL DE LA ASOCIACIÓN ESPAÑOLA DE INVESTIGACIÓN
SOCIAL APLICADA AL DEPORTE (AEISAD)
Valencia, 25-27 de Septiembre, 2014**

entre otras. Hacer vida social es relevante de una forma menos representativa (f=112) y el pasar tiempo con la familia (f=73), con los hijos (f=68) o con la pareja (f=15) en menor proporción.

DISCUSIÓN

Las carreras populares se muestran en este estudio como un crisol donde convergen muy diversos motivos, perfiles e intereses y que parece ocupar una posición relevante en la vida de muchos practicantes; sería interesante, en este sentido, ahondar mediante metodologías cualitativas en la subcultura del corredor popular, sus significados, y contradicciones.

Sin embargo, el objetivo de este estudio fue, en una fase preliminar, efectuar, a modo de “escáner” una fotografía de las carreras populares como fenómeno social, con la intención de obtener unos datos que nos permitan identificar las variables más relevantes para continuar profundizando en el conocimiento del mundo popular deportivo.

Como en estudios previos, se ha encontrado una práctica diferenciada por edad, género y clase social (Widdop y Cutts, 2013; Federico, 2013; Widdop, O, 2013; Chatton y Kayser, 2013; Lamper, Mensik y Muters, 2012; Cheah, 2011).

En cuanto a los motivos para correr, y en contradicción con Llopis y Llopis (2006), los resultados apuntan a que se empieza a correr por motivaciones externas o de salud física mientras que el mantenimiento de la práctica se consolida por motivos de salud física, psicológica y emocional. Sin embargo, puesto que la herramienta utilizada ha sido una encuesta y que el análisis en esta fase del proyecto es meramente descriptivo, se ha de ser cauteloso con las conclusiones y lo que procedería sería diseñar, con los ítems o unidades de contenido obtenidas por los expertos, una escala en la que valorar de forma más precisa, cuantificable y comparable, los aspectos a los que hace referencia este estudio.

Por otra parte, la variedad de perfiles, de modelos de práctica y estilos de vida, requieren de métodos cualitativos como entrevistas en profundidad y *focus group* para comprender mejor el fenómeno.

Finalmente los resultados nos llevan a pensar a la necesidad utilizar métodos estadísticos complejos para analizar la “telaraña” de relaciones y asociaciones entre las variables estudiadas.



**XIII CONGRESO INTERNACIONAL DE LA ASOCIACIÓN ESPAÑOLA DE INVESTIGACIÓN
SOCIAL APLICADA AL DEPORTE (AEISAD)
Valencia, 25-27 de Septiembre, 2014**

REFERENCIAS

- Cauley, J.A., Donfield, S.M, Laporte, R.E, Warhafting, N.E. (1991). Physical-activity by socioeconomic status in 2 population based cohorts. *Medicine and Science in Sports and Exercise*, 23(3), 343-352.
- Chatton, A. y Kayser, B. (2013). Self-reported health, physical activity and socioeconomic status of middle-age and elderly participants in a popular road running race in Switzerland: better off than the general population? *Swiss Medical Weekly*, 143, 1-9.
- Cheah, Y.K. (2011). Influence of socio-demographic factors on physical activity participation in a sample of adults in Penang, Malaysia. *Malaysian Journal of Nutrition*, 17(3), 385-391.
- Goodsell, T.L., Harris, B.D. y Bailey, B.W. (2013). Family status and motivations to run: a qualitative study of Marathon runners. *Leisure Sciences*, 35(4), 337-352.
- Kamphis, CBM, Van Lenthe, F.J., Giskes, K., Huisman, M, Brug, J. y Macenback, J.P. (2008). Socioeconomic status, environmental and individual factors, and sports participation. *Medicine and Science in Sports and Exercise*, 40(1), 71-81.
- Federico, B. (2013). Socioeconomic differences in sport and physical activity among Italian adults. *Journal of Sport Sciences*, 31(4), 451-458.
- Fogelman, Y., Bloch, B., Kahan, E. (2004). Assessment of participation in physical activities and relationship to socioeconomic and health factors- the controversial value of self-perception. *Patient Education and Counseling*, 53(1), 95-99.
- García Ferrando, M. y Llopis, R. (2011). *Ideal democrático y bienestar personal. Encuesta sobre los hábitos deportivos en España 2010*. Madrid: Consejo Superior de Deportes y Centro de Investigaciones Sociológicas.
- Glaser, B.G. y Strauss A.L. 1967. *The Discovery of Grounded Theory: Strategies for Qualitative Research*. Chicago: Aldine.



**XIII CONGRESO INTERNACIONAL DE LA ASOCIACIÓN ESPAÑOLA DE INVESTIGACIÓN
SOCIAL APLICADA AL DEPORTE (AEISAD)
Valencia, 25-27 de Septiembre, 2014**

- Hollingshead, A.A. (1975). Five factor index of social position. Unpublished manuscript. New Haven, CT: Yale University.
- Lampert, T., Mensik, GBM., Muters, S. (2012). Physical and sporting activity among adults in Germany. Results from the “German Health Update 2009” survey. *Bundensgesundheitsblatt Gesundheitsforschung Gesundheitschutz* 55(1), 102-110.
- Lance, L. y Antshel, D. (1981). Social factors associated with adoption of running as a sport innovation. *International Review for the Sociology of Sport*, 16(1), 79-86.
- Llopis, D. y Llopis, R. (2006). Razones para participar en carreras de resistencia. Un estudio con corredores aficionados. *Cultura, Ciencia y Deporte*, 2, 33-40.
- Llopis, R. y Llopis, D. (2012). Una tipología sociocultural de los corredores populares en España. *Apunts. Educación Física y Deporte*, 108, 9-16.
- López-Aranguren E. 2001 “El análisis de contenido tradicional”. En *El análisis de la realidad social. Métodos y técnicas de investigación* (3ª ed). Coordinado por M. García Ferrando, J. Ibáñez, F. Alvira. Madrid: Alianza.
- Luna, R. (2001). Marketing y deporte: la Escala MODE de motivaciones deportivas. *EfDeportes-Revista Digital*, 35. Recuperado de <http://www.efdeportes.com/efd35/mode.htm>.
- Lutz, R. (1991). Career in running individual needs and social organization. *International Review for the Sociology of Sport*, 26(3), 155-173.
- Martínez, J. y Martínez Caro, L. (2004). Las motivaciones deportivas de los corredores de una media maratón. *Investigación y Marketing*, 83, 43-46.
- Shipway, R., Holloway, J. y Jones, I. (2013). Organizations, practices, actors, and events: Exploring inside the distance running social world. *International Review for the Sociology of Sport*, 48(3), 259-276.
- Shipway, R. y Holloway, J. (2010). Running free: embracing a healthy lifestyle though distance running. *Perspectives in Public Health*, 130(6), 270-276.



**XIII CONGRESO INTERNACIONAL DE LA ASOCIACIÓN ESPAÑOLA DE INVESTIGACIÓN
SOCIAL APLICADA AL DEPORTE (AEISAD)
Valencia, 25-27 de Septiembre, 2014**

Stempel, C. (2005). Adult participation sports as cultural capital. A test of Boudieu's theory of the field of sports. *International Review for the Sociology of Sport*, 40(4), 411-432.

Tesch, R. 1990. *Qualitative research: analysis types and software tools*. Londres: Falmer.

Widdop, P, Cutts, D. (2013). Social stratification and sport's participation in England. *Leisure Sciences*, 35(2), 107-128.

Wilson, T.C. (2002). The paradox of social class and sports involvement. The roles of cultural and economic capital. *International Review for the Sociology of Sport*, 37(1), 5-16.