

TRASTORNOS ALIMENTARIOS EN LA ACTIVIDAD FÍSICA Y EL DEPORTE: UNA REVISIÓN

M.P. Blasco*; M.L. García-Merita* y I. Balaguer**

PALABRAS CLAVE: Trastornos alimentarios. Deporte. Actividad Física. Psicología.

RESUMEN: Este trabajo presenta una revisión de la literatura sobre trastornos alimentarios en la Actividad Física y el Deporte publicada en la década de los ochenta (1980-1990). Los artículos sobre el tema fueron extraídos de dos índices bibliográficos: Social Sciences Citation Index (S.S.C.I.) y el Psychological Abstracts. La revisión se realizó a través de dos clases de análisis: análisis bibliométrico y análisis de contenido. Del análisis bibliométrico presentamos los resultados sobre: productividad de los artículos y de autores, colegios invisibles, países, instituciones y departamentos más productivos y revistas donde se publican los artículos sobre el tema. El análisis de contenido se realizó diferenciando los artículos en teóricos y empíricos. Los artículos teóricos se analizaron en función de las siguientes categorías: propuestas teóricas, estudios de casos y réplicas entre autores. Las categorías utilizadas para analizar los trabajos empíricos fueron las siguientes: orientación metodológica, instrumentos de recogida de información, técnicas estadísticas utilizadas, características de las muestras; deportes y actividades físicas en los que se han estudiado estos trastornos; clases de trastornos alimentarios y variables relacionadas con ellos.

KEY WORDS: Eating disorders. Sport. Physical activity. Psychology.

ABSTRACT: This work presents a review of the literature on eating disorders in Physical Activity and Sport published in the 80's (1980-1990). The articles on this subject were extracted from two bibliographical indices: The Social Sciences Citation Index (S.S.C.I.) and the Psychological Abstracts. The review was made using two kinds of analyses: bibliometric and content analysis. From the *Bibliometric Analysis* we present the results for: productivity of articles and authors; level of collaboration between authors; invisible colleges; the most productive countries, institutions and departments; journals where the articles were published. From the *Content Analysis* we offer the results of theoretical and empirical articles. We grouped the theoretical articles in the following categories: theoretical proposals, case studies and replies between authors. We analyze the empirical

* Dpto. Personalidad, Evaluación y Tratamientos Psicológicos

** Área de Psicología Social

Correspondencia: Facultad de Psicología. Av. Blasco Ibañez 21. 46010 Valencia.

works using the following categories: methodological orientation, instruments for gathering information, statistical techniques used, characteristics of samples, sports and physical activity where these disorders have been investigated, types of eating disorders and the variables related to them.

Introducción

Los trastornos alimentarios, según la clasificación del D.S.M. III-R, son una subclase de trastornos que se caracterizan por la existencia de graves alteraciones en la conducta alimentaria. Este grupo incluye entre otros trastornos la Anorexia nerviosa y la Bulimia nerviosa. Entre los factores psicológicos que afectan al estado físico encontramos la obesidad (A.P.A., 1987).

El trastorno alimentario más importante es la anorexia nerviosa. Este trastorno es el único que durante años aparecía como tal en los tratados de psiquiatría. Dicho síndrome presenta como núcleo de su sintomatología, la preocupación del sujeto por la comida y el miedo fóbico a convertirse en una persona obesa. Se caracteriza por un rechazo a comer, pérdida de peso, vómitos, amenorrea y humor depresivo (Garfinkel y Garner, 1982; Toro y Vilardell, 1987).

La bulimia nerviosa se caracteriza por el aumento patológico del hambre. Comparte con la anorexia la búsqueda de la delgadez y el horror ante la obesidad. Se caracteriza por episodios de ingesta voraz, vómitos y uso de productos para perder peso (Russell, 1979; Abraham y Beumont, 1982).

La obesidad se define como una acumulación excesiva de tejido adiposo que se traduce en un aumento del peso corporal. Aparece por un desequilibrio entre el aporte y el consumo energético (Saldaña y Rosell, 1988).

Este tipo de trastornos están resultando relevantes en el ámbito deportivo, bien por las presiones hacia la delgadez a las que se ven sometidos los deportistas para lograr el éxito deportivo (Cruz, 1991; Garner y Garfinkel, 1980), bien por el exceso de actividad (Epling, Pierce y Stefan, 1983).

Las teorías que han tratado de explicar la etiología de los trastornos alimentarios han sido desarrolladas por separado para cada trastorno. Sin embargo, la característica común en todas ellas, es la de tratar de explicar cada síndrome a partir del patrón alimentario del sujeto.

En el ámbito deportivo, los trastornos alimentarios se presentan más frecuentemente en aquellos deportes en los que existe presión para perder peso o mantener un peso bajo.

Existen fundamentalmente tres posturas que intentan explicar el porqué de la incidencia de este tipo de trastornos en deporte.

Una de ellas está representada por aquellos que defienden que la influencia de la presión social es el factor responsable del desarrollo del trastorno (Garner y Garfinkel, 1980; Garfinkel y Garner, 1982; Rosen y Hough, 1988; Pérez, Rodríguez, Esteve, Larraburu, Font y Pons, 1992).

Otros autores (Eisler y le Grange, 1990; Leon, 1984) apuntan que los individuos con personalidades susceptibles de desordenes alimentarios son atraídos por los deportes que requieren un control de peso.

Una tercera postura, defendida para el caso de la anorexia nerviosa, la representan los defensores de un subtipo anoréxico llamado "anorexia basada en la actividad" o "anorexia por hiperactividad" (Epling, Pierce y Stefan, 1983).

Según estos autores el exceso de ejercicio físico puede provocar el inicio de la anorexia nerviosa. Teóricamente un incremento de actividad física debería conducir a un incremento de la ingesta. Sin embargo, se ha visto que no es esto lo que suele ocurrir (Epling, Pierce y Stefan, 1983; Johnson, Mastropalo y Wharton, 1972). Los defensores de esta teoría sugieren que la influencia entre actividad física e ingesta de alimentos tiene un carácter

recíproco. Su concreción clínica significaría que en la anorexia nerviosa, o en algunos casos de este trastorno, la restricción voluntaria de alimento produciría mayores tasas de actividad. Esta actividad facilitaría, a su vez, por lo menos en un principio, la disminución de la ingesta, estableciéndose un dramático círculo vicioso: la disminución de la ingesta produce aumento de la actividad y el aumento de actividad produce más disminución de la ingesta, y así sucesivamente. Según todo esto, un incremento de la actividad física podría funcionar como un factor precipitante de ciertas anorexias. De hecho, ellos sugieren que entre el 38-75% de las anorexias pueden ser inducidas por actividad.

El objetivo general del presente trabajo consiste en analizar el estado actual de la investigación sobre Trastornos Alimentarios en el área de la Actividad Física y el Deporte, en la década de los ochenta.

Método

En primer lugar, realizamos una búsqueda bibliográfica del material publicado sobre el tema, en el periodo que se extiende desde 1980 a 1990, tomando como fuentes documentales el *Psychological Abstracts* y el *Social Sciences Citation Index*.

Del *Psychological Abstracts* seleccionamos todos aquellos trabajos que por el título y el abstract, hacían referencia al tema que nos ocupa: los Trastornos alimentarios en el ámbito de la Actividad Física y el Deporte.

En el *Social Sciences Citation Index* entramos en su índice permutado de palabras clave (Permuted Index), por los términos relacionados con los trastornos alimentarios y la alimentación como: anorexia nerviosa, bulimia, obesidad, y la nutrición. Como segundos descriptores tomamos los referidos al ámbito deportivo: ejercicio, actividad física, deporte y todos los nombres referidos a cada uno de los deportes o actividad física concreta. (ballet, baloncesto, boxeo, fútbol, gimnasia, etc.).

Una vez reunidos los artículos seleccionados pasamos al análisis de los mismos, utilizando una metodología cuantitativa (Análisis bibliométrico) y una metodología cualitativa (Análisis de contenido).

Con el *Análisis Bibliométrico* queríamos conocer la productividad global sobre el tema y los autores más importantes sobre el mismo, así como el nivel de colaboración entre los autores y su agrupación en colegios invisibles. También nos interesó conocer los países e instituciones más sobresalientes en esta área de investigación. Así como las revistas que eligen los autores para publicar los trabajos sobre este tema.

Para realizar el Análisis de Contenido, construimos diferentes categorías para analizar el contenido de los artículos.

En primer lugar, dividimos los artículos en teóricos o empíricos.

Los artículos teóricos se categorizaron como: 1.- Propuestas teóricas; 2.- Réplicas entre autores; 3.- Estudio de casos.

Para analizar el contenido de los artículos empíricos introdujimos las siguientes categorías: 1.- Orientación metodológica; 2.- Instrumentos de recogida de información; 3.- Técnicas estadísticas; 4.- Características de los sujetos que componen las muestras; 5.- Características de los deportes; 6.- Tipo de trastornos alimentarios estudiados; 7.- Variables con las que se han relacionado los trastornos alimentarios.

En cuanto a la orientación metodológica las subcategorías utilizadas fueron: a) Experimental de campo y de Laboratorio, b) Cuasi-experimental y c) Correlacional.

En cuanto a los Instrumentos de Recogida de Información, seguimos la clasificación de Fernández-Ballesteros (1984), que los divide en : a) Entrevista, b) Autoinformes, c) Técnicas subjetivas, d) Técnicas objetivas, e) Técnicas observacionales, y f) Técnicas proyectivas.

Por lo que se refiere a las Técnicas Estadísticas utilizadas, siguiendo la clasificación de Haber y Runyon (1973), introdujimos las siguientes subcategorías: a) Estadística descriptiva, b)

Estadística inferencial paramétrica y c) Estadística inferencial no paramétrica.

Respecto a las Variables con las que se han relacionado los Trastornos Alimentarios, utilizamos las siguientes subcategorías: a) Variables Cognitivas, b) Variables Conductuales, c) Variables Físicas, d) Variables Demográficas, e) Variables Emocionales y f) Tiempo de Práctica Deportiva.

Resultados

Análisis bibliométrico

En una visión global sobre la Productividad, encontramos un total de 78 artículos, lo que viene a representar una media de algo más de 7 artículos por año.

Los Autores más productivos que han trabajado sobre el tema son: Michelle P. Warren de la Universidad de Columbia (6 trabajos), J. Brooks-Gunn de la Universidad de Pensylvania (5 trabajos) y Linda H. Hamilton de la Universidad de Adelphi, Paul E. Garfinkel de la Universidad de Toronto y Alayne Yates de la

Universidad de Arizona con 4 trabajos cada uno.

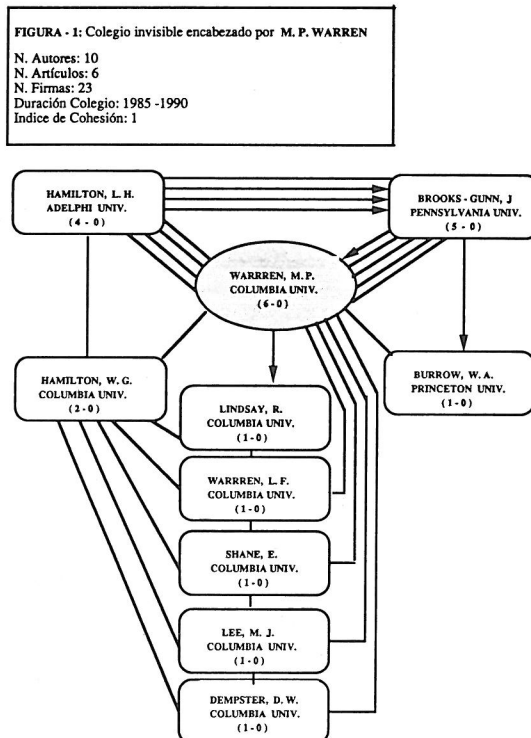
Una característica común a todos los autores más productivos es que todos trabajan sobre anorexia nerviosa. Los cuatro primeros la han estudiado en ballet y atletismo y el último en corredores.

El Índice de Colaboración global para este tema y periodo es de 2.56, valor superior al establecido en algunos temas de Psicología del Deporte, como es el caso de la Autoeficacia percibida (2.47) (Jiménez-Castelblanque, 1990), la Práctica imaginada (2.04) (Atienza, 1991) y la Ansiedad competitiva (2.16) (Pons, 1991).

Hemos observado que los autores se agrupan mediante la colaboración conjunta de sus investigaciones, conformando lo que se denomina Colegios Invisibles (Peiró, 1981).

El más numeroso encabezado por Michelle P. Warren, está conformado por 10 autores, su tiempo de duración es de 6 años y publica 6 artículos (Figura 1).

La línea de investigación sobre trastornos alimentarios que sigue este colegio está centrada



específicamente en el estudio de la anorexia nerviosa en el deporte. Los núcleos de sus investigaciones son el estudio de: las actitudes, las influencias sociales asociadas al trastorno, las prácticas alimentarias, el rol del deportista en competición, y otros trastornos relacionados en este campo.

Los deportes y actividad física en los que se sitúan para el estudio, son el ballet y el atletismo.

En cuanto al Lugar de Procedencia de los trabajos vemos que la mayoría proceden de Estados Unidos, país que publica más del 75% de los mismos. Le sigue Canadá con cerca del 10%. Gran Bretaña y Alemania están representadas con porcentajes cercanos al 5%. También están presentes Holanda y Sudáfrica (1% cada uno) y Australia (0.5%).

En cuanto a las Instituciones, como cabe esperar desde un punto de vista global, son las Universidades americanas las más productivas. Entre estas encontramos la Universidad de

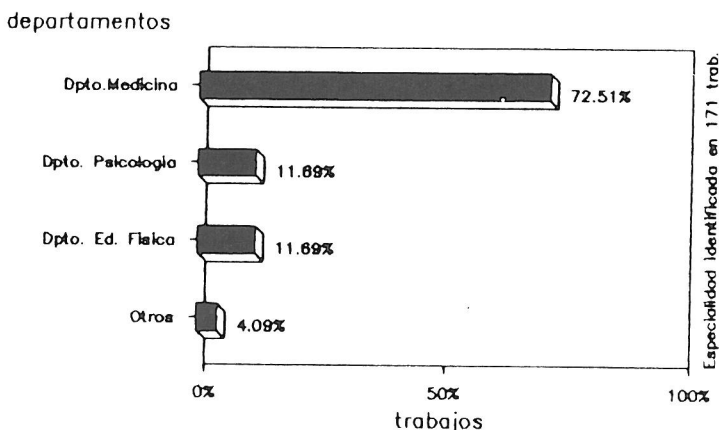
son las sedes de varios de los autores más productivos, entre ellos: Warren, Garfinkel y Yates.

En cuanto a la Especialidad de los Departamentos de los que proceden los 171 trabajos en los que hemos podido identificar la especialidad de los autores (Figura 2), encontramos que casi un 73% han sido realizados desde departamentos de Medicina, mientras que porcentajes cercanos al 12% proceden del Departamento de Psicología y del de Educación Física.

Por lo que respecta a las Revistas donde se han publicado los trabajos, vemos que el total de los 78 artículos detectados han sido publicados en 35 revistas diferentes. De estas revistas 23 son médicas (65.71%), 5 psicológicas (14.28%) y 7 recogen publicaciones de campos diversos como Educación, Antropología, etc. (20%).

Las revistas médicas presentan 63 publicaciones sobre el tema, siendo las más productivas: la *International Journal of Eating*

Figura 2.- Especialidad Departamentos



Columbia, que es la más productiva en todo el periodo con 12 trabajos; y las de Arizona y Stanford con 8 trabajos cada una.

En segundo lugar de producción figura la Universidad Canadiense de Toronto con una aportación de 11 trabajos.

Las instituciones más productivas, Universidades de Columbia, Toronto y Arizona

Disorders con 13 trabajos, y la *Medicine and Science in Sports and Exercise* con 9.

En general, no existe ninguna revista específica que se ocupe únicamente del tema de los trastornos alimentarios en la actividad física y el deporte. No obstante, la *International Journal of Eating Disorders*, señalada como la más productiva, podría considerarse como el

medio de difusión específico sobre esta materia, ya que muchos de los autores procedentes de diferentes disciplinas la eligen como órgano de publicación.

Análisis de contenido

De los 51 artículos incluidos en el presente análisis, 22 son teóricos y 29 son empíricos.

La casi totalidad de los trabajos teóricos versan sobre anorexia nerviosa (95,45%). Entre ellos encontramos tres propuestas teóricas:

Una de ellas presentada por Epling y Pierce (1988) consiste en una hipótesis sobre un nuevo subtipo anoréxico, denominado "anorexia por hiperactividad". Otra perteneciente a Eisler y Le Grange (1990) ofrece cuatro modelos no excluyentes, que tratan de esclarecer las numerosas controversias existentes en torno al tema de anorexia nerviosa y deporte. Y la última publicada por Sesan (1989), presenta el único programa de intervención dirigido a la anorexia nerviosa en deporte.

Existen también, cinco estudios de casos en deporte, cuatro centrados en anorexia nerviosa y uno en bulimia.

Asimismo, un notable número de trabajos (14) constituyen réplicas y contrarréplicas formuladas por diferentes autores sobre el artículo de Yates, Leehey y Shisslak (1983). Aunque dichos trabajos representan distintas

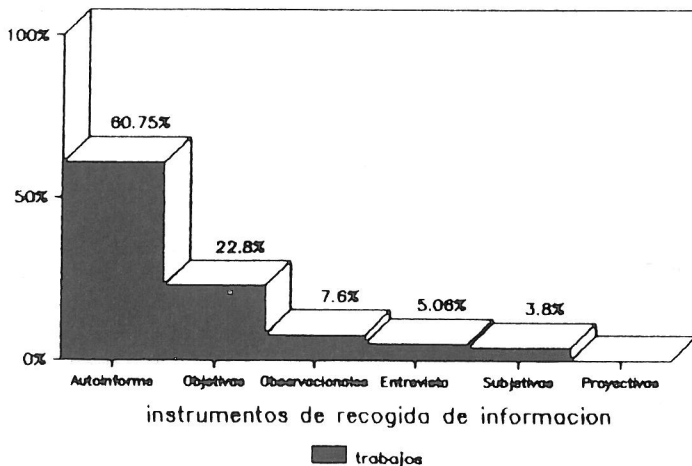
posturas sobre la cuestión "Analogía entre corredores obligatorios (*obligatory runners*) y anorexia nerviosa", establecida por estos autores, la mayoría de autores, defienden que existe una analogía en la preocupación por el peso que presentan estos corredores y la que presentan los anoréxicos. Los que no están de acuerdo con esta postura (Blumenthal, Otoole y Chang, 1984; Chang, Blumenthal y Otoole, 1984; Weight y Noakes, 1987) consideran que esto no es así, ya que los anoréxicos buscan la extrema delgadez y no así los segundos que persiguen una buena forma física.

En cuanto a los trabajos empíricos y siguiendo las categorías que señalamos en el apartado de metodología, observamos que la totalidad de los mismos han sido realizados bajo una Orientación Metodológica correlacional.

Cabe decir que este dato es bastante lógico ya que en general, son estudios sobre la prevalencia de trastornos alimentarios en el deporte y la actividad física. En ellos, el investigador se interesa por captar la realidad tal y como se presenta, sin manipular ningún tipo de variables.

Respecto a los Instrumentos de Recogida de Información (Figura 3), podemos observar que los Autoinformes son los instrumentos preferidos por los investigadores con una representación entorno al 60% ; seguidos en orden de preferencia por las Técnicas objetivas con un porcentaje cercano al 23%.

Figura 3.- Técnicas de Evaluación



Entre los autoinformes, distinguimos entre los que evalúan: 1. Trastornos Alimentarios, utilizados en el 59.18% de los trabajos; 2. Psicopatología secundaria a dichos trastornos, aplicados en el 28.57% de los trabajos; 3. Sistemas de control de peso, utilizados en el 6.12% de los trabajos; y 4. Nutrición, aplicados en el 6.12% de los mismos.

Los autoinformes sobre trastornos alimentarios son los más utilizados. De ellos 3 acaparan la atención, el *Eating Attitudes Test* (E.A.T.) de Garner y Garfinkel (1979), el *Eating Disorders Inventory* (E.D.I) de Garner y Olmsted (1984) y el *Eating Attitudes Test - 26* (E.A.T.-26) que es una versión reducida del E.A.T. y también está publicado por Garner, Olmsted, Bohr y Garfinkel (1982). Los tres están muy acreditados en la literatura de la especialidad, pero sin embargo, no han sido diseñados específicamente para la población deportista.

Cabe resaltar que solo hemos encontrado cinco autoinformes específicos para contextos deportivos (utilizados en 7 artículos), dos encaminados a evaluar trastornos alimentarios (Braisted, Mellin, Gong e Irwing, 1985; Bunnell, Nussbaum, Schenker y Weiseiber, 1989); uno para valorar los sistemas de control de peso utilizados (Brodie, Lamb y Roberts, 1988) y dos para analizar la nutrición de los deportistas (Bedgood y Tuck, 1983; Grandjean, Hursh, Majure y Hanley, 1981).

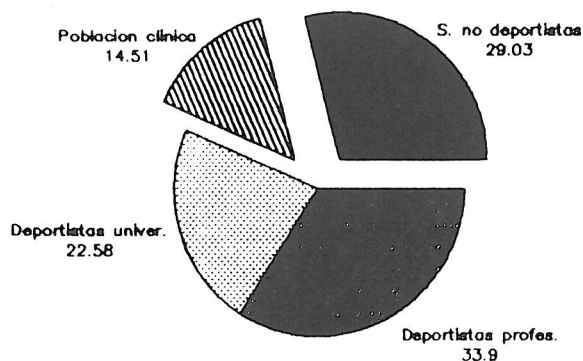
Las técnicas objetivas han sido utilizadas en su mayoría para evaluar variables físicas y fisiológicas de los sujetos, tales como: peso, talla, nivel de hormonas, medidas óseas, respuestas cardiovasculares, etc..

Sobre las Técnicas Estadísticas utilizadas, podemos apreciar que son las técnicas estadísticas inferenciales paramétricas las más utilizadas en los artículos analizados con un porcentaje del 48.72%; seguidas por las técnicas descriptivas (28.20%) y las técnicas inferenciales no paramétricas (23.07%).

La técnica inferencial paramétrica mayoritariamente utilizada ha sido el Análisis de Varianza. Los autores la utilizan preferentemente para comparar grupos de sujetos deportistas (profesionales o universitarios) con grupos de sujetos sedentarios o población clínica.

Por lo que respecta a las Muestras sobre las que investigan los autores que trabajan en trastornos alimentarios en Actividad Física y Deporte (Figura 4), los resultados nos indican que éstas están compuestas preferentemente por deportistas con un porcentaje algo superior a la mitad (56.48%) del que un 33.90% son deportistas profesionales (personas cuya profesión es el deporte) y un 22.58% deportistas universitarios. El porcentaje restante está representado por sujetos que no practican deporte (29.03%) y por sujetos que padecen algún trastorno alimentario (14.51%). El hecho

Figura 4.- Procedencia de las Muestras
(porcentaje de trabajos)



de que existan tantos sujetos no deportistas en las muestras creemos que puede ser debido a la naturaleza de los estudios en los que, generalmente, se establecen comparaciones entre ambas categorías (deportistas-no deportistas) para poder dilucidar la existencia versus no existencia de trastornos alimentarios.

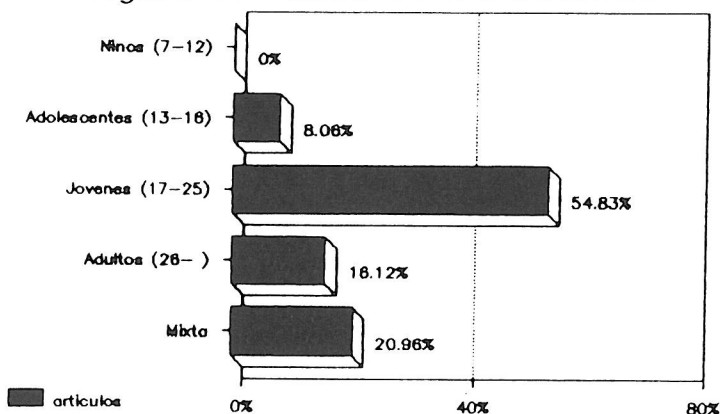
En lo que se refiere a la Edad (Figura 5), observamos que algo más de la mitad de las muestras (54.83%) están compuestas por sujetos con edades comprendidas entre los 17 y los 25 años. Estos datos coinciden con los encontrados en los estudios sobre trastornos alimentarios de la población en general, ya que es también en estas edades cuando se presenta mayor incidencia de trastornos alimentarios.

muestras de sexo masculino, con un porcentaje del 6.25%. Asimismo, existe un grupo de trabajos, con una representación del 28.12%, que utilizan muestras compuestas de hombres y mujeres, en los que el porcentaje de mujeres es superior al de hombres.

La escasa representación de los hombres en los trabajos empíricos realizados sobre trastornos alimentarios en deporte podría deberse a que los estudios revisados se realizan mayoritariamente sobre la anorexia nerviosa, trastorno que se produce con mayor frecuencia en el sexo femenino.

En la categoría Características de los deportes y la actividad física, vemos que las modalidades en las que prioritariamente se han estudiado los trastornos alimentarios son el ballet (24.56%) y la

Figura 5.— Edad de las Muestras



Sin embargo no todos los resultados encontrados en el área de la educación física y el deporte van en la misma dirección que los de la población en general, ya que en deporte las muestras de adolescentes están poco representadas (8%) mientras que en la población general el porcentaje de adolescentes con trastornos alimentarios es uno de los más elevados.

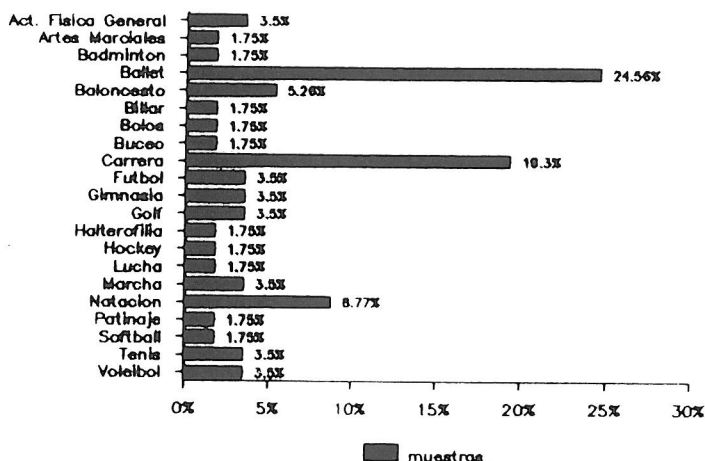
En cuanto al Sexo de los sujetos que componen las muestras de los trabajos empíricos, observamos que en los trabajos que utilizan únicamente hombres o mujeres, existe una clara predominancia de muestras de sexo femenino, el 65.62% del total, frente a las

carrera (19.30%). Los otros deportes y actividad física están muy poco representados (Figura 6).

Respecto al Tipo de trastorno alimentario estudiado encontramos que la anorexia nerviosa es el trastorno mayoritariamente estudiado con un porcentaje del 62.06%. Además existen trabajos centrados en torno a la anorexia nerviosa y la bulimia conjuntamente que representan un 13.80%.

Por otra parte, y como era de esperar vista la relación de deportes en que se han centrado este tipo de investigaciones, no existen trabajos sobre obesidad y los centrados en estudiar exclusivamente la bulimia son muy escasos (3.44%).

Figura 6.- Actividad Física y Deportes



Debemos señalar además, que el 20.68% de los trabajos no se centran en ningún trastorno alimentario sino que analizan algún tipo de anomalía en las pautas alimentarias. Como por ejemplo, alimentarse con preparados bajos en calorías, o el consumo de diuréticos y laxantes que algunos deportistas utilizan para provocar reducciones drásticas de líquidos corporales que luego reestablecen con la ingestión de bebidas minerales.

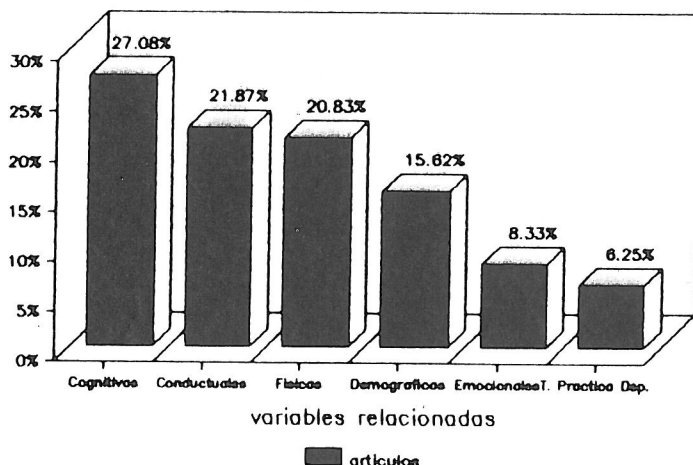
Variables con las que se han relacionado los Trastornos Alimentarios (Figura 7). Las variables cognitivas son las más estudiadas en relación con este tipo de trastornos con una representación del 27.08%, seguidas a poca

distancia por variables conductuales y variables físicas ambas con representaciones en torno al 20%. Por otra parte, en un 6.25% de los trabajos los autores estudian los años que los sujetos están practicando un deporte o actividad física.

Las variables cognitivas consideradas en los estudios son: las actitudes; las ideas y conocimientos de los sujetos sobre alimentación; la imagen corporal y la autoeficacia.

Las variables conductuales se refieren a todas aquellas conductas que los sujetos ejecutan de cara al mantenimiento o a la pérdida de peso corporal, como son la utilización de dietas, vómitos, purgas, etc.

Figura 7.- Variables relacionadas



En cuanto a las variables físicas, los autores estudian desde aspectos antropométricos de los sujetos como el peso y la talla hasta valoraciones de aspectos nutritivos u hormonales como el ciclo menstrual.

Con referencia a los datos que acabamos de exponer, podemos decir que dado que en general, el objetivo de investigación en los trabajos es la evaluación sobre los trastornos alimentarios, las variables estudiadas se ajustan perfectamente a las consideradas por cualquiera de los criterios diagnósticos utilizados para valorar estos trastornos (A.P.A., 1987 o W.H.O., 1986).

Conclusiones

En general, los temas centrales de investigación de los trabajos son los siguientes: Relación entre los Trastornos Alimentarios y la Actividad Física y el Deporte; Tipo de trastorno alimentario identificado; Tipo de deportes en los que se dan los trastornos alimentarios; Variables que intervienen según los investigadores en el desarrollo de estos trastornos.

Exponemos a continuación las principales conclusiones sobre estos temas.

El estudio de la relación entre los Trastornos Alimentarios y la Actividad Física y el Deporte es el tema central de la totalidad de las investigaciones. Examinando los resultados al respecto, podemos decir que en general existe relación, es decir, que los Trastornos Alimentarios inciden en sujetos dedicados a determinados deportes y actividad física. Sin embargo, a este respecto existe una gran polémica, puesto que algunos autores consideran que determinados individuos al estar involucrados en actividades deportivas desarrollan trastornos alimentarios (Yates, 1987); mientras que otros autores afirman que los sujetos que padecen trastornos alimentarios realizan actividades deportivas como medio de control de peso y que además, los deportistas no presentan las mismas características

psicopatológicas que muestran las personas no deportistas con trastornos alimentarios (Leon, 1984; Blumenthal y Chang, 1984; Chang, Blumenthal y Otoole, 1984; Weight y Noakes, 1987; Nudelman, Rosen y Leitenbe, 1988).

Si nos centramos en el trastorno capital de este área de estudio, la Anorexia Nerviosa, encontramos que se presenta fundamentalmente en muestras femeninas dedicadas al ballet y la carrera. Los deportistas que sufren este trastorno muestran características psicológicas semejantes a las de los enfermos con este tipo de trastornos (Joseph, Wood y Solomon, 1982; Garner, Olmsted, Polivy y Garfinkel, 1984; Braisted, Mellin, Gong e Irwing, 1985). No obstante, el que los deportes donde más frecuentemente se presenta sean el ballet y la carrera puede deberse a sesgos en la selección de las muestras, ya que la mayoría de los estudios no comparan las características de este trastorno en diversos deportes, sino que se centran exclusivamente en aquellos que requieren un bajo peso corporal.

La sintomatología propia de la Bulimia Nerviosa ha sido identificada en sujetos, varones y mujeres, dedicados a deportes como la lucha, el boxeo y la natación. En este sentido, Enns, Drewnowski y Grinker (1987), defienden que la preocupación por el peso y la motivación para adelgazar pueden ser los precursores de los trastornos alimentarios asociados a algunas formas de entrenamiento riguroso y que exija gran esfuerzo.

Respecto a las variables que están relacionadas con el desarrollo de los Trastornos Alimentarios en Actividad Física y Deporte, encontramos que las más destacables son: la presión social, el carácter competitivo de las actividades, la percepción del sujeto en cuanto a su peso ideal y las características de los deportes.

Las investigaciones han evidenciado la importancia que ejercen las presiones sociales sobre los deportistas para que se ajusten a determinados estereotipos estéticos y como ello repercute en el desarrollo de trastornos alimentarios. En el ámbito deportivo el carácter

competitivo de dichas actividades se suma a este tipo de presiones. A veces las actividades competitivas en que se halla involucrado el deportista ocasiona una autoexigencia muy elevada para conseguir logros importantes; autoexigencia que puede repercutir en su salud física y psicológica (Garfinkel, 1981; Hamilton, Brooks-Gunn y Warren, 1985).

Otra variable importante, es la necesidad del deportista de mantener un peso corporal óptimo, para lograr el éxito en sus actividades (Pérez, Rodríguez, Esteve, Larraburu, Font y Pons, 1992). En concreto, la percepción que el sujeto tenga de su propio cuerpo y peso, y la comparación de éste con el que él o ella considera "ideal", puede provocar una serie de conductas dietéticas anómalas encaminadas a adelgazar

(Hamilton, Brooks-Gunn y Warren, 1986; Garner, Garfinkel, Rockert y Olmsted, 1987).

Y para finalizar, una variable considerada en la totalidad de los trabajos, es el tipo de Actividad Física y Deporte en que los sujetos se encontraban inmersos. En unos casos, los investigadores se han centrado en un deporte concreto para analizar la incidencia de algún trastorno; en otros, se ha estudiado un trastorno concreto en varios deportes. En general, los deportes en los que han sido identificados trastornos alimentarios son aquellos en los que un peso bajo resulta beneficioso para el desarrollo de movimientos y en los que se valora la buena presencia ante jueces (gimnasia, ballet); los de resistencia (carrera) ó aquellos en los que se establecen categorías por peso (boxeo, lucha).

Referencias

- Abraham, S.F., Beumont, P. (1982). How patients describe bulimia or binge eating. *Psychological Medicine*, 12, 625-635.
- American Psychiatry Association (A.P.A.) (1987). *Diagnostic and statistical manual of mental disorders*. Tercera edición revisada. Washington, D.C.: Author.
- Atienza, F.L. (1991). *Una revisión de la Práctica Imaginada en la actividad física y el deporte (1980-1990)*. Tesis de Licenciatura. Valencia.
- Bedgood, B.L.; Tuck, M.B. (1983). Nutririon knowledge of high school athletic coaches in Texas. *Journal of the American Dietetic Association*, 83 (6), 672.
- Blumenthal, J.A., Otoole, L.C. y Chang, J.L. (1984). Is running an analog of anorexia nervosa. An empirical study of obligatory running and anorexia nervosa. *Journal of the American Dietetic Association*, 252 (4), 520-523.
- Braisted, J.R., Mellin, L., Gong, E.J. y Irwing, Ch.E. (1985). The adolescent ballet dancer: Nutritional practices and characteristics associated with anorexia nervosa. *Journal of Adolescent Health Care*, 6 (5), 365-371.
- Brodie, D.A.; Lamb, K.L.; Roberts, K. (1988). Body composition and self-perceived health and fitness among indoor sports participants. *Ergonomics*, 31 (1), 1551-1557.
- Bunnell, D.W.; Nussbaum, M.P.; Schenker, J.R.; Weiseiber, E.C. (1989). The prevalence and psychological correlates of eating disorder symptoms in younger adolescent male athletes. *Journal of Adolescent Health Care*, 10 (3), 262-262.
- Chang, J.L., Blumenthal, J.A. y Otoole, L.C. (1984). Running and anorexia nervosa revisited. An empirical study of obligatory running and anorexia nervosa. *Medicine and Science in Sport and Exercise*, 16 (2), 172.
- Cruz, J. (1991). Aspectos psicológicos de la alimentación del deportista. Conferencia. *I Congreso Mundial de Nutrición Deportiva*. Barcelona.

- Eisler, I. y le Grance, D. (1990). Excessive exercise and anorexia nervosa. *International Journal of Eating Disorders*, 9 (4), 377-386.
- Enns, M.P., Drownowski, A. y Grinker, J.A. (1987). Body composition, body size estimation and attitudes toward eating in female college athletes. *Psychosomatic Medicine*, 49 (1), 56-64.
- Epling, W.F., Pierce, W.D. y Stefan, L. (1983). A theory of activity-based anorexia. *International Journal of Eating Disorders*, 3 (1), 27-46.
- Epling, W.F. y Pierce, W.D. (1988). Activity-based Anorexia: A biobehavioral perspective. *International Journal of Eating Disorders*, 7 (4), 475-485.
- Fernandez-Ballesteros, R. (1984). *Psicodiagnóstico*. Madrid: UNED.
- Garfinkel, P.E. (1981). Some recent observations on the pathogenesis of anorexia nervosa. *Canadian Journal of Psychiatry*, 26 (4), 218-223.
- Garfinkel, P.E. y Garner, D.M. (1982). *Anorexia nervosa: a multidimensional perspective*. New York: Brunner/Mazel.
- Garner, D.M. y Garfinkel, P.E. (1979). The Eating Attitudes Test: an index of the symptoms of anorexia nervosa. *Psychological Medicine*, 9, 273-279.
- Garner, D.M. y Garfinkel, P.E. (1980). Cultural expectations of thinness in women. *Psychological Reports*, 47, 483-491.
- Garner, D.M.; Marion, P.H.D.; Olmsted, M.P., Polivy, J. y Garfinkel, P.E. (1982). The Eating Attitudes Test: psychometric features and clinical correlates. *Psychological Medicine*, 12, 871-878.
- Garner, D.M. y Olmsted, M.P. (1984). *Manual for Eating Disorder Inventory (EDI)*. Odessa: Psychological Assessment Resources Inc.
- Garner, D.M., Olmsted, M.P., Polivy, J. y Garfinkel, P.E. (1984). Comparison between Weight-preoccupied women and Anorexia nervosa. *Psychosomatic Medicine*, 46 (3), 255-266.
- Garner, D.M., Garfinkel, P.E., Rockert, W. y Olmsted, M.P. (1987). A prospective study of Eating disturbances in the ballet. *Psychotherapy and Psychosomatics*, 48 (1-4), 170-175.
- Grandjean, A.C.; Hursh, L.M.; Majure, W.C.; Hanley, D.F. (1981). Nutrition knowledge and practices of college athletes. *Medicine and Science in Sport and Exercise*, 13 (2), 82.
- Haber, A. y Runyon, R.P. (1973). *Estadística General*. Massachusetts: Fondo Educativo Interamericano.
- Hamilton, L.H., Brooks-Gunn, J. y Warren, M.P. (1985). Sociocultural influences on eating disorders in professional female ballet dancers. *International Journal of Eating Disorders*, 4 (4), 465-477.
- Hamilton, L.H., Brooks-Gunn, J. y Warren, M.P. (1986). Nutritional intake of female dancers. An reflection of eating problems. *International Journal of Eating Disorders*, 5 (5), 925-934.
- Jiménez-Castelblanque, C. (1990). *La Autoeficacia percibida en la actividad física y el deporte*. Tesis de Licenciatura. Valencia.
- Johnson, R.E.; Mastropalo, J.A. y Wharton, M.A. (1972). Exercise, dietary and body composition. *Journal of the American Dietetic Association*, 61, 399-403.
- Joseph, A., Wood, I.K. y Solomon, C.G. (1982). Determining populations at risk developing anorexia nervosa based on selection of college major. *Psychiatry Research*, 7 (1), 53-58.
- Leon, G.R. (1984). Anorexia nervosa and sports activities. *Behavior Therapist*, 7 (1), 9-10.
- Nudelman, S., Rosen, J. y Leitenbe, R.G. (1988). Dissimilarities in eating attitudes, body image distortion, depression and self-esteem between high intensity male runners and women with bulimia nervosa. *International Journal of Eating Disorders*, 7(5), 625-634.
- Pasman, L. y Thompson, J.K. (1988). Body image and eating disturbance in obligatory runners, obligatory weight lifters and sedentary individuals. *International Journal of Eating Disorders*, 7 (6), 759-769.

- Peiró, J.M. (1981). "Colegios invisibles" en Psicología. En H. Carpintero y J.M. Peiró (dirs.): *Psicología Contemporánea: Teoría y Métodos cuantitativos para el estudio de su literatura científica* (pp. 53-76). Valencia: Alfapplus.
- Pérez, G., Rodríguez, F., Esteve, E., Larraburu, I., Font, J. y Pons, V. (1992). Prevalencia de trastornos de la conducta alimentaria en deportistas. *Revista de Psicología del Deporte*, 1, 5-16.
- Pons, D. (1991). *Estado actual de la Investigación sobre ansiedad en deportes de competición*. Tesis de Licenciatura. Valencia.
- Rosen, L.W. y Hough, D.D. (1988). Pathogenic weight control behaviors of female college gymnasts. *Physician and Sport Medicine*, 16 (9), 140-146.
- Russell, G.M. (1979). Bulimia nervosa: an ominous variant of anorexia nervosa. *Psychological Medicine*, 9, 429-448.
- Saldaña, C. y Rossell, R. (1988). *Obesidad*. Barcelona: Martinez-Roca.
- Sesan, R. (1989). Eating disorders and female athletes. A 3 level intervention program. *Journal of College Student Development*, 30 (6), 568-570.
- Toro, J. y Vilardell, E. (1987). *Anorexia nerviosa*. Barcelona: Martinez-Roca.
- Weight, L.M. y Noakes, T.D. (1987). Is running an analog of anorexia? A survey of the incidence of Eating Disorders in female distance runners. *Medicine and Science in Sport and Exercise*, 19 (3), 213-217.
- World Health Organization (W.H.O.) (1986). *Tenth revision of the International Classification of Disease*. Draft for Fields Trials.
- Yates, A., Leehey, K. y Shisslak, C.M. (1983). Running. An analog of anorexia. *New England Journal of Medicine*, 308 (5), 251-255.
- Yates, A. (1987). Eating Disorders and Long-distance running: The ascetic condition. Comentario. *Integrative Psychiatry*, 5 (3), 201-204.