

REVISTA ATHENA LATINHO-AMERICANA

DEPORTE UNIVERSITARIO Y BIENESTAR EN LA EDUCACIÓN SUPERIOR: Análisis desde la percepción estudiantil

University sport and well-being in higher education: an analysis from the student perspective

Rodríguez Rodríguez José Ricardo¹
González Casco, María Alicia²

Revista Athena Latino-Americana

DOI: 10.69720/3086-5182.2026.000034

ISSN: [3086-5182](https://doi.org/10.69720/3086-5182)

¹José Ricardo Rodríguez Rodríguez es maestrante en Docencia Universitaria y Gestión Académica, programa impartido por la Universidad Nacional Francisco Luis Espinoza Pineda (UNFLEP), Estelí, Nicaragua, institución en la que actualmente se desempeña como Docente - Jefe del Departamento de Deportes. Es Licenciado en Teología y cuenta, además, con certificación como árbitro internacional de sóftbol por la WBSC. Posee más de 15 años de experiencia en el ámbito educativo, durante los cuales ha desarrollado funciones relacionadas con la docencia, la formación integral de los estudiantes y la gestión deportiva universitaria. Su trayectoria profesional y académica está orientada hacia la mejora continua, el fortalecimiento de la calidad educativa, la promoción del deporte y la formación integral dentro del contexto universitario.

E-mail: jose.rodriguez@unflep.edu.ni

ORCID: <https://orcid.org/0009-0006-2769-5844>

²María Alicia González Casco es Ingeniera Civil y Máster en Educación Comparativa. Actualmente se desempeña como coordinadora de la Maestría en Docencia Universitaria y Gestión Académica de la Universidad Nacional Francisco Luis Espinoza Pineda (UNFLEP), Estelí, Nicaragua. Asimismo, ejerce funciones en la Dirección de Gestión de la Calidad, específicamente en el área de Análisis Institucional. Cuenta con más de 25 años de experiencia en el ámbito educativo, con una amplia trayectoria en metodología educativa, formación de posgrado y docencia universitaria. También se ha desempeñado como docente de la asignatura de Investigación, contribuyendo al fortalecimiento de las competencias investigativas, metodológicas y académicas de los estudiantes. Su trayectoria profesional está orientada al mejoramiento continuo de los procesos educativos, la gestión de la calidad institucional, la formación docente y el fortalecimiento de la investigación en la educación.

E-mail: alicia.gonzalez@unflep.edu.ni

ORCID: <https://orcid.org/0009-0001-2354-9966>



Vol. 1, No. 4 (JULHO 2026)

DEPORTE UNIVERSITARIO Y BIENESTAR EN LA EDUCACIÓN SUPERIOR: Análisis desde la percepción estudiantil

Rodríguez Rodríguez José Ricardo e González Casco, María Alicia



PERIÓDICO CIENTÍFICO INDEXADO INTERNACIONALMENTE

ISSN
International Standard Serial Number
3086-5182
www.athena-latino-americana.com

Editora e Revista
Athena Latino-Americana
CPF: 639.619.621-20
Naviraí – Mato Grosso do Sul
Rua: Botocudos, 365 – Centro
CEP: 79950-000

RESUMO

La gestión del deporte universitario constituye un componente estratégico para fortalecer el bienestar y favorecer la formación integral en la educación superior. El objetivo de este artículo fue analizar la percepción estudiantil sobre el deporte universitario y el bienestar en una universidad pública de Nicaragua, examinando las dimensiones de motivación, comunicación institucional y gestión deportiva. Metodológicamente, se rigió bajo un enfoque cuantitativo, de alcance descriptivo-correlacional, con un diseño no experimental y transversal. La muestra probabilística estuvo integrada por 159 estudiantes, a quienes se aplicó un cuestionario estructurado con escala de tipo Likert. Los resultados reflejan una valoración favorable del deporte universitario como factor asociado al bienestar, con un predominio de percepciones positivas. El análisis de frecuencias y tablas de contingencia demostró que una alta motivación estudiantil se corresponde con niveles óptimos de bienestar percibido; no obstante, se identificaron áreas de mejora en la comunicación institucional que condicionan el acceso a la información y la participación. Se concluye que el deporte universitario, gestionado de forma planificada y articulada con las políticas institucionales, es un eje determinante para promover el bienestar estudiantil y la calidad de la formación integral.

Palabras clave: Bienestar del estudiante, Comunicación institucional, Deporte universitario, Motivación estudiantil, Participación estudiantil.

ABSTRACT

The management of university sports is a strategic component for strengthening well-being and promoting holistic development in higher education. The objective of this article was to analyze student perceptions of university sports and well-being at a public university in Nicaragua, examining the dimensions of motivation, institutional communication, and sports management. Methodologically, a quantitative, descriptive-correlational approach was used, with a non-experimental, cross-sectional design. The probabilistic sample consisted of 159 students, who completed a structured questionnaire with a Likert scale. The results reflect a favorable assessment of university sports as a factor associated with well-being, with a predominance of positive perceptions. Frequency analysis and contingency tables demonstrated that high student motivation corresponds to optimal levels of perceived well-being; however, areas for improvement were identified in institutional communication that affect access to information and participation. It is concluded that university sports, when managed in a planned manner and aligned with institutional policies, is a key factor in promoting student well-being and the quality of holistic development.

Keywords: Student well-being, Institutional communication, University sports, Student motivation, Student participation

1. INTRODUCCIÓN

La educación superior contemporánea enfrenta el desafío de promover una formación integral que trascienda la adquisición de competencias puramente disciplinares, incorporando de manera transversal el desarrollo físico, emocional y social de los estudiantes. En este escenario, la actividad física y el deporte universitario se posicionan como recursos estratégicos y determinantes para fortalecer el bienestar estudiantil, estimulando al mismo tiempo competencias interpersonales y socioemocionales clave para la vida ciudadana y el desempeño profesional.

La evidencia científica respalda ampliamente los beneficios de estas prácticas. Investigaciones globales señalan que la actividad física sistemática contribuye significativamente a la mejora de la salud biológica y al bienestar psicológico (Warburton & Bredin, 2017; Guthold et al., 2018), asociándose con menores índices de estrés, ansiedad y depresión en la población joven

(Rodríguez-Ayllón et al., 2019). Particularmente en el ámbito universitario, los estudiantes físicamente activos reportan estilos de vida más saludables y una mayor autopercepción de bienestar en comparación con sus pares sedentarios (Varela-Mato et al., 2012). No obstante, la transición a la educación superior suele identificarse como un periodo crítico caracterizado por un marcado abandono de la práctica deportiva (Leslie et al., 2001), lo que acentúa la necesidad de intervenciones institucionales proactivas.

Desde una perspectiva organizativa, el impacto real del deporte no depende de manera exclusiva de la ejecución aislada de actividades, sino de las condiciones político-institucionales que facilitan o limitan su desarrollo. Esto implica estructurar modelos de gestión orientados a la planificación, organización y evaluación sistemática de programas deportivos para que estos respondan a las demandas reales del estudiantado (Carranza-Bautista et al., 2024). Autores como Murillo-Vargas et al. (2021) proponen que la evaluación del bienestar

estudiantil es un eje de calidad de vida que debe integrarse en los procesos de gestión institucional.

Así, los entornos universitarios actúan como determinantes ambientales clave para la adopción de conductas saludables (Sallis et al., 2015), donde los flujos de comunicación y las facilidades de acceso resultan vitales para incentivar la participación y la adherencia.

Para comprender la vinculación del estudiante con estas iniciativas, resulta indispensable abordar el fenómeno desde el enfoque de la Teoría de la Autodeterminación (Ryan & Deci, 2017), la cual postula que la participación en actividades físicas está mediada por la satisfacción de necesidades psicológicas básicas como la autonomía, la competencia y la relación. La motivación intrínseca resultante favorece hábitos saludables sostenidos en el tiempo (Ntoumanis et al., 2021). A pesar de este marco ideal, la literatura científica reporta que variables como la deficiente comunicación institucional, la sobrecarga académica, la escasa disponibilidad de recursos y la falta de información oportuna actúan como barreras críticas que restringen la participación deportiva estudiantil (Molano-Tobar et al., 2019).

En el contexto de Nicaragua, la articulación de estas dinámicas se integra de forma directa con las directrices de la Estrategia Nacional de Educación “Bendiciones y Victorias 2024–2026”, la cual sitúa el desarrollo físico y deportivo como un pilar del crecimiento integral del estudiantado para la formación de ciudadanos disciplinados y comprometidos. Sin embargo, en la práctica de la educación superior nicaragüense, y en particular dentro de la universidad pública, todavía se registra una limitada evidencia empírica sistematizada sobre cómo los estudiantes perciben la gestión del deporte universitario y cómo dicha percepción se interconecta con su bienestar general. Aunque la institución dispone de infraestructura y programas orientados a la formación integral, persiste un vacío en el análisis específico de la correspondencia entre la motivación, los canales de comunicación institucional y el acceso efectivo a la oferta deportiva.

El desarrollo de este estudio se justifica por la necesidad de proveer evidencia empírica contextualizada desde la voz de los propios actores educativos, permitiendo a los tomadores de decisiones universitarias optimizar las políticas de bienestar y gestión deportiva. Por consiguiente, el presente estudio tiene como objetivo analizar la percepción estudiantil sobre el deporte universitario y el bienestar en la educación superior, examinando las

dimensiones de motivación, comunicación institucional y gestión de actividades deportivas, así como las correspondencias descriptivas existentes entre estas variables y el bienestar percibido.

2.REFERENCIAL TEÓRICO

El abordaje de la gestión del deporte universitario y su incidencia en el bienestar estudiantil requiere de un marco multidimensional que articule la pedagogía de la educación superior, los modelos de gestión del bienestar, la psicología de la motivación y la teoría de la comunicación organizacional. A continuación, se desarrollan los ejes conceptuales que sustentan el presente estudio.

Formación Integral y Bienestar en la Educación Superior

La conceptualización moderna de la educación superior ha superado la visión tradicional centrada de forma exclusiva en la transferencia de conocimientos disciplinares. Hoy en día, las instituciones de educación superior (IES) asumen el compromiso de promover la formación integral, entendida como un proceso continuo, permanente y participativo que busca desarrollar de manera armónica todas y cada una de las dimensiones del ser humano: ética, espiritual, cognitiva, afectiva, comunicativa, estética, corporal y sociopolítica.

En este marco, el bienestar estudiantil se constituye en un indicador clave de la calidad de vida universitaria. De acuerdo con Murillo-Vargas et al. (2021), el bienestar en el contexto de las IES no debe limitarse a la ausencia de enfermedad o insatisfacción, sino que representa: Un constructo multidimensional que abarca la satisfacción con la vida académica, el equilibrio emocional, la salud física y el desarrollo de un sentido de pertenencia comunitaria. Por ende, la evaluación sistemática de este bienestar es un requisito imperativo para la mejora de la calidad de vida en las comunidades estudiantiles. (p. 45).

Por consiguiente, las universidades no solo actúan como centros de habilitación profesional, sino como entornos promotores de la salud. Sallis et al. (2015) sostienen, desde una perspectiva ecológica, que los ambientes institucionales (infraestructura, políticas y cultura organizacional) operan como determinantes directos para la adopción y el mantenimiento de estilos de vida saludables.

Así, la existencia de espacios que faciliten la actividad física y el deporte es un factor ambiental crítico para mitigar los efectos de la transición universitaria, etapa caracterizada habitualmente por el incremento de conductas

sedentarias y problemas de salud mental (Leslie et al., 2001).

El Deporte Universitario y la Gestión del Bienestar Institucional

El deporte universitario trasciende la mera recreación; se erige como una herramienta pedagógica y de gestión institucional que impacta de manera directa en las esferas física y psicológica de los educandos. La literatura científica evidencia de forma consistente que la práctica regular de actividad física se asocia con la reducción de la sintomatología de la ansiedad, el estrés académico y la depresión en jóvenes universitarios (Rodríguez-Ayllón et al., 2019; Warburton & Bredin, 2017). Asimismo, fomenta el desarrollo de habilidades blandas o soft skills, tales como el liderazgo, la disciplina, el trabajo en equipo y la resiliencia.

No obstante, para que la actividad física se traduzca en bienestar percibido, es indispensable un modelo de gestión deportiva planificado y coherente. Carranza-Bautista et al. (2024) argumentan que la gestión del deporte en las IES debe estructurarse mediante procesos sistemáticos de planificación, organización, dirección y evaluación. Un programa deportivo desarticulado de las políticas de bienestar estudiantil o carente de recursos adecuados limita su impacto a una participación marginal.

Por ende, el análisis de la percepción estudiantil se convierte en una herramienta diagnóstica de primer orden. Permite evaluar si los servicios, las disciplinas ofertadas y la

infraestructura deportiva responden a las demandas y expectativas reales del estudiantado, posibilitando una asignación presupuestaria y una oferta programática más eficiente y equitativa.

Teoría de la Autodeterminación (TAD) y Motivación Estudiantil

Para comprender el nivel de adherencia y participación de los estudiantes en las actividades deportivas universitarias, es necesario analizar los factores psicológicos que impulsan su conducta. La base teórica de este análisis se sustenta en la Teoría de la Autodeterminación (TAD), desarrollada por Ryan y Deci (2017).

La TAD postula que los seres humanos poseen tres necesidades psicológicas básicas que deben ser satisfechas para alcanzar un óptimo funcionamiento, crecimiento y bienestar:

Autonomía: La necesidad de sentir que uno es el iniciador y regulador de sus propias acciones.

Competencia: El sentimiento de eficacia y suficiencia al interactuar con el entorno y superar desafíos.

Relación: La necesidad de experimentar un sentido de pertenencia, conexión y cuidado mutuo con los demás miembros del grupo social.

En el ámbito del deporte universitario, la satisfacción de estas necesidades determina el tipo de motivación del estudiante, la cual se organiza en un continuo autodeterminado.

Tabla 1. Continuo de la Motivación según la Teoría de la Autodeterminación (TAD)

Tipo de Motivación	Nivel de Autodeterminación	Características en el Contexto del Deporte Universitario
Motivación Intrínseca	Alta (Autónoma)	El estudiante participa por el placer inherente, la diversión o el desafío que le provoca la práctica deportiva en sí misma.
Motivación Extrínseca	Media (Controlada/Autónoma)	El estudiante participa para obtener recompensas, reconocimiento social, cumplir con requisitos académicos o evitar la culpa.
Desmotivación	Nula	El estudiante no encuentra sentido ni valor a la práctica físico-deportiva, experimentando sentimientos de incompetencia.
Nota: Adaptado de Ryan y Deci (2017). Estudios contemporáneos confirman que la motivación de carácter autónomo (intrínseca) correlaciona positivamente con una mayor adherencia a la actividad física a largo		

plazo y con índices elevados de bienestar subjetivo (Ntoumanis et al., 2021). Por el contrario, la motivación controlada o la desmotivación suelen conducir al abandono temprano de la práctica físico-deportiva.

Comunicación Organizacional y Barreras de Acceso en el Deporte Universitario

A pesar de los beneficios intrínsecos del deporte y la motivación de los estudiantes, existen factores del entorno institucional que actúan como facilitadores o barreras para la participación. Entre estos factores, la comunicación organizacional desempeña un rol crítico.

La comunicación en las organizaciones educativas no es un mero canal de transmisión de información administrativa, sino un proceso estratégico que dinamiza la participación estudiantil, fomenta la identidad institucional y facilita el acceso democrático a los servicios de bienestar. Cuando los flujos de comunicación institucional son deficientes, desactualizados o excesivamente formalistas, se produce una asimetría informativa que margina a sectores importantes de la comunidad universitaria.

De acuerdo con Molano-Tobar et al. (2019), la falta de información oportuna y canales de difusión efectivos sobre horarios, disciplinas disponibles, requisitos de inscripción y uso de la infraestructura es una de las principales barreras percibidas por los estudiantes para incorporarse a las actividades físico-deportivas. Esta limitación comunicativa suele interactuar con factores personales y académicos, tales como:

- ✓ La percepción de sobrecarga académica.
- ✓ El cruce de horarios con las actividades lectivas curriculares.
- ✓ La falta de incentivos o el desconocimiento del impacto de la práctica deportiva en el rendimiento académico.

De esta manera, la gestión exitosa del deporte universitario y su traducción en un mayor bienestar estudiantil requiere de una estrategia comunicativa integral y bidireccional. Esta debe garantizar que la información sea accesible, oportuna y adaptada a los lenguajes y medios interactivos empleados por la población estudiantil contemporánea, optimizando de este modo la tasa de participación y la efectividad del gasto social universitario.

3.METODOLOGÍA

Diseño de Investigación

El presente estudio se desarrolló bajo un enfoque cuantitativo, con un alcance descriptivo-correlacional y un diseño no experimental de corte transversal. Este diseño permite capturar, describir y analizar las variables y la autopercepción de los participantes en un único momento temporal sin manipular activamente el entorno, una estrategia metodológica ampliamente validada para el estudio de hábitos físicos y bienestar en comunidades universitarias (Blanco-Ornelas, 2019).

Población y Muestra

La población de referencia estuvo constituida por un universo de 5,329 estudiantes matriculados en una universidad pública de Nicaragua. Para la selección de los participantes, se aplicó un muestreo no probabilístico por conveniencia (o intencional), fundamentado en criterios de accesibilidad, disponibilidad y la manifestación del consentimiento libre e informado de los sujetos.

La muestra final quedó conformada por 159 estudiantes. Para garantizar la validez del proceso de selección, se determinaron los siguientes criterios de elegibilidad:

Criterios de inclusión:

- ✓ Estar matriculado formalmente como estudiante activo en el período académico evaluado.
- ✓ Expresar la voluntad explícita de participar mediante la firma digital o física del consentimiento informado.

Criterios de exclusión:

- ✓ Cuestionarios que presentaran omisiones de respuesta (missing data) superiores al 10% de los reactivos.
- ✓ Patrones de respuesta sesgados o inconsistentes detectados durante la fase de depuración de datos.

Debido a la naturaleza no probabilística del muestreo, los hallazgos de esta investigación no pretenden la generalización estadística de los resultados a la totalidad de la población estudiantil, sino la descripción y correlación de tendencias representativas dentro del grupo de estudio analizado.

Técnicas e Instrumentos de Recolección de Datos

Se utilizó la técnica de la encuesta, operacionalizada mediante la aplicación de un cuestionario estructurado autoadministrado con un formato de respuesta basado en escalas de tipo Likert de cinco niveles (Ávila-Manríquez, 2021). El instrumento fue diseñado ad hoc para dar respuesta al objetivo general de la investigación y se estructuró en torno a seis dimensiones clave de análisis:

- ✓ Organización y planificación del deporte universitario: Estructura administrativa y oferta de disciplinas.
- ✓ Comunicación institucional: Canales formales internos de difusión.
- ✓ Acceso a la información: Nivel de conocimiento del programa deportivo institucional por parte del estudiante.
- ✓ Condiciones para la práctica deportiva: Percepción sobre la idoneidad de la infraestructura, recursos y materiales.
- ✓ Participación estudiantil: Frecuencia, motivación y adherencia al uso de los servicios recreativos y competitivos.
- ✓ Bienestar estudiantil percibido: Beneficios físicos, psicológicos, emocionales y de integración social asociados al deporte.

Validación y Confiabilidad

Con el fin de asegurar la validez de contenido del instrumento, este fue sometido a un proceso de juicio de expertos integrado por especialistas en metodología, gestión deportiva

y educación física. Los expertos evaluaron cualitativa y cuantitativamente cada reactivo bajo criterios de pertinencia, claridad conceptual, coherencia teórica y suficiencia. Se incorporaron las sugerencias de redacción antes de la aplicación definitiva del instrumento.

Revisión Documental Complementaria

De manera paralela y con fines de contextualización, se realizó una revisión de registros documentales de carácter institucional facilitados por el Departamento de Deportes de la universidad. Esta técnica complementaria posibilitó caracterizar la oferta programática formal y las disciplinas con mayor índice de participación histórica, sirviendo como marco de referencia para enriquecer la discusión de los hallazgos cuantitativos.

Procesamiento y Análisis de la Información

Los datos brutos obtenidos a través del cuestionario fueron depurados, codificados y tabulados utilizando el software Microsoft Excel. El procesamiento analítico se estructuró a partir de dos niveles de complejidad de la estadística descriptiva:

Análisis Descriptivo Univariado

Se calcularon frecuencias absolutas y porcentajes para describir de forma general cada una de las variables evaluadas. Con el fin de optimizar la interpretación y mitigar la dispersión de datos, las opciones de respuesta del cuestionario Likert original fueron recodificadas en tres macrocategorías analíticas

Tabla 2. Criterios de Recodificación de las Escalas Likert para el Análisis Descriptivo

Escala Original (Reactivos de Acuerdo)	Categoría a Recodificada	Escala Original (Reactivos de Influencia)	Categoría Recodificada
"Totalmente de acuerdo" / "De acuerdo"	Percepción Positiva	"Influye totalmente" / "Influye mucho" / "Influye moderadamente"	Valoración Favorable
"Ni de acuerdo ni en desacuerdo"	Percepción Neutral	No aplica de forma directa	No aplica
"En desacuerdo" / "Totalmente en desacuerdo"	Percepción Negativa	"Influye poco" / "No influye"	Valoración Menos Favorable

Nota: Elaboración propia basada en los criterios del estudio (2026)

Análisis Descriptivo Bivariado (Tablas de Contingencia)

Se construyeron tablas de contingencia (frecuencias cruzadas expresadas en porcentajes)

por filas) para explorar de manera descriptiva la correspondencia entre variables clave: la comunicación institucional y la motivación estudiantil frente a la autopercepción de bienestar estudiantil.

Nota metodológica: De acuerdo con la naturaleza y los objetivos del estudio, el uso de las tablas de contingencia se limita exclusivamente a la identificación de patrones y tendencias de comportamiento conjunto entre las variables analizadas para el grupo bajo estudio, prescindiendo del cálculo de pruebas estadísticas de carácter inferencial o causalidad probabilística (como Chi-cuadrado de Pearson o regresiones).

Consideraciones Éticas

La investigación se rigió bajo los principios fundamentales de la Declaración de Helsinki. Se garantizó formalmente el anonimato de los participantes y la estricta confidencialidad de la información recolectada mediante la codificación de las bases de datos.

Los estudiantes expresaron su voluntariedad a través de un consentimiento informado que especificaba el uso estrictamente académico y de divulgación científica de los datos agregados resultantes.

4.RESULTADOS Y DISCUSIÓN

Los hallazgos que se detallan a continuación derivan directamente de las dimensiones operacionalizadas en el diseño metodológico. Su análisis permite comprender la percepción del estudiantado en torno al deporte universitario y su correspondencia con el bienestar multidimensional en la educación superior.

Caracterización Institucional de la Oferta Deportiva

Como paso previo al análisis de las percepciones estudiantiles, la revisión documental de la Política de Bienestar Estudiantil, el Modelo Educativo Institucional, el Programa de Deportes de la Dirección de Asuntos Estudiantiles y el Plan Operativo Anual (Universidad Nacional de Nicaragua, 2024a, 2024b, 2024c, 2024d) permitió constatar la existencia de una plataforma deportiva formalizada.

El programa institucional ofrece una oferta diversificada estructurada en disciplinas colectivas (fútbol sala, fútbol campo, voleibol, baloncesto y softbol) y disciplinas individuales/cognitivas (tenis de mesa y ajedrez)

Figura 1. Estructura de la Oferta Deportiva Institucional según la Planificación de Asuntos Estudiantiles



Nota: Síntesis descriptiva elaborada con base en la revisión documental de los registros del Departamento de Deportes (2024b).

Esta planificación se alinea con las directrices de la Estrategia Nacional de Educación “Bendiciones y Victorias 2024–

2026”, la cual sitúa al deporte como un eje integrador de la educación física para la promoción de hábitos de vida saludables. Sin

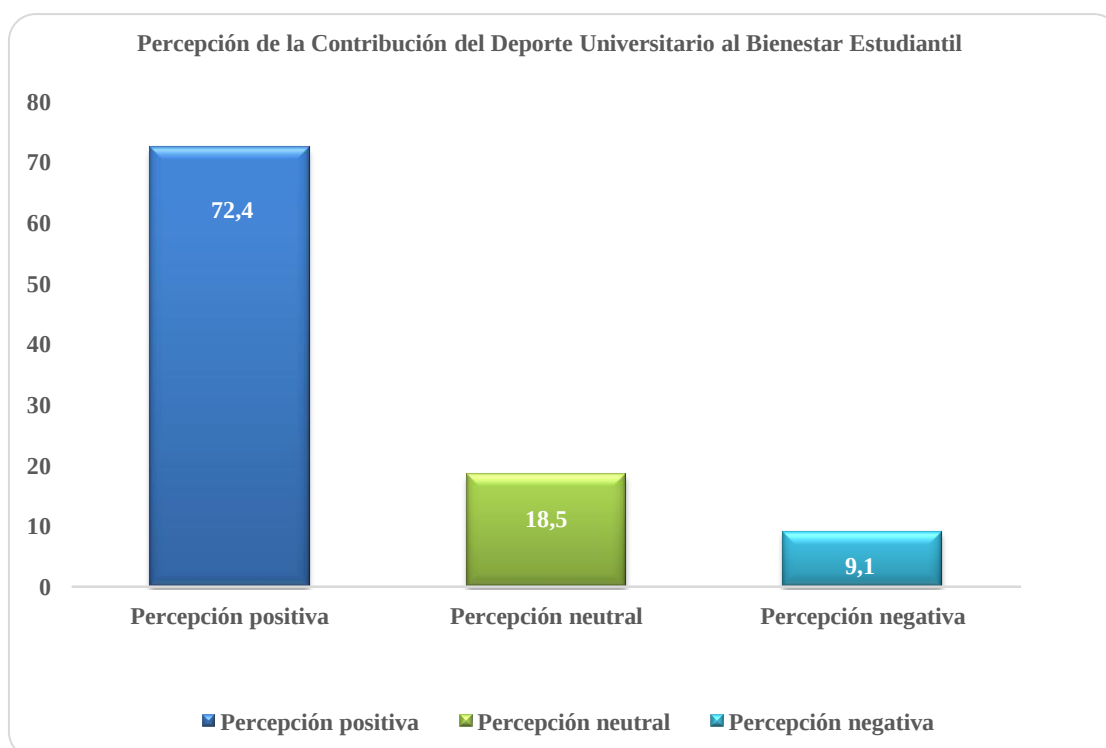
embargo, la sola existencia formal de este catálogo no garantiza el impacto en el bienestar si no se evalúa el nivel de apropiación, acceso y comunicación efectiva percibido por el estudiantado.

Autopercepción de Bienestar Asociado al Deporte Universitario

Al analizar la valoración del deporte

universitario como dinamizador del bienestar personal, se observó una marcada tendencia positiva. El 42.8% de los estudiantes encuestados manifestó estar *totalmente de acuerdo* con esta premisa, mientras que un 29.6% declaró estar *de acuerdo*, consolidando un 72.4% de percepción positiva

Figura 2. Percepción de la Contribución del Deporte Universitario al Bienestar Estudiantil



Nota: Elaboración propia con base en el cuestionario aplicado (n = 159). Base de datos SPSS y Excel (2026)

Estos datos confirman que los estudiantes identifican la práctica deportiva como un vehículo clave para su estabilidad emocional, física y social dentro del entorno universitario. Esta valoración subjetiva es congruente con los postulados de la Organización Mundial de la Salud (World Health Organization, 2020) y con las revisiones sistemáticas de Biddle et al. (2019), quienes demuestran que el ejercicio físico sistemático actúa como un factor protector frente al estrés académico y los trastornos del estado de ánimo comunes en la vida universitaria.

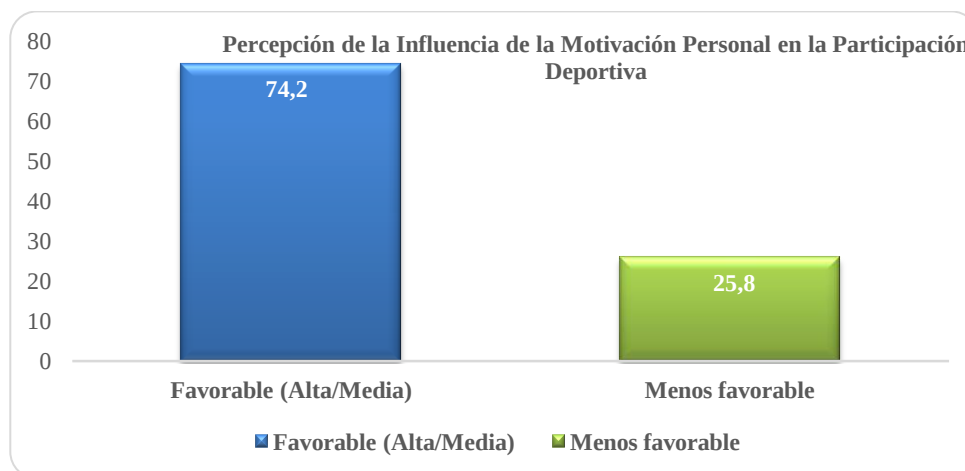
No obstante, el 18.5% de respuestas neutrales y el 9.1% de negativas revelan que el bienestar no es un resultado automático de la

oferta deportiva; su consolidación está condicionada por la accesibilidad de las actividades y las facilidades organizacionales que brinde la institución.

Factores Motivacionales y la Dinámica de Participación

La motivación personal representa una variable crítica en la adherencia físico-deportiva. De acuerdo con los datos recopilados, el 21.4% de los encuestados reportó que la motivación influye totalmente en su participación, el 13.8% indicó que influye mucho y el 39.0% señaló una influencia moderada. Estas categorías acumulan un 74.2% de valoración favorable.

Figura 3. Percepción de la Influencia de la Motivación Personal en la Participación Deportiva



Nota: Elaboración propia con base en el cuestionario aplicado (n = 159). Base de datos SPSS y Excel (2026)

Desde una perspectiva hermenéutica, la alta concentración en la categoría "influye moderadamente" (39.0%) sugiere que la motivación individual, aunque necesaria, no es autosuficiente para consolidar la práctica sistemática en el contexto de la educación superior. Este comportamiento puede interpretarse bajo el prisma de la Teoría de la Autodeterminación (TAD) de Ryan y Deci (2017). Si bien el estudiante puede poseer una motivación intrínseca orientada al cuidado de su salud o recreación, la satisfacción de sus necesidades de *autonomía* y *competencia* requiere un entorno institucional facilitador.

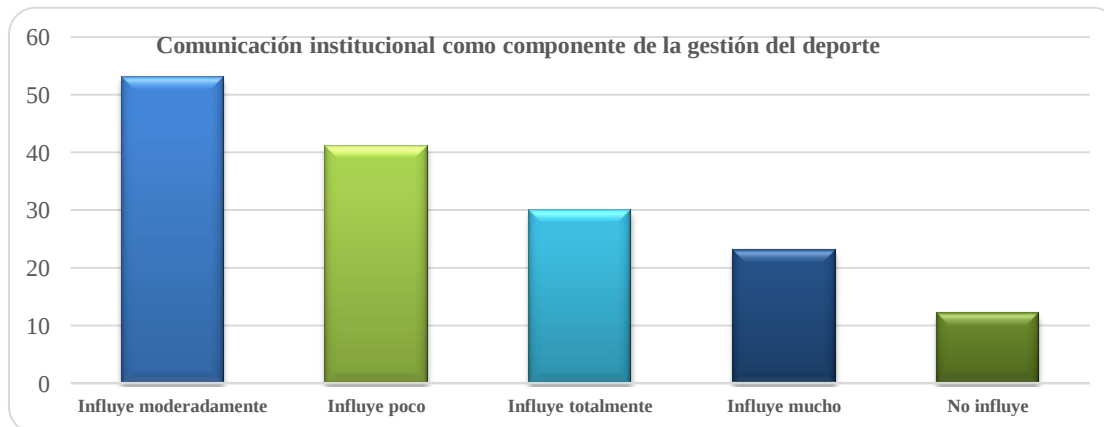
Cuando el entorno impone barreras como horarios rígidos o sobrecarga curricular, la motivación extrínseca o la desmotivación

pueden desplazar la intención de participación, restringiendo la práctica regular de actividad física tal como advierten Ntoumanis et al. (2021).

La Comunicación Institucional como Variable de Gestión

‘Los flujos comunicativos internos representan una de las áreas con mayor dispersión de respuestas en este estudio. Aunque un 66.7% de los estudiantes valora de forma favorable la incidencia de la comunicación institucional en su participación deportiva (distribuidos en un 18.9% *totalmente*, 14.5% *mucho* y 33.3% *moderadamente*), persiste un 33.3% de percepciones menos favorables (25.8% *poco* y 7.5% *nada*), lo que constituye una brecha crítica para la gestión.

Figura 3. Percepción de la incidencia de la comunicación institucional en la Participación Deportiva



Nota: Elaboración propia con base en el cuestionario aplicado ($n = 159$). Base de datos SPSS y Excel (2026)

Esta polarización revela una brecha crítica de visibilidad en los programas de bienestar. La existencia de una tercera parte de la muestra con valoraciones bajas coincide con lo reportado por García-Ferrando y Llopis-Goig (2017), quienes identifican que la asimetría de información y el desconocimiento de las agendas universitarias operan como factores directos de exclusión en la población estudiantil.

Desde el plano de la gestión, Moreno-Murcia et al. (2018) enfatizan que la comunicación bidireccional e interactiva es determinante para estimular la participación estudiantil. Si la difusión es deficiente, la intención de involucrarse se debilita ante la falta de claridad en horarios e inscripciones. Por tanto, rediseñar la estrategia de comunicación interna de la Dirección de Asuntos Estudiantiles es una acción prioritaria para democratizar la

práctica del deporte y asegurar la calidad del bienestar institucional.

Correspondencia descriptiva entre comunicación institucional y bienestar estudiantil

Los resultados presentados en la **Tabla 3** muestran que los estudiantes con niveles altos de comunicación institucional reportan un 79.25% de bienestar positivo, mientras que en el nivel bajo este valor desciende a 49.06%, acompañado de mayores porcentajes de percepciones negativas (30.19%) y neutrales (20.75%).

Aunque el nivel medio presenta un porcentaje superior de bienestar positivo (88.68%), esta variación puede estar relacionada con la distribución interna de las respuestas en la muestra.

Tabla 3. Correspondencia descriptiva entre comunicación institucional y bienestar estudiantil

Comunicación institucional	(%)	Negativo	(%)	Neutral	(%)	Positivo
Alta		13.21		7.55		79.25
Media		5.66		5.66		88.68
Baja		30.19		20.75		49.06

Nota: Porcentajes por fila. Elaboración propia, base de datos SPSS (2026).

Por ello, los datos deben interpretarse como una tendencia descriptiva y no como una asociación estadística inferencial. En términos generales, se observa que las valoraciones más favorables de la comunicación institucional tienden a acompañarse de percepciones positivas de bienestar.

Estos resultados son consistentes con estudios que destacan la importancia de la organización y comunicación de los programas deportivos en la promoción del bienestar (Eime et al., 2013). En este sentido, los hallazgos permiten plantear que el bienestar estudiantil no depende

únicamente de la existencia de actividades deportivas, sino también de la forma en que estas son organizadas, difundidas y apropiadas por el estudiantado dentro del entorno universitario.

Correspondencia descriptiva entre motivación personal y bienestar

La **Tabla 4** muestra que los estudiantes con alta motivación reportan un 89.29% de bienestar positivo, mientras que en el nivel bajo este porcentaje disminuye a 56.10%, acompañado de mayores porcentajes de percepciones negativas (26.83%) y neutrales (17.07%).

Tabla 4. Correspondencia descriptiva entre motivación personal y bienestar

Motivación personal	Negativo (%)	Neutral (%)	Positivo (%)
Alta	7.14	3.57	89.29
Media	17.74	14.52	67.74
Baja	26.83	17.07	56.10

Nota: Porcentajes por fila. Elaboración propia, base de datos SPSS (2026).

Estos datos muestran una tendencia descriptiva compatible con mayores niveles de bienestar percibido en estudiantes que reportan mayor motivación hacia la participación deportiva. Sin embargo, al tratarse de un análisis descriptivo mediante tablas de contingencia, los resultados no permiten afirmar una relación causal ni una asociación estadística inferencial entre ambas variables.

Este resultado es coherente con la literatura que señala la importancia de la motivación en la adherencia a la actividad física (Ntoumanis et al., 2021). No obstante, los hallazgos del estudio permiten plantear que la motivación no actúa de manera aislada, sino que puede verse favorecida o limitada por condiciones institucionales como el acceso, la comunicación, la organización de actividades y las oportunidades de participación deportiva.

4.CONCLUSIONES

El bienestar estudiantil no depende únicamente de la existencia de una oferta deportiva, sino de una gestión planificada y adaptada que facilite la accesibilidad y el acompañamiento del estudiante en su vida académica.

Existe una correspondencia directa entre la percepción favorable del bienestar, los altos niveles de motivación y una comunicación institucional eficiente, lo que demuestra que la participación deportiva es un fenómeno multidimensional.

Un tercio de la muestra reportó valoraciones menos favorables en comunicación, lo que evidencia que la asimetría informativa actúa como una barrera de exclusión que limita el aprovechamiento de la infraestructura y programas disponibles.

El estudio aporta evidencia empírica clave para la universidad pública nicaragüense, alineándose con la Estrategia Nacional de Educación “Bendiciones y Victorias 2024–2026” al proponer modelos de gestión más

flexibles, participativos y adaptados a las necesidades reales del estudiantado.

Aunque el diseño es transversal y no probabilístico, este diagnóstico contextual sienta una línea base para futuras investigaciones que incorporen análisis inferenciales, metodologías longitudinales y estudios comparativos interinstitucionales.

5.REFERENCIAS CITADAS Y CONSULTADAS

Arruza, J. A., Arribas, S., Gil de Montes, L., Irazusta, S., Romero, S., & Cecchini, J. A. (2016). Repercusión de la actividad físico-deportiva en el bienestar psicofísico de los estudiantes universitarios. *Revista de Psicología del Deporte*, 25(2), 269–277.

Ávila-Manríquez, G. (2021). Percepción de la gestión de servicios deportivos universitarios y su relación con la satisfacción del estudiante. *Retos: Nuevas Tendencias en Educación Física, Deporte y Recreación*, 39, 412–419.

Ávila Manríquez, F. D. J., Méndez Ávila, J. C., Silva Llaca, J. M., & Gómez Terán, O. Á. (2021). Actividad física y su relación con el rendimiento académico. *Revista Iberoamericana para la Investigación y el Desarrollo Educativo*, 12(23).

<https://doi.org/10.23913/ride.v12i23.1030>

Biddle, S. J. H., Ciaccioni, S., Thomas, G., & Vergeer, I. (2019). Physical activity and mental health in children and adolescents: An updated review of systematic reviews and meta-analyses. *International Review of Sport and Exercise Psychology*, 12(1), 118–149.

<https://doi.org/10.1016/j.psychsport.2018.08.011>

Blanco Ornelas, J. R., Soto Valenzuela, M. C., Benítez Hernández, Z. P., Mondaca Fernández, F., & Jurado García, P. J. (2019). *Barreras para la práctica de ejercicio físico en universitarios mexicanos: Comparaciones por género*. Retos,

36,80-82.

<https://doi.org/10.47197/retos.v36i36.67820>

Carranza-Bautista, D., Alarcón-Castro, J., & Sandoval-Barrientos, M. (2024). Modelos de gestión deportiva y su impacto en la participación estudiantil en la educación superior. *Gestión y Política Educativa*, 13(1), 89–104.

<https://doi.org/10.47197/retos.v57.105458>.

Eime, R. M., Young, J. A., Harvey, J. T., Charity, M. J., & Payne, W. R. (2013). A systematic review of the psychological and social benefits of participation in sport for children and adolescents: Informing development of a conceptual model of health through sport. *International Journal of Behavioral Nutrition and Physical Activity*, 10, Artículo 98. <https://doi.org/10.1186/1479-5868-10-98>

El Ansari, W., & Stock, C. (2010). Is the health and well-being of university students associated with their academic performance? Cross-sectional study from three European countries. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 7(2), 509–527. <https://doi.org/10.3390/ijerph7020509>

García-Ferrando, M., & Llopis-Goig, R. (2017). Estructura social de la práctica deportiva en España: Tres décadas de cambio. Centro de Investigaciones Sociológicas (CIS).

Guthold, R., Stevens, G. A., Riley, L. M., & Bull, F. C. (2018). Worldwide trends in insufficient physical activity from 2001 to 2016: A pooled analysis of 358 population-based surveys with 1.9 million participants. *The Lancet Global Health*, 6(10), e1077–e1086. [https://doi.org/10.1016/S2214-109X\(18\)30357-7](https://doi.org/10.1016/S2214-109X(18)30357-7)

Leslie, E., Sparling, P. B., & Owen, N. (2001). Active lifestyle and the transition to university life: Barriers and facilitators. *Journal of American College Health*, 49(5), 231–237. <https://doi.org/10.1080/07448480109596303>

Molano-Tobar, N. J., Vélez-Tobar, R. A., & Rojas-Galvis, A. M. (2019). Barreras para la práctica de actividad física en estudiantes universitarios. *Revista de Salud Pública*, 21(3), 324–330.

<https://doi.org/10.15446/rsap.v21n3.74312>

Moreno-Murcia, J. A., Huéscar, E., & Pintado, R. (2018). Estrategias de comunicación motivacional para la promoción de la actividad física en la universidad. *Cultura, Ciencia y Deporte*, 13(38), 145–154.

Murillo-Vargas, G., Martínez-Rojas, J., & Rojas-Cárdenas, L. (2021). Modelo multidimensional para la evaluación integral del

bienestar estudiantil en la educación superior. *Revista Educación y Calidad*, 29(1), 38–54.

<https://doi.org/10.4067/S0718-50062021000200133>

Ntoumanis, N., Ng, J. Y. Y., Prestwich, A., Quested, E., Hancox, J. E., Thøgersen-Ntoumani, C., Deci, E. L., Ryan, R. M., Lonsdale, C., & Williams, G. C. (2021). A meta-analysis of self-determination theory-informed intervention trials in physical activity, dietary, and weight management contexts. *Obesity Reviews*, 22(3), e13114. <https://doi.org/10.1111/obr.13114>

Otzen, T., & Manterola, C. (2017). Técnicas de muestreo sobre una población a estudio. *International Journal of Morphology*, 35(1), 227–232. <https://doi.org/10.4067/S0717-95022017000100037>

Pavlidis, G., Stanton, R., & Gidlow, A. (2020). The role of campus-based physical activity programs in supporting student mental health and social cohesion. *Journal of Higher Education Policy and Management*, 42(4), 415–429.

Rodríguez-Ayllón, M., Cadenas-Sánchez, C., Estévez-López, F., Muñoz, N. E., Mouratidis, A., & Ortega, F. B. (2019). Role of physical activity and sedentary behavior in the mental health of children and adolescents: A systematic review and meta-analysis. *Sports Medicine*, 49(9), 1383–1410.

<https://doi.org/10.1007/s40279-019-01099-5>

Ryan, R. M., & Deci, E. L. (2017). Self-determination theory: Basic psychological needs in motivation, development, and wellness. The Guilford Press.

Sallis, J. F., Spoon, C., Cavill, N., Engelberg, J. K., Gebel, K., Parker, M., Thornton, C. M., Lou, D., & Ding, D. (2015). Co-benefits of designing communities for active living: An action-oriented research agenda. *Preventive Medicine*, 69, S22–S27.

<https://doi.org/10.1016/j.ypmed.2014.06.015>

Stanton, R., Happell, B., & Rebar, A. L. (2019). The mental health benefits of regular physical activity in university students: More than just endorphins. *Academic Psychiatry*, 43(2), 180–187.

UNESCO. (2015). Carta internacional de la educación física, la actividad física y el deporte. Organización de las Naciones Unidas para la Educación, la Ciencia y la Cultura. <https://unesdoc.unesco.org/ark:/48223/pf0000235409>.

Universidad Pública de Nicaragua. (2024a). Estructura del Modelo Educativo Institucional. Dirección de Planificación Curricular.

Universidad Pública de Nicaragua. (2024b). Programa de Deportes de la Dirección de Asuntos Estudiantiles. Departamento de Deportes.

Universidad Pública de Nicaragua. (2024c). Política de Bienestar Estudiantil. Consejo Universitario.

Universidad Pública de Nicaragua. (2024d). Plan Operativo Anual (POA 2024). Dirección de Planificación y Evaluación Institucional.

Varela-Mato, V., Cancela, J. M., Ayan, C., Martín, V., & Molina, A. (2012). Lifestyle and health among Spanish university students: Differences by gender and academic discipline. *Journal of Physical Activity and Health*, 9(4), 486–493. <https://doi.org/10.1123/jpah.9.4.486>.

Health benefits of physical activity: A systematic review of current systematic reviews. *Current Opinion in Cardiology*, 32(5), 541–556. <https://doi.org/10.1097/HCO.0000000000000437>