

RASGOS DE PERSONALIDAD EN FISICOCULTURISTAS Y RELACIONES CON VARIABLES ANTROPO- MÉTRICAS Y CONDUCTAS DEPORTIVAS

Félix Arbinaga Ibarzábal y José Carlos Caracuel Tubío*

PERSONALITY TRAITS IN BODYBUILDERS AND RELATIONSHIPS WITH ANTHROPOMETRIC VARIABLES AND SPORT BEHAVIOUR

KEY WORDS: Bodybuilding, Personality, Strength, Competition, Training, Perfectionism.

ABSTRACT: The personality studies of those who exercise or practice sport are important in sport and health psychology. Within this context, the personality traits of men who practise bodybuilding was analysed through the 16PF-5 (Cattell, Cattell and Catell, 1993). Of the 218 participants, 32.57% (71) were competitive bodybuilders (CB), 36.24% (79) were non-competitive bodybuilders (NCB) and 68 (31.19%) were sedentary subjects (SG). The results show us that the CB are older ($F= 3.867, p= 0.022$) and the NCB taller ($F= 3.559, p=0.03$). Differences in personality factors were confirmed, with the SG scoring higher in Reasoning ($F= 4.818, p=0.009$), Sensitivity ($F= 5.852, p= 0.003$) and Abstraction ($F= 5.247, p= 0.006$) factors; on the other hand, the participants in the two active groups scored higher those the SGs in the Perfectionism factor ($F= 10.512, p= 0,000$).

Correspondencia: Félix Albinaga Ibarzábal. Dpto. de Psicología. Facultad de Ciencias de la Educación. Universidad de Huelva. Avda. Fuerzas Armadas s/n. 21071, Huelva, España. E-mail: felix.arbinaga@dpsce.uhu.es

* Universidad de Sevilla.

— Fecha de recepción: 22 de Mayo de 2007. Fecha de aceptación: 22 de Mayo de 2008.

Introducción

La investigación desarrollada en el ámbito de la personalidad ha producido una extensa literatura; buscando definir teorías integradoras (Lluís, 2002) y/o específicas (Santacreu, Hernández, Adarraga y Márquez, 2002) que permitan desarrollar modelos explicativos de la conducta. En este contexto, el estudio de la personalidad en deportistas ha despertado el interés de los profesionales por las numerosas posibilidades que pudieran derivarse de su entendimiento; pero hay que reconocer que los resultados han sido en muchos casos contradictorios o cuando menos reflejan una cierta inconsistencia. Las relaciones entre deporte y personalidad parecen mantener un carácter bidireccional, al ser posible considerar que el deporte se convierte en un factor socializador de importancia que bien pudiera favorecer una serie de aspectos personales y, también parece razonable suponer, que ciertas características de personalidad se convierten en requisito para el logro de cierto nivel de rendimiento deportivo (Guillén y Castro, 1994). La multidimensionalidad, con la que se manifiestan las relaciones entre el deporte y la personalidad, queda constatada en la diversidad de perspectivas desde las que se ha estudiado y la cantidad de variables analizadas –más de 500 recopiladas– (Ruffer, 1976). Las líneas de trabajo desde las que se ha analizado la personalidad quedan manifiestas en muy diversos trabajos aportados desde los tres principales ejes vertebradores (Guillén y Castro, 1994). Sin ser exhaustivos, indicamos los llevados a cabo con jugadores de tenis de mesa –desde una perspectiva determinista– (Whiting y Hendry, 1969; Kroll, 1970), con atletas desde las perspectivas de rasgos (Carron, 1975; Morgan 1980a) o las revisiones realizadas, entre otros, por Martens (1975), Morgan (1980b) y Cox (1985) de la

perspectiva interaccionistas. De igual forma, los instrumentos utilizados han sido uno o varios de los inventarios de personalidad estandarizados o en su caso aquéllos creados para la aplicación específica en el ámbito deportivo (véase Guillén y Castro, 1994).

Alderman (1983) plantea una serie de conclusiones derivadas de los diversos estudios sobre la personalidad y el deporte. Entiende que los rasgos de personalidad no son independientes unos de otros y pueden agruparse formando tipos, no se ha delimitado qué tipo de personalidad puede corresponder a una actividad física y deportiva, la diversidad en la medición y la variabilidad de resultados encontrados, la necesidad de conocer cómo el entorno cultural facilita o perturba la modificación de ciertos rasgos y la ausencia de investigaciones concluyentes que permitan aserir que la actividad deportiva modifica los rasgos en una dirección determinada o que cada deporte postule un perfil específico de personalidad.

Una propuesta tendente a mejorar el rendimiento obtenido en este campo de estudio es la realizada por Guillén y Castro (1994), quienes consideran la necesidad de cambiar el tipo de preguntas que nos formulamos y sustituir las hipótesis globales por otras con mayor diferenciación que permitan abordar hechos concretos de valoración, cuando se analizan las relaciones entre personalidad y deporte (qué rasgos, a qué edades influyen, en qué actividades deportivas se influye, qué condiciones permiten el llegar a la estabilidad, etc.).

Al igual que ha ocurrido en otras actividades deportivas (Goma y Puyane, 1991) el fisicoculturismo, entendido como aquel entrenamiento de fuerza cuyo objetivo es el desarrollo muscular a nivel hipertrófico de definición muscular, simetría corporal y la máxima reducción posible de grasa corporal

(Garhammer, 1989), no ha sido ajeno al análisis de diversas variables de personalidad. También es cierto que el número de trabajos específicos ha sido muy reducido y de forma esporádica se han considerado algunos rasgos en contextos muy definidos y relacionados con otras alteraciones comportamentales. En la segunda mitad del siglo XX se llama la atención acerca de la falta de informes donde se estudiaran los perfiles de personalidad en halterófilos y fisicoculturistas, ya fueran competidores o no (Darden, 1972), aunque ya existían algunos trabajos publicados (Thune, 1949; Leithwood, 1967) donde se trataba de conocer las características de personalidad en los "weightlifters" y en tres grupos de entrenamiento con pesos. Pero sólo en los trabajos de Leithwood (1967) y Darden (1972) se analizan específicamente fisicoculturistas.

Leithwood (1967, citado en Thirer y Greer, 1981) concluye que los fisicoculturistas se mostraban como "significativamente más inteligentes, poco confiables, abandonados, modestos y autosuficientes" (p. 33) frente a la población que realiza un entrenamiento de fuerza (halterófilos, powerlifters, etc.); el grupo de fisicoculturistas resultaba según los autores más inteligente, radical y autosuficiente.

Darden (1972) analiza dos grupos, uno de fisicoculturistas (n= 22) y el otro de halterófilos (n= 30) competidores en activo, mediante la administración del 16PF en su Forma C. Los resultados encontrados indican que ambos grupos presentan un perfil similar en todos los factores de la prueba. La comparación de las puntuaciones medias constataban diferencias en el Factor F (Animación), donde los fisicoculturistas puntuaban por debajo frente al otro grupo. Podía observarse una tendencia a que los fisicoculturistas se mostraran más reservados,

silenciosos, introspectivos y sobrios. Mientras los halterófilos tenderían a ser más independientes, agresivos y dominantes (Factor E). De los datos en cada factor se constata que 28 de las 32 puntuaciones se localizaban entre los 4 y los 7 puntos; y, de acuerdo con Cattell, no representarían una ruptura con la media poblacional. Por otro lado, los fisicoculturistas se mostrarían fuera del rango de normalidad en el Factor F (por debajo) y en vigilancia o Factor L (por encima) y los halterófilos lo estarían en Dominancia (por encima) y en vigilancia (por encima). Para estos autores, los resultados podrían indicar una tendencia en las características de personalidad de ambos grupos comparables a la media poblacional. Así mismo, serían comparables a los encontrados por Leithwood (1967, citado en Darden, 1972), quien tampoco observa diferencias en los perfiles de personalidad entre fisicoculturistas y halterófilos; aunque éste sí deja constancia de diferencias con respecto a la población general, con puntuaciones más altas en los Factores B y Q₂ y menores en los Factores G, H y N.

Thirer y Greer (1981) analizan las características de personalidad en tres grupos de fisicoculturistas: competidores (n= 14), de nivel medio (n= 14) e iniciados (n= 24) y un grupo control (n= 49); tras administrar la "Edwards Personal Preference Schedule -EPPS-" (Edwards, 1959). De los diversos análisis se puede constatar que sólo los competidores y aquellos fisicoculturistas de nivel medio difieren de los iniciados y del grupo control en dos de las subescalas. En las características de Logro (*Achievement*), los iniciados y el grupo control no mostraban diferencias entre sí, pero se dejaba ver una menor puntuación frente a los otros dos grupos. Por su parte, en el factor de Cambio (*Change*) sólo había diferencias en dos de los grupos; la muestra

de fisicoculturistas de nivel medio difería del grupo control puntuando menos en este factor.

Fuchs y Zaichkowsky (1983) recogiendo información sobre 31 fisicoculturistas competidores (22 varones y 9 mujeres), mediante el *Eysenck Personality Inventory (EPI)* en su forma A (Eysenck y Eysenck, 1968), concluyen que no se dan diferencias significativas entre los sexos en las tres subescalas de la prueba; tampoco cuando las comparan con estudios previos en estudiantes de colegios americanos y población general en Inglaterra. De esta forma se apoya la idea que venía señalándose en trabajos anteriores sobre la no existencia de diferencias entre los fisicoculturistas y la población general en cuanto a los perfiles de personalidad.

En un intento de realizar un perfil psicológico de fisicoculturistas, corredores y practicantes de aeróbic, Dielens (1984), mediante una aproximación psicodinámica y utilizando el test de Lavoegie (Lavoegie, 1973), busca definir los rasgos principales en la personalidad mostrada en cada uno de los grupos. Las conclusiones a las que llega sobre los fisicoculturistas es que son dinámicos, muestran poca ambición, poca capacidad de reflexión, son más sinceros que los practicantes de aeróbic y menos que los corredores; y encabezarían las puntuaciones en narcisismo seguidos de los practicantes de aeróbic y de los corredores; por su parte, las mujeres fisicoculturistas muestran altas puntuaciones en polisensualidad.

En esa misma década se lleva a cabo un estudio comparativo donde se pretende analizar el narcisismo, el género y la orientación en el rol sexual en fisicoculturistas, atletas y estudiantes de psicología (Carroll, 1989). Trabajando con 60 fisicoculturistas (44 hombres y 16 mujeres), 77 atletas de

varias disciplinas y 95 estudiantes no fisicoculturistas y no atletas se recogían los datos mediante el *Narcissistic Personality Inventory* (Raskin y Hall, 1981) ajustado a los patrones descritos en el DSM-III para los desórdenes de personalidad narcisista. Respecto de ella se describen diversos factores: liderazgo, superioridad, egocéntrismo (*self-absorption*) y explotador (*exploitativeness*) (Emmons, 1984); si bien Watson, Taylor y Morris (1987) hablan de tres factores (liderazgo, superioridad y egocéntrismo), una dimensión adaptativa (narcisismo) y otra no adaptativa (*exploitativeness*). Los resultados aportados por Carroll (1989) parecen dar un cierto apoyo a la hipótesis de que los fisicoculturistas pudieran ser más narcisistas que los otros grupos, puntuando de forma significativa por encima en la escala de egocéntrismo y diferenciándose entre hombres y mujeres fisicoculturistas en la escala de *exploitativeness* donde los primeros mostrarían valores superiores.

Más recientemente se ha comparado a fisicoculturistas con mujeres anoréxicas (Davis y Scott-Robertson, 2000) indicándose que, cuando se evalúa la personalidad obsesivo-compulsiva mediante subescalas de pruebas que derivan de las teorías psicoanalíticas, se ha comprobado que ambos grupos no difieren ni en personalidad obsesivo-compulsiva, ni en sintomatología obsesivo-compulsiva, ni en narcisismo, ni en anhedonia, y tampoco en el perfeccionismo. Sólo se dejarían constancia de diferencias en autoestima y estima corporal, donde los fisicoculturistas mostrarían valores superiores. Ahora bien, cuando se combinan ambos grupos y se comparan frente a un grupo normativo, las diferencias se dan en la personalidad obsesivo-compulsiva, en mayores grados de perfeccionismo, narcisismo y anhedonia.

Rubinstein (2003) compara tres grupos (fisicoculturistas, practicantes de fitness y grupo control de no deportistas) utilizando la prueba de Bem (1974) donde se valora el rol sexual (*agenetic, communal, agenic-communal, undifferentiated*) y las subescalas de egocentrismo y auto-admiración de la prueba de Raskin y Hall (1981), ya utilizadas por Carroll (1989). Puede observarse que los fisicoculturistas muestran las mayores puntuaciones en narcisismo y por lo que a los rasgos en el rol sexual se refiere los datos indican que los fisicoculturistas obtienen mayores puntuaciones en *agenetic* frente al grupo control pero no frente al grupo de los otros deportistas. Dentro del grupo de fisicoculturistas se encuentran una mayor cantidad de sujetos *agenetic que communal*.

Al comparar el fisicoculturismo con otras actividades deportivas, no podemos dejar de reconocer dos aspectos diferenciales. El primero es que junto a la escasez de trabajos realizados, existe una diversidad de marcos teóricos —muchos sin sustento empírico adecuado—, orientaciones, resultados y metodologías (instrumentos, tamaño y características muestrales, etc.) que hacen imposible, por ahora, llegar a establecer unos rasgos definitorios de los deportistas practicantes del entrenamiento muscular estético. Y de igual forma, el segundo de los aspectos es que, a diferencia de otras actividades, en el fisicoculturismo no se dispone de datos que permitan analizar las posibles asociaciones entre determinados rasgos de personalidad y pautas específicas de entrenamiento o conductas presentes en un marco deportivo (variables socio-educativas y antropométricas, tiempo de entrenamiento, días de entrenamiento, duración de las sesiones, ajuste al programa de entrenamiento, participación en competiciones, consumos de esteroides anabolizantes, etc.) como se ha recomendado

(Guillén y Castro, 1994). Por ello, nuestro objetivo, junto a pretender una aproximación a los rasgos de personalidad en fisicoculturistas, considerando su situación de competidor o no competidor, frente a una población sedentaria; pretende analizar los rasgos de personalidad considerando una diversidad de conductas deportivas o estrechamente relacionadas con el deporte.

Por último, en el contexto del estudio de la personalidad y una vez revisada la investigación disponible, se espera contrastar los datos aportados por Darden (1972), también basados en el 16PE, donde se reflejan escasas diferencias en los rasgos de personalidad entre población sedentaria y fisicoculturistas. Prestando una especial atención al factor perfeccionismo, donde cabe esperar que los participantes activos en musculación estética obtendrán puntuaciones superiores a la de los sedentarios.

Método

Participantes

Han participado 218 varones de los que 71 (32,57%) eran fisicoculturistas competidores, 79 (36,24%) fisicoculturistas no competidores y 68 (31,19%) sedentarios.

Por *fisicoculturistas competidores* (GFC) se entienden aquellos sujetos que como actividad física principal o ejercicio, y en muchos casos de manera exclusiva, se dedican al entrenamiento de la fuerza con pretensión de lograr el mayor grado de desarrollo muscular —a nivel hipertrófico— y han participado en competiciones oficiales de fisicoculturismo al menos durante los dos últimos años. Así mismo, deben entrenar más de 3 días en semana.

Por *fisicoculturistas no competidores* (GFNC) se entienden aquellos sujetos que como actividad física principal o ejercicio, y en muchos casos de manera exclusiva, se dedican

al entrenamiento de la fuerza con pretensión de lograr el mayor grado de desarrollo muscular –a nivel hipertrofico– y no han participado en competiciones de fisiculturismo. Los sujetos debían cumplir con el requisito de llevar al menos dos años practicando musculación de manera continuada y como ejercicio principal. De igual forma, deben entrenar más de 3 días en semana.

Por *sedentarios* (GC) nos referimos a aquellos sujetos que durante los dos últimos años no han practicado un ejercicio de manera regular (menos de 2 veces por semana) o menos de una hora semanal. También se consideraban en este grupo aquellos sujetos que reconocían haberse iniciado en la práctica de un ejercicio durante el último año pero anteriormente llevaban más de dos años sin realizar ningún tipo de ejercicio de forma regular (menos de 2 veces por semana).

Instrumentos

La medición de los rasgos de personalidad se llevo a cabo mediante el 16PF-5 (Cattell, Cattell y Cattell, 1993) considerando, además de los dieciséis factores principales, la *Manipulación de Imagen*, la *Aquiescencia* y la *Infrecuencia*. *Su elección se ha debido al hecho de ser una prueba muy consolidada dentro de la psicología, consistente, contrastada en múltiples procesos y enfocada a la normalidad de los rasgos de personalidad; así como al existir estudios previos con el mismo instrumento y la misma población de deportistas.*

Para el resto de las variables se elaboró un cuestionario *ad hoc*, que mantenía los aspectos diferenciales entre sedentarios y activos en el ejercicio, con la finalidad de caracterizar a los participantes bajo una perspectiva social (edad, estado civil, nivel de estudios alcanzado y situación laboral), antropométrica (peso, altura, Índice de Masa Corporal –IMC– e Índice de Masa Corporal Libre de Grasa –IMCLG–, éste último sólo

para los activos), deportiva (tiempo que llevan sin hacer ejercicio, tiempo que llevan entrenando con pesas, número de días que acude a entrenar a la semana, horas de entrenamiento por cada sesión, número de competiciones en las que ha participado, practicaba de deporte antes de entrenar musculación, quedar a entrenar más de lo previsto, entrenar fuera de lo programado, encontrarse mal los días que no entrena o tener intención de competir en los próximos años) y de conductas relacionadas con la actividad deportiva (toma de esteroides anabolizantes, tiempo de toma y número de ciclos completado).

Debe considerarse que el IMCLG puede servir como indicador indirecto del consumo de EAAs; cuando este índice es superior a 25 Kg/m², puede estar discriminando a posibles usuarios (Kouri, Pope y Katz, 1995; Pope, Gruber, Choi, Olivardia, y Phillips, 1997).

Procedimiento

Tras contactar, a través del entrenador, con los participantes para entrevistarlos en su gimnasio habitual, se le asignaba al grupo correspondiente, procediéndose a cumplimentar las pruebas oportunas antes de llevar a cabo el entrenamiento anaeróbico de la sesión diaria. De igual forma, se procedía a tomar la medición de las variables antropométricas necesarias para calcular los índices considerados anteriormente; el IMCLG se obtenía, mediante un plicómetro manual, según las indicaciones realizadas en otros trabajos (Kouri et al. 1995; Pope et al. 1997).

Resultados

Como ya se ha comentado participaron 218 varones. La edad media del conjunto de los sujetos se sitúa en los 26,92 años con una SD de $\pm 6,461$ años. Por su parte, y considerando los participantes por grupos, vemos

que el GFNC muestra una edad media de $26,01 \pm 5,455$ años, el GFC refleja una media de $28,65$ años $\pm 6,899$ y el GC se sitúa en los $26,18 \pm 6,793$ años. Aún pudiendo decirse que el supuesto de igualdad de varianzas no se cumple (Estadístico de Levene = $3,750$ y signif. = $0,025$) el análisis de varianza resulta en una prueba robusta (Peña, 2002). Así, el análisis de varianza de un factor muestran diferencias significativas en la edad media de los participantes entre los grupos ($F = 3,867$; $p = 0,022$). Concretamente, y tras las comparaciones post hoc realizadas mediante la prueba de Tukey, el GFC frente al GFNC ($p = 0,033$).

Al considerar las variables sociodemográficas (Tabla 1), y reagrupando a los participantes en sólo dos categorías del estado civil –“solteros” y “casados o que han estado

casados”– los sujetos de la muestra se distribuyen diferencialmente a lo largo de la variable grupo ($\chi^2 = 9,708$, $gl = 2$ $p = 0,008$). Son los del GFC los que tienden a dominar en el grupo de casados y los del GFNC se mostrarían como grupo dominante principalmente entre los solteros.

En cuanto al nivel de estudios, los grupos tienen una composición similar ($\chi^2 = 3,321$, $p = 0,506$). Sin embargo, la situación laboral (considerando tres categorías –“activo”, “parado”, “estudiantes/otros”–) permite observar una significación estadística ($\chi^2 = 10,968$, $gl = 4$, $p = 0,027$) donde los sedentarios o GC muestran una relación con las categorías de no activos, mientras el GFC estaría presente de forma considerable en el grupo de activos laboralmente.

	G.F.N.C.	G.F.C.	G.C.	TOTAL
N	79	71	68	218
%	36,2	32,6	31,2	
Edad (Med \pm DS)	$26,01 \pm 5,45$	$28,65 \pm 6,89$	$26,18 \pm 6,79$	$26,92 \pm 6,46$
≤ 23 (%)	35.4	26.8	42.6	34.9
24-28 (%)	41.8	26.8	29.4	33.0
29 + (%)	22.8	46.5	27.9	32.1
E. Civil (%)				
Soltero	91.1	71.8	76.5	80.3
Casado/Excasado	8.9	28.2	23.5	19.7
N. Estudio (%)				
Sin Est./G.Escolar	23.0	28.6	20.6	24.0
FP-Bachiller	40.5	47.1	44.1	43.9
Universitario	36.5	24.3	35.3	32.1
Sit. Laboral				
Activo	59.7	73.2	49.3	60.9
Parado	20.8	7.0	20.9	16.3
Estudia/Otros	19.5	19.7	29.9	22.8

Tabla 1. Caracterización sociodemográfica de la muestra.

En lo que respecta a las variables antropométricas (Tabla 2). El peso, considerado para cada uno de los grupos resultantes de manipular la variable grupo y la variable edad como factores fijos, deja constancia de que se dan diferencias significativas en función del grupo de sujetos ($F_{\text{grupo}} = 7,631$ $p = 0,01$) y una significación muy ajustada al valor grupal en el caso de la interacción grupo-edad ($F_{\text{grupo} \times \text{edad}} = 2,461$ $p = 0,046$), pero no para la edad ($F_{\text{edad}} = 1,835$ $p = 0,162$). Por lo que respecta a las comparaciones por pares en función de las medias marginales estimadas, puede decirse que las diferencias para la variable grupo se presentan al realizar el cotejo entre el GFNC y el GC ($p = 0,003$) y entre el GFC vs. GC ($p = 0,000$). Ahora bien, si realizamos las pruebas a posteriori (prueba Tukey) de la interacción (efectos simples) el

anova univariante y sus posteriores comparaciones post hoc, podemos observar que las diferencias vienen marcadas entre el GFNC ≤ 23 y el GFC 29+ ($p = 0,025$), entre el GFNC 24-28 vs. GC ≤ 23 años ($p = 0,024$), entre el GFC 29+ y el GC 24-28 ($p = 0,002$) y el GFC 29+ vs. GC 29+ ($p = 0,007$).

Por su parte, la variable altura muestra diferencias significativas en la edad, aunque no en los valores tradicionales ($F_{\text{edad}} = 2,973$ $p = 0,053$) y con el grupo ($F_{\text{grupo}} = 3,559$ $p = 0,03$), pero no en la interacción ($F_{\text{grupo} \times \text{edad}} = 1,773$, $p = 0,135$). Las diferencias se muestran entre GFNC vs. GC ($p = 0,033$) y entre el GFNC vs. GFC ($p = 0,05$).

Si se considera el IMC no es posible observar interacciones ($F_{\text{grupo} \times \text{edad}} = 1,877$, $p = 0,116$), pero sí diferencias entre los grupos ($F_{\text{grupo}} = 8,364$, $p = 0,000$) y entre las

Grupo	Edad	N	PESO	ALTURA	I.M.C.	I.M.C.L.G.
			Media + DS	Media + DS	Media + DS	Media + DS
GFNC	≤ 23	28	78,71 \pm 8,93	1,78 \pm 0,06	24,87 \pm 1,76	23,35 \pm 1,55
	24 - 28	33	85,15 \pm 14,56	1,79 \pm 0,06	26,25 \pm 3,55	24,28 \pm 2,61
	29+	18	80,5 \pm 8,56	1,77 \pm 0,05	25,75 \pm 2,25	24,05 \pm 1,75
	Total	79	81,81 \pm 11,79	1,78 \pm 0,06	25,64 \pm 2,78	23,89 \pm 2,12
GFC	≤ 23	19	80,63 \pm 7,67	1,78 \pm 0,06	25,27 \pm 1,47	24,57 \pm 1,55
	24 - 28	19	79,21 \pm 14,46	1,74 \pm 0,08	26,08 \pm 4,13	25,42 \pm 3,91
	29+	33	89,39 \pm 13,99	1,75 \pm 0,07	29,03 \pm 3,57	27,80 \pm 3,47
	Total	71	84,32 \pm 13,46	1,76 \pm 0,07	27,24 \pm 3,70	26,30 \pm 3,49
GC	≤ 23	29	74,52 \pm 15,40	1,78 \pm 0,07	23,38 \pm 4,95	-----
	24 - 28	20	74,9 \pm 11,87	1,75 \pm 0,09	24,52 \pm 3,27	-----
	29+	19	76,05 \pm 8,38	1,73 \pm 0,09	25,41 \pm 2,19	-----
	Total	68	75,06 \pm 12,58	1,76 \pm 0,08	24,28 \pm 3,91	-----
Total	≤ 23	76	77,59 \pm 11,74	1,78 \pm 0,06	24,39 \pm 3,38	23,84 \pm 1,65
	24 - 28	72	80,74 \pm 14,33	1,77 \pm 0,08	25,72 \pm 3,66	24,69 \pm 3,16
	29+	70	83,49 \pm 12,70	1,75 \pm 0,07	27,21 \pm 3,39	26,48 \pm 3,47
	Total	218	80,52 \pm 13,12	1,77 \pm 0,07	25,74 \pm 3,65	25,03 \pm 3,08

Tabla 2. Variables antropométricas según grupo de culturistas y grupo de edad.

categorías de edad ($F_{\text{edad}} = 7,771$, $p = 0,001$). Ésta última, en la prueba de Tukey, muestra las diferencias significativas entre el grupo de ≤ 23 frente a los otros dos (24-28 con una $p = 0,042$ y con el de 29+ y una $p = 0,000$) y el grupo de 29+ con el de 24-28 años ($p = 0,023$). Si la comparación es entre las dimensiones de la variable grupo, las diferencias estarían entre el GC frente a los otros dos (GFNC con una $p = 0,036$ y el GFC con una $p = 0,000$) y entre los dos grupos de fisicoculturistas con una $p = 0,010$. Es decir, el IMC aumenta con la edad y con la participación en competiciones.

Por último, al analizar el IMCLG y considerando sólo los dos grupos de fisicoculturistas en función de la edad, resultaron significativos tanto los efectos principales como la interacción ($F_{\text{grupo}} = 20,201$, $p = 0,000$; $F_{\text{edad}} = 6,180$, $p = 0,03$; $F_{\text{grupo} \times \text{edad}} = 3,563$, $p = 0,031$) siendo los sujetos de 29+ del GFC los que mayor IMCLG obtienen (con una $p = 0,000$ frente al grupo de < 23 años y con una $p = 0,003$ frente a los de 24-28 años).

Antes de centrar la atención en el cotejo de aquellas variables específicas del entrenamiento, que afectan exclusivamente a los dos grupos de fisicoculturistas, puede observarse que en el GC el 67,65% dice no haber hecho ejercicio en el último año y el 32,35% reconoce haberse iniciado en él en los doce últimos meses; la media de años sin hacer ejercicio para ambos grupos es de $4,34 \pm 3,81$ y $4,00 \pm 4,05$ respectivamente. Por su parte, el GFC dice llevar una participación media de $5,06 \pm 2,92$ competiciones en los dos últimos años. Al considerar en años el tiempo que dicen llevar entrenando con pesas (GFNC = $5,67 \pm 4,23$, GFC = $8,48 \pm 5,01$) se nos hace considerar diferencias entre los grupos activos ($t = 3,690$, $p = 0,000$). Igual situación la encontramos en el número de días que dicen en-

treinar a la semana (Prueba de Levene: $F = 8,321$, $p = 0,005$) donde es factible de observar matices diferenciales entre los grupos (GFNC = $4,10 \pm 0,65$, GFC = $4,54 \pm 0,75$ con una $t = 3,753$ y una $p = 0,000$), no ocurriendo así en las horas que reconocen entrenar al día; no dándose diferencias entre los participantes competidores ($1,52 \pm 0,42$) vs. no competidores ($1,57 \pm 0,39$) ($t = 0,685$, $p = 0,495$).

Una de las características que mejor definen al fisicoculturismo es la toma de suplementación y en muchos casos el uso-abuso de Esteroides Anabolizantes (EAAs). Por lo que se refiere al uso reconocido (Sí/No), decir que el 24,7% de los participantes lo reconocen explícitamente, son los sujetos competidores quienes muestran (Sí = 45,1%, No = 54,9%) relaciones positivas y significativas con el uso de EAAs, mientras los no competidores (Sí = 6,3%, No = 93,7%) lo harían con el no uso ($\chi^2 = 30,203$, $p = 0,000$). El grupo de fisicoculturistas competidores muestra mayor cantidad de tiempo en el uso de los EAAs ($1,85 \pm 2,70$ años) frente a los no competidores ($0,09 \pm 0,398$) ($t = 5,454$, $p = 0,000$) y consecuentemente un mayor número de ciclos tomados (GFC = $3,59 \pm 5,45$, GFNC = $0,14 \pm 0,66$) ($t = 5,306$, $p = 0,000$).

Una variable que nos puede aportar información sobre el uso de EAAs, al encontrarse relacionada con él, es el IMCLG que vendría a determinar la significación en función del número de Kg/m^2 corporal. Comprobamos que el 53,5% de los sujetos competidores se distribuyen de manera significativa en valores superiores a $25 \text{ kg}/\text{m}^2$ por encima de lo esperado, mientras el 73,4% de los no competidores estarían en valores entre 21 y $25 \text{ Kg}/\text{m}^2$ ($\chi^2 = 16,496$, $gl = 2$, $p = 0,000$). Esto nos podría estar indicando que hay sujetos posibles consumidores de EAAs en cerca de un 36,7% del total de la muestra en ambos grupos (Sí = 55, No = 95).

Al analizar otras variables, como es si "anteriormente practicaba deportes" vemos que, sin existir diferencias significativas, el 76,0% dice que sí, ya sea individual o grupal, y sólo el 8,7% dice que no hacía deporte antes de comenzar a entrenar musculación. De igual forma, no se observan diferencias entre los grupos al analizar, mediante la prueba χ^2 , variables como "quedarse a entrenar más de lo previsto" —donde el 62,0% dice que sí suele hacerlo—, "entrenar fuera de lo programado" —donde el 36,4% dice que sí suele hacerlo pocas o muchas veces— o "encontrarse mal los días que no entrena" —donde el 68,5% dice que sí suele ocurrirle pocas o muchas veces—. Sí es posible caracterizar diferencias en las "intenciones de competir durante los próximos años"; en ellas puede comprobarse una relación significativa entre la intención de competir y el grupo, a favor del GFC ($\chi^2=56,467$ y $p=0,000$).

Cuando se consideran los resultados en el 16PF-5 (Tabla 3) los factores diferenciadores, entre los grupos, son el *Razonamiento* ($F=4,818$, $p=0,009$), donde el GC o sedentario puntúa por encima del GFNC ($p=0,046$) y del GFC ($p=0,01$), no existiendo diferencias entre los participantes activos. En el factor *Sensibilidad* ($F=5,852$, $p=0,003$) el GC obtiene una mayor puntuación media que la observada en el GFC ($p=0,002$) pero no con respecto al GFNC y tampoco son significativas las diferencias entre los grupos activos. Por otro lado, el factor *Abstracción* ($F=5,247$, $p=0,006$) viene a indicar que el grupo de sedentarios puntúa por encima tanto del GFNC ($p=0,05$) como del GFC ($p=0,006$), si bien tampoco se detectan diferencias entre los sujetos que entrenan. Por último, es en el factor de *Perfeccionismo* ($F=10,512$, $p=0,000$), donde los grupos activos obtienen mayores puntuaciones frente a los sedentarios

(GFNC vs. GC, $p=0,001$ y GFC vs. GC, $p=0,000$).

Estas variables de personalidad no muestran interacciones entre el grupo y la edad. Si embargo, sí es factible observar las marcadas por la edad que se constatan en el factor *Razonamiento* donde los sujetos de ≤ 23 años obtienen puntuaciones inferiores a las recogidas en el grupo 24-28 años ($p=0,039$) y el grupo 29+ ($p=0,018$). El factor *Estabilidad* marca diferencias en el grupo 29+ que puntúa por encima del grupo ≤ 23 años ($p=0,007$). En *Animación* el grupo de 29+ puntúa por debajo del grupo de ≤ 23 años ($p=0,000$) y el de 24-28 años ($p=0,003$). Por su lado, en el factor *Atención-normas* las diferencias se dan entre los participantes de 29+ que obtienen mayores puntuaciones que los de ≤ 23 años ($p=0,002$). En el factor de *Perfeccionismo* es el grupo de 29+ el que puntúa por encima y se diferencia del grupo de ≤ 23 años ($p=0,008$). Por último, en el factor *Aquiescencia* es el grupo de 29+ quien se diferencia, al puntuar menos que lo observado en el grupo de ≤ 23 años ($p=0,003$) y que el grupo 24-28 años ($p=0,02$).

Por último, al relacionar los diversos factores de personalidad con las variables implicadas en la actividad física o deportiva que han sido consideradas a lo largo del trabajo (Tabla 4) es factible observar una falta de relaciones significativas entre los factores *Abstracción*, *Privacidad*, *Aprensión*, *Manipulación de la Imagen* y *Aquiescencia* con ninguna de las variables relativas a la práctica del ejercicio. De igual manera, la variable que hace referencia a las horas diarias que dice entrenar no correlaciona con ninguno de los factores y el número de competiciones en las que refiere haber participado sólo se mostraría significativa en su relación con el factor *Infrecuencia*.

Factores 16PF-5	Grupos	Media	SD	IC-95%		F	P
AFABILIDAD	GFNC	13,78	4,159	12,85	14,72	0,798	0,452
	GFC	12,93	4,291	11,91	13,95		
	GC	15,63	4,649	12,51	14,76		
RAZONAMIENTO	GFNC	8,49	2,693	7,89	9,10	4,818	0,009
	GFC	8,20	3,133	7,46	8,94		
	GC	9,65	2,910	8,94	10,35		
ESTABILIDAD	GFNC	12,67	4,278	11,71	13,63	0,920	0,400
	GFC	12,86	4,596	11,77	13,95		
	GC	11,93	3,956	10,97	12,88		
DOMINANCIA	GFNC	13,87	3,807	13,02	14,73	0,325	0,723
	GFC	14,08	3,609	13,23	14,94		
	GC	13,57	3,822	12,65	14,50		
ANIMACIÓN	GFNC	13,38	4,014	12,48	14,28	1,592	0,206
	GFC	12,38	4,030	11,43	13,33		
	GC	12,26	4,622	11,15	13,38		
ATENCIÓN-NORMAS	GFNC	13,39	4,401	12,41	14,38	0,252	0,777
	GFC	12,97	4,736	11,85	14,09		
	GC	12,88	4,994	11,67	14,09		
ATREVIMIENTO	GFNC	13,68	5,597	12,43	14,94	0,138	0,871
	GFC	13,21	5,667	11,87	14,55		
	GC	13,38	5,510	12,05	14,72		
SENSIBILIDAD	GFNC	9,18	3,905	8,30	10,05	5,852	0,003
	GFC	8,32	3,671	7,45	9,19		
	GC	10,74	5,000	9,52	11,95		
VIGILANCIA	GFNC	12,22	3,872	11,35	13,08	1,081	0,341
	GFC	12,65	4,260	11,64	13,66		
	GC	11,60	4,512	10,51	12,70		
ABSTRACCIÓN	GFNC	8,01	4,211	7,07	8,96	5,247	0,006
	GFC	7,35	5,020	6,16	8,54		
	GC	9,85	4,933	8,66	11,05		
PRIVACIDAD	GFNC	10,62	4,438	9,63	11,61	0,578	0,562
	GFC	11,44	4,834	10,29	12,58		
	GC	10,97	4,694	9,83	12,11		
APRENSIÓN	GFNC	11,87	5,195	10,71	13,04	2,342	0,990
	GFC	10,97	5,071	9,77	12,17		
	GC	12,78	4,415	11,71	13,85		
APERTURA-CAMBIO	GFNC	14,24	5,087	13,10	15,38	2,305	0,102
	GFC	15,08	5,474	13,79	16,38		
	GC	16,04	4,618	14,93	17,16		
AUTOSUFICIENCIA	GFNC	6,78	4,989	5,67	7,90	1,729	0,180
	GFC	7,65	5,074	6,45	8,85		
	GC	6,06	5,087	4,83	7,29		
PERFECCIONISMO	GFNC	13,80	4,115	12,88	14,72	10,512	0,000
	GFC	14,41	4,295	13,39	15,43		
	GC	11,28	4,408	10,21	12,35		
TENSION	GFNC	9,70	4,991	8,58	10,81	1,779	0,171
	GFC	11,14	5,383	9,87	12,42		
	GC	10,82	4,408	9,76	11,89		
MANIPULA-IMAGEN	GFNC	11,59	4,645	10,55	12,64	0,903	0,407
	GFC	12,10	5,119	10,89	13,31		
	GC	11,01	4,484	9,93	12,10		
INFRECUENCIA	GFNC	2,09	2,617	1,50	2,67	1,407	0,247
	GFC	2,01	2,516	1,42	2,61		
	GC	2,74	3,235	1,95	3,52		
AQUIESCENCIA	GFNC	53,18	9,382	51,08	55,28	1,225	0,296
	GFC	52,37	9,128	50,21	54,53		
	GC	50,75	9,927	48,35	53,15		

Tabla 3. Análisis de la varianza para los factores del 16PF-5 por los grupos.

N = 150 Factores 16-PE-5		Tiempo Entrena	Días Entreno Semana	Horas Entreno Día	Veces ha Competido	Tiempo toma EAA's	Ciclos EAA's	I. M. C.	LM.C.L.G
AFABILIDAD	r	-.085	-.190(*)	.081	-.068	-.073	-.095	-.088	-.104
	P	.304	.020	.324	.286	.372	.247	.282	.203
RAZONAMIENTO	r	-.011	-.149	-.102	-.046	-.187(*)	-.193(*)	-.061	-.041
	P	.893	.069	.214	.579	.022	.018	.458	.619
ESTABILIDAD	r	.162(*)	.037	-.052	.041	-.050	-.060	.106	.076
	P	.047	.649	.531	.618	.545	.467	.197	.357
DOMINANCIA	r	.071	.087	-.026	.093	.191(*)	.214(**)	.144	.185(*)
	P	.386	.289	.754	.238	.019	.008	.079	.024
ANIMACION	r	-.286(**)	-.147	.011	-.144	-.200(*)	-.215(**)	-.187(*)	-.210(**)
	P	.000	.073	.895	.079	.014	.008	.022	.010
ATENCIÓN-NORMAS	r	.213(**)	.000	-.087	.057	.054	.097	.095	.111
	P	.009	.998	.291	.489	.510	.236	.248	.177
ATREVIAMIENTO	r	.178(*)	-.025	.020	-.029	-.052	-.067	-.014	-.048
	P	.029	.764	.805	.725	.525	.415	.869	.562
SENSIBILIDAD	r	-.001	-.293(**)	-.015	-.067	-.066	-.045	-.042	-.067
	P	.989	.000	.854	.412	.420	.585	.607	.417
VIGILANCIA	r	-.049	.162(*)	-.039	.054	.227(**)	.240(**)	.032	.085
	P	.552	.047	.640	.512	.005	.003	.699	.300
ABSTRACCION	r	-.157	-.094	.005	-.056	.009	.055	-.051	-.023
	P	.055	.253	.955	.496	.918	.505	.534	.780
PRIVACIDAD	r	-.066	.069	.055	-.018	.021	-.012	-.043	-.023
	P	.422	.404	.506	.830	.795	.883	.602	.777
APRENSION	r	-.079	-.049	-.014	-.059	.070	.092	-.013	-.018
	P	.334	.550	.861	.472	.393	.262	.871	.829
APERTURA-CAMBIO	r	.025	-.169(*)	.005	.019	-.076	-.097	-.124	-.123
	P	.760	.038	.951	.817	.358	.235	.132	.134
AUTOSUFICIENCIA	r	.045	.197(*)	-.005	.112	.200(*)	.229(**)	.019	.048
	P	.587	.016	.955	.173	.014	.005	.820	.563
PERFECCIONISMO	r	.244(**)	.142	.129	.069	.090	.101	.214(**)	.182(*)
	P	.003	.083	.118	.400	.271	.220	.009	.026
TENSION	r	-.065	.203(*)	.058	.136	.184(*)	.216(**)	.074	.137
	P	.429	.013	.485	.098	.024	.008	.370	.095
MANIPULA-IMAGEN	r	.139	.024	.051	-.027	-.113	-.142	-.057	-.100
	P	.091	.772	.536	.747	.170	.083	.487	.221
INFRECUENCIA	r	-.102	-.027	.002	-.185(*)	-.132	-.158	-.033	-.031
	P	.212	.746	.983	.023	.108	.053	.686	.704
AQUIESCENCIA	r	-.147	.057	-.032	.038	.087	.109	-.023	-.021
	P	.073	.488	.700	.644	.292	.186	.784	.797

Tabla 4. Correlaciones entre factores del 16PF-5 y variables relativas al ejercicio.

* La correlación es significativa al nivel 0,05 (bilateral).

** La correlación es significativa al nivel 0,01 (bilateral).

Discusión

Hemos encontrado que los sujetos participantes en procesos competitivos son algo mayores de edad que los no competidores, en línea con lo visto por Dielens (1984), Fuchs y Zaichkowsky (1983) y por Montoya y Araya (2003), y similares en edad al grupo de los sedentarios. Con mucha probabilidad, esta variable estaría influyendo en la situación laboral y con el estado civil que indican. Son los competidores quienes están en mayor proporción como activos laboralmente y son mayoría dentro del grupo de los casados, frente a lo visto por Fuchs y Zaichkowsky (1983) que observaron una mayoría de solteros entre los competidores. Por lo que al nivel de estudios se refiere los grupos se distribuyen de forma similar; en torno al 76% de la muestra disponen de estudios medios o superiores y el 24,3% de los competidores tendrían o estarían cursando estudios universitarios. Esta variable se ve apoyada por trabajos anteriores (Caracuel, Arbinaga y Montero, 2003) y viene a contradecir la opinión social sobre el bajo nivel formativo que caracterizaría a los que practican un entrenamiento de fuerza y concretamente la musculación estética.

El análisis basado en los factores antropométricos nos permite observar que son los no competidores quienes marcan diferencias al ser más altos frente a los competidores y a los sedentarios. Por otro lado y como es lógico, dado el aporte que la estructura muscular supone al conjunto de la composición corporal, el peso es superior en los sujetos que entrenan. Esto queda claramente reflejado a la hora de considerar la relación entre ambas variables –peso y altura– mediante el IMC y el IMCLG donde, a medida que se pasa de sedentario a no competidor y a su vez de no competidor a competidor, se indican unos

valores superiores en los índices resultantes; al tiempo que disminuye la relación observada entre la masa magra y la grasa al presentar índices menores de este último componente en los sujetos activos y sin distinción entre ellos.

Desde la consideración meramente deportiva o de práctica de ejercicio, hemos observado que entre los sujetos activos no se ven diferencias en las variables entrenar más de lo programado para la sesión, acudir a entrenar fuera de lo que tenían programado o encontrarse mal los días que no entrenan. Sí puede decirse que son los competidores quienes llevan más tiempo entrenando, mostrarían una tendencia, aunque no significativa, a entrenar más días a la semana, aunque vienen a entrenar la misma cantidad de tiempo al día; estos resultados son congruentes con los vistos por Montoya y Araya (2003) en población hispana. Si las dos primeras características serían las esperables, la última, el tiempo que entrenan al día, donde no se diferencian, pudiera hipotetizarse como debida a la organización de los entrenamientos. Ésta suele acomodarse a una sesión muy estructurada en el número de repeticiones y series; de igual forma viene a ocurrir con los planteamientos desarrollados en la agrupación muscular para el entrenamiento en cada sesión. A todo ello habría que añadir el riesgo de sobreentrenamiento derivado de sesiones prolongadas e intensas como pudiera suceder en el fisicoculturismo. Por otro lado, y de igual manera, esta forma de organizar las sesiones de entrenamiento también pudiera servir para entender la ausencia de correlaciones significativas entre los diversos rasgos de personalidad y el tiempo de entreno al día.

En cuanto a la ausencia de relaciones significativas entre los diversos rasgos de personalidad, salvo en el factor infrecuencia, y las veces que ha competido habría que seguir

investigando; ya que en otras actividades deportivas los datos parecen indicar la existencia de ciertas diferencias entre competidores experimentados o no (Sack, 1975). Si bien, también vendría a apoyar las afirmaciones que consideran que los rasgos de personalidad mantienen poca utilidad en la explicación o predicción de las diferencias entre deportistas y los no deportistas, entre los que practican deporte en distintos niveles o entre aquellos que participan en diferentes deportes (Guillen y Castro, 1994, Vealey, 1992).

Si el consumo de ayudas ergogénicas es una constante en la práctica deportiva, en el caso del fisicoculturismo cobra una especial relevancia por las mismas características del deporte practicado. Son los competidores, en el 91,55% de los casos, quienes dicen consumirlas en mayor medida, tanto si hablamos de proteínas, como de bebidas ergogénicas, aminoácidos, insulina, quemadores de grasa y un largo etc.; en todo el grupo de activos físicamente se llega al 72%; valores que superan a lo visto en otros lugares donde llegan al 15,59% (Lantz, Rhea y Cornelius, 2002). Si hablamos específicamente del uso de los esteroides anabolizantes, bastante extendido y oculto en el deporte de alta competición, aquí es un fenómeno evidente y reconocido abiertamente en los círculos de la musculación estética. Se ha visto que explícitamente un 24,67% reconoce tomarlos o haberlos tomado, aumentando en 12 puntos el porcentaje si la medición es el resultado de indicadores indirectos. Estos porcentajes no alcanzan el 51% mencionado en el grupo valorado por Pope, Katz y Hudson (1993) como usuarios de anabolizantes, pero son muy superiores a los indicados por Lantz, Rhea y Cornelius (2002) que señalaban al 12,76% de la muestra. Ahora bien, si sólo se considera nuestro grupo de competidores, entonces estaríamos hablando del 45,3% como usuarios

reconocidos, pudiendo llegar al 53,5% de ellos si se valoran de forma indirecta. Nuestros resultados sí vienen a coincidir con los trabajos mencionados en que los usuarios de EA muestran tener una mayor edad.

Estos datos deben resultar preocupantes, no sólo porque aproximadamente la mitad de los competidores los usan o los han usado, y por el riesgo para la salud que conlleva la toma de forma regular y continuada de los mismos, sino porque además es fácil encontrar un número importante de participantes que no compiten o no buscan hacerlo y han reconocido abiertamente su consumo en el 6,3% de los casos, llegando a multiplicarse por tres veces y media si se tiene presente el IMCLG, hasta alcanzar el 21,5% de la muestra de sujetos entrenados. Es lógico observar que son los competidores los que en mayor número dicen tomar EAAs, de forma abierta y explícita o evaluados a través de indicadores indirectos, los que llevan más tiempo tomándolos y por tanto han completado un mayor número de ciclos. Sin embargo, no se diferencian al considerar la influencia que tiene la toma de EAAs para la salud y el deporte que practican, siendo negativa para la primera y beneficiosa para la segunda variable.

El informe presentado refleja diferencias en los factores de *Abstracción*, *Sensibilidad* y *Razonamiento* claramente favorables al grupo control o de sedentarios, mientras que en el factor *Perfeccionismo* son los activos los que marcan diferencias con los sedentarios; aquéllos puede decirse que son más perfeccionistas. De este modo, nuestro grupo de fisicoculturistas se caracteriza frente a los sedentarios por ser realistas, prácticos y orientados a la acción, utilitarios, objetivos, poco sentimentales y de pensamientos concretos; siendo personas con alto rasgo de organización en su conducta y auto-disciplinado.

Estos resultados concordarían parcialmente con los observados por Hogan (1989) al afirmar que el entrenamiento de fitness se relaciona con una mayor auto-confianza y auto-disciplina. Sin embargo, no llegan a coincidir con lo visto cuando se ha utilizado el 16PF para valorar población fisicoculturista; si bien los grupos considerados como controles han sido una muestra de halterófilos (Darden, 1972) y otra de población general (Leithwood, 1967). Aún entendiendo las limitaciones en la comparación, los factores que han marcado la significación estadística en este trabajo han sido diferentes a los datos mostrados por Darden (1972), quien indicaba cómo factores diferenciadores la *Animación*, la *Dominancia* y la *Vigilancia*. Por su parte, Leithwood (1967) observa que la población fisicoculturista es comparable a la media poblacional en las características de personalidad; aun destacando factores distintos a los vistos en nuestro grupo, para él son las puntuaciones superiores a la población general en el factor *Animación* y *Auto-suficiencia* y menores en *Atención a las normas*, *Atrevimiento* y *Privacidad*.

Un aspecto que debemos reseñar como relevante es la relación encontrada entre el factor *Perfeccionismo* y la participación en entrenamientos de fuerza. El perfeccionismo se ha considerado en su polo alto como caracterizador de los sujetos en organizados y auto-disciplinados; resulta evidente que tales características vendrán a ser desadaptativas tanto por defecto como por exceso. Si bien el término perfeccionismo ha sido asociado a una amplia variedad de rasgos, se propone que en el 16PF-5 ha de entenderse en "*su versión británica de la perfección: orden y buenas maneras*" y por ello se considera como más acertado la utilización del término compulsividad (Karson, Karson, O'Dell,

2001, p. 70), donde las puntuaciones altas pudieran estar indicando "*por qué tienen necesidad de tantos hábitos*" estos sujetos (Karson, Karson y O'Dell, 2001, p. 70), siendo, de igual forma, un buen indicador de la habilidad para reprimir la ansiedad.

Manteniendo presentes las diferencias en la consideración que pudiera hacerse del perfeccionismo, según el instrumento de medida utilizado, ha podido observarse que, mediante la escala PANPS (Terry-Short, Owens, Slade y Dewey, 1995), se diferencia entre un perfeccionismo positivo, reflejado por una motivación apetitiva, y otro negativo, relacionado más con una motivación por evitación. El perfeccionismo positivo contribuye, ligera pero significativamente, en la predicción de las alteraciones de la conducta alimentaria en varones al mostrar relaciones negativas con éstas. Por su parte, el perfeccionismo negativo vendría a asociarse de forma significativa a la ansiedad física social (Owens y Slade, 1984).

Para finalizar, se considera necesario ampliar el número de trabajos sobre este grupo poblacional con la doble finalidad de, por un lado, conocer mejor los rasgos definitorios de personas que se encuentran sometidas a contextos donde se hace probable participar de una amplia gama de problemáticas (abusos de EAA, alteraciones de la imagen corporal, dependencia del ejercicio...); sabiendo que cuando se practica bajo parámetros adecuados resulta en una actividad física óptima para obtener amplios y variados beneficios. Por otro lado, debe aumentarse la atención especializada a este grupo de deportistas como forma de mejorar su rendimiento y asegurar una práctica deportiva, competitiva por tanto, que garantice la salud del competidor, a la vez que se obtiene el máximo rendimiento.

RASGOS DE PERSONALIDAD EN FISICOCULTURISTAS Y RELACIONES CON VARIABLES ANTROPOMÉTRICAS Y CONDUCTAS DEPORTIVAS

PALABRAS CLAVE: Fisicoculturismo, Personalidad, Fuerza, Competición, Entrenamiento, Perfeccionismo.

ABSTRACT: El estudio de la personalidad, de aquellos que llevan a cabo la práctica de ejercicio o de una actividad deportiva, ha sido relevante en el devenir de la psicología del deporte y de la salud. En este contexto, se analizan los rasgos de personalidad, en varones practicantes de fisicoculturismo, valorados mediante el 16PF-5 (Cattell, Cattell y Cattell, 1993). De los 218 participantes, el 32,57% (71) eran fisicoculturistas competidores (GFC), el 36,24% (79) fisicoculturistas no competidores (GFNC) y 68 (31,19%) eran sedentarios (GC). Los resultados nos vienen a indicar que en el GFC están los de mayor edad ($F= 3,867$, $p= 0,022$); siendo los del GFNC los que muestran una mayor altura ($F= 3,559$, $p= 0,03$). En los factores de personalidad se constatan diferencias, puntuando por encima los del GC, en los factores de *Razonamiento* ($F= 4,818$, $p= 0,009$), *Sensibilidad* ($F= 5,852$, $p= 0,003$) y *Abstracción* ($F= 5,247$, $p= 0,006$); por su parte, es en el factor de *Perfeccionismo* donde los participantes en los dos grupos de activos puntúan por encima frente a los del GC ($F= 10,512$, $p= 0,000$).

TRAÇOS DE PERSONALIDADE EM CULTURISTAS E RELAÇÕES COM VARIÁVEIS ANTROPOMÉTRICAS E COMPORTAMENTOS DESPORTIVOS

PALAVRAS-CHAVE: Culturismo, Personalidade, Força, Competição, Treino, Perfeccionismo.

RESUMO: O estudo da personalidade daqueles que levam a cabo a prática de exercício ou de uma actividade desportiva, tem sido relevante para a psicologia do desporto e da saúde. Neste contexto, analisam-se os traços de personalidade em homens que praticam culturismo, avaliados através do questionário 16PF-5 (Cattel, Cattel & Cattel, 1993). Dos 218 praticantes, 32,57% (71) eram culturistas competidores (GCC), 36,24% (79) culturistas não competidores (GCNC) e 68 (31,19%) eram sedentários (GC). Os resultados indicam que no GCC estão os homens de idade superior ($F= 3,867$, $p= 0,022$); sendo os do GCNC os que mostram uma altura superior ($F= 3,559$, $p= 0,03$). Nos factores de personalidade encontram-se diferenças, obtendo resultados superiores os do GCC, nos factores de Raciocínio ($F= 4,818$, $p= 0,009$), Sensibilidade ($F= 5,852$, $p= 0,003$) e Abstracção ($F= 5,247$, $p= 0,006$); por outro lado, é no factor Perfeccionismo que os praticantes dos dois grupos activos obtêm resultados superiores face aos do grupo GC ($F= 10,512$, $p= 0,000$).

Referencias

- Alderman, R. B. (1983). *Manuel de Psychologie du Sport*. Paris: Editions Vigot.
- Bem, S.L. (1974). The measurement of psychological androgyny. *Journal of Counselling and Clinical Psychology*, 42, 155-162.
- Caracuel, J. C. Arbinaga, F. y Montero, J. A. (2003). Perfil socio-deportivo de dos tipos de usuarios de gimnasio: Un estudio piloto. *EduPsykhé. Revista de Psicología y Psicopedagogía*. 2 (2), 273-308.
- Carroll, L. (1989). A comparative study of narcissism, gender and sex-role orientation among bodybuilders, athletes and psychological students. *Psychological Reports*, 64, 999-1006.
- Carron, A. V. (1975). Personality and athletics: a review. En B. S. Rushall (Ed), *The status of psychomotor learning and sport psychology research* (pp. 5.1-5.12). Dartmouth, Nova Scotia: Sport Science Associates.
- Cattell, R. B. Cattell, A. K. y Cattell, H. E. P. (1993). *Sixteen Personality Factor Questionnaire, Fifth Edition*. Champaign, IL.: Institute for Personality and Ability Testing Inc.
- Cox, R. (1985). *Sport Psychology: concepts and applications*. Dubuque, IA: Wm. C. Brown Publishers.

- Darden, E. (1972). Sixteen personality factor profiles of competitive bodybuilders and weightlifters. *The Research Quarterly*, 43, (2), 142-147.
- Davis, C. y Scott-Robertson, L. (2000): A psychological comparison of female with anorexia nervosa and competitive male bodybuilders: body shape ideals in the extreme. *Eating Behaviors*, 1, 33-46.
- Diéclens, S. (1984). Narcissisme et activités physiques a la mode: profil psychologique des pratiquants d'aérobic, de jogging et de bodybuilding. *Revue de L'Education Physique*, 24, (1), 21-24.
- Edwards, A. L. (1959). *Manual for the Edwards Personal Preference Schedule*. New York. The Psychological Corporation.
- Eysenck, H. J. y Eysenck, S. B. G. (1968). *Manual for the Eysenck personality inventory*. San Diego, CA: Educational and Industrial Testing Service.
- Fuchs, C. Z. y Zaichkowsky, L. D. (1983). Psychological characteristics of male and female bodybuilders: The iceberg profile. *Journal of Sport Behavior*, 6, (3), 136-145.
- Garhammer, J. (1989). Weight lifting and training. En Vaughan, S. (ed). *Biomechanics of Sport*. Boca Raton, FL. CRC Press.
- Goma, M. Puyane, P. (1991). Personalidad en alpinistas vs. otros grupos que practican actividades relacionadas con la montaña. *Psicothema*, 3, (1), 73-78.
- Guillén, F. y Castro J. J. (1994). Comparación de la personalidad en deportistas y no deportistas, utilizando como instrumento el EPQ-A de Eysenck. *Revista de Psicología del Deporte*, 3, (5), 5-14.
- Hogan, J. (1989). Personality correlates of physical fitness. *Journal of Personality and Social Psychology*, 56, (2), 284-288.
- Karson, M. Karson, S. y O'Dell, J. (2001). 16PF-5: Una guía para su interpretación en la práctica clínica. Madrid: TEA.
- Kouri, E. M. Pope, H. G y Katz, D. L (1995). Fat-free mass index in users and nonusers of anabolic-androgenic steroids. *Clinical Journal of Sport Medicine*, 5, 223-228.
- Kroll, W. (1970). Current strategies and problems in personality assessment of athletes. En L.E. Smith (Ed): *Psychology of Motor Learning* (pp. 349-367). Chicago: The Athletic Institute.
- Lantz, C. D. Rhea, D. y Cornelius, A. (2002). Muscle dysmorphia in elite-level power lifters and bodybuilders: A test of differences within a conceptual model. *Journal of Strength and Conditioning Research*, 16, (4), 649-655.
- Lavoegie, M. S. (1973). *Epreuve d'Auto-Estimation. Manuel d'Instructions*. Issy-les-Moulineaux: Editions Scientifiques et Psychotechniques.
- Leithwood, K. A. (1967). *The personality characteristics of three groups of weight-trainers*. Tesis de Master. University of British Columbia.
- Lluís, J. M. (2002). Personalidad: Esbozo de una teoría integradora. *Psicothema*, 14, (4), 693-701.
- Martens, R. (1975). *Social psychology and physical activity*. New York: Harper and Row Publishers.
- Montoya, J. A y Araya, G. (2003). Identificación y comparación de síntomas de dismorfia muscular entre sujetos que practican fisicoculturismo y otros que realizan entrenamiento con pesas. *Revista de Ciencias del Ejercicio y la Salud*, 3, (1), 54-62.
- Morgan, W. P. (1980a). Sport personology: the credulous-skeptical argument in perspective. En W. F. Straub (Ed). *Sport Psychology: an analysis of athlete behaviour* (pp. 330-339). Ithaca New York: Movement Publications.

- Morgan, W. P. (1980b). The trait psychology controversy. *Research Quarterly for Exercise and Sport*, 51, 59-76.
- Owens, R. G. y Slade, P. D. (1984). Running and anorexia nervosa; an empirical study. *International Journal of Eating Disorders*, 14, (3), 643-657.
- Pope, H. G. Katz, D. L. y Hudson, J. I. (1993). Anorexia nervosa and "reverse anorexia" among 108 male bodybuilders. *Comprehensive Psychiatry*, 34, 406-409.
- Pope, H. G. Gruber, A. J. Choi, P. Olivardia, R. y Phillips, K. E. (1997). Muscle dysmorphia: An underrecognized form of body dysmorphic disorder. *Psychosomatics*, 38, 548-557.
- Raskin, R. y Hall, C. (1981). The Narcissistic Personality Inventory: alternate form reliability and further evidence of construct validity. *Journal of Personality Assessment*, 45, 159-162.
- Rubinstein, G. (2003). Macho man: narcissism, homophobia, agency, communion and authoritarianism: A comparative study among Israeli bodybuilders and control group. *Psychology of Men and Masculinity*, 4, 2, 100-110.
- Ruffer, W. A. (1976). Personality traits of athletes. *The Physical Educator*, 33, (1), 50-55.
- Sack, H. G. (1975). *Sportliche betätigung und personlichkeit*. Ahrensburg: Czwalina.
- Santacreu, J. Hernández, J. M. Adarraga, P. y Márquez, M. O. (2002). *La personalidad en el marco de una teoría del comportamiento humano*. Madrid: Pirámide.
- Terry-Short, L. Owens, R. G. Slade, P. D. y Dewey, M. E. (1995). Positive and negative perfectionism. *Personality and Individual Differences*, 18, 663-668.
- Thirer, J. y Greer, D. L. (1981). Personality characteristics associated with beginning, intermediate and competitive bodybuilders. *Journal of Sport Behavior*, 4, 3-11
- Thune, J. B. (1949). Personality of weightlifters. *Research Quarterly*, 20, 296-306.
- Vealey, R. S. (1992). Personality and sport: a comprehensive view. En T. S. Horn (ed). *Advances in sport psychology* (pp. 25-59) Champaign, IL: Human Kinetics.
- Watson, P. J. Taylor, D. y Morris, R. J. (1987). Narcissism, sex role and self-functioning. *Sex Roles*, 16, 335-350.
- Whiting, J. M. y Hendry, L. (1969). A study of international table tennis players. En H.T.A. Whiting (ed), *Acquiring ball skill*. Philadelphia: Lea and Febiger.