

Factores de la personalidad y fisicoculturismo: Indicadores asociados a la vigorexia¹

Rosario Castro-López*, David Molero**,
Javier Cachón-Zagalaz** y María Luisa Zagalaz-Sánchez**

PERSONALITY FACTORS AND BODYBUILDING: INDICATORS ASSOCIATED TO REVERSE ANOREXIA

KEY WORDS: Personality, Reverse anorexia, Bodybuilding.

ABSTRACT: The present study deals with different aspects of the personality of the athlete which can be decisive for the competition or sports practice, as well as for the appearance of pathologies related to physical exercise. To this it must be added the certainty that there are sports that tend to "demand" a few different personal characteristics, as it is the case of bodybuilding. The objective is to present an approach to the profile of an athlete's muscle-building and personality factors associated with the occurrence of possible pathologies related to sports, like reverse anorexia. The sample was constituted by 154 bodybuilding sportsmen in the province of Jaen, collecting data through auto-applied personality (Costa and McCrae, 1999) and reverse anorexia (Adonis: Baile, 2005) questionnaires. The results show how these factors can be closely linked to body image concerns, which may become pathological. Aspects reflected in the study clarify the knowledge on the studied subject and invite to work in the prevention and treatment of athletes.

La personalidad es un término usado para describir el tipo de conducta característico de un individuo que surge a medida que crece, madura y reacciona a los estímulos ambientales (García-Naveira, 2010). En este sentido, Eysenck (1985, p. 9), afirma que la personalidad es *una organización más o menos estable y duradera del carácter, temperamento, intelecto y físico de una persona que determina su adaptación única al ambiente*, por lo que se puede decir que son numerosos los factores que influyen en su desarrollo de entre todos los estímulos que interactúan con el sujeto.

Es por ello que cuando se refiere al deporte en general, los componentes psicológicos y emocionales trascienden los aspectos puramente físicos, técnicos y tácticos de la ejecución deportiva (Williams y James, 2001; Weinberg y Gould, 2007). Esto quiere decir que tanto el éxito como el fracaso de un deportista resultan de una combinación de capacidades condicionales físicas (fuerza, velocidad, resistencia...), técnicas (golpeo, control del balón en el fútbol...), tácticas (realizar el repliegue, jugada a balón parado) y también psicológicas (personalidad, habilidades de afrontamiento...).

De acuerdo a esta línea y aceptando la afirmación de que aunque el deporte se juega con el cuerpo, la victoria se consigue con la mente (De Diego y Sagredo, 1997; Kerr, 2001; Moran, 2004; García-Naveira, 2010), se conoce que, a partir de ella, diferentes autores han investigado cuáles son las variables psicológicas que intervienen en la práctica y rendimiento deportivo.

En cuanto a las diferencias de personalidad entre deportistas y no deportistas, podría afirmarse que, a pesar de que no haya conclusiones definitivas sobre qué rasgos constituyen la personalidad de los practicantes de deporte (Valdés, 1998; Vealey, 1992; Wann, 1997), algunos trabajos han aportado diferencias entre estos dos tipos de sujetos, utilizando diversidad de teorías e instrumentos (González, López y San Pedro, 2013), aparte de la certeza de que las personas que practican deporte ponen en acción y desarrollan las inteligencias múltiples de Gardner (1994).

Respecto a los modelos utilizados para estudiar las diferencias individuales se han de destacar de destacar los presentados por Cattell (1975), Eysenck (1985) y Costa y McCrae (1995), al consolidarse como las tres teorías más influyentes en el estudio de la personalidad. Un resumen de toda la revisión de estas teorías indica como los modelos de Eysenck (1985) y el de Costa y McCrae (1995) van en la línea planteada por las revisiones realizadas por Rhodes y Smith (2006) y García-Naveira (2007), en las que la extraversión, estabilidad emocional y responsabilidad han sido identificadas como correlatos de la actividad física, mientras que los rasgos de apertura a la experiencia y afabilidad del modelo *Big-Five* y el rasgo psicoticismo del modelo de Eysenck no fueron asociados a ella. En cuanto al modelo de Cattell (1975), no se observa consistencia en los resultados obtenidos. En trabajos más actuales como el De la Vega, Rivera y Ruiz (2011) y Jaenes, Godoy y Román (2009), se afirma que la población deportista, en este caso corredores de maratón, presenta valores totales de personalidad resistente superiores que la población general.

Correspondencia: María Luisa Zagalaz Sánchez. Universidad de Jaén. Paraje de las Lagunillas (Edificio D2), 23071, Jaén. lzagalaz@ujaen.es

¹ Este trabajo se ha financiado gracias a los grupos de investigación del PAIDI HUM-653 (Innovación Didáctica en Actividad Física) y HUM 427 (Desarrollo e Investigación Educativa en Andalucía).

* Universidad Camilo José Cela.

** Universidad de Jaén.

Fecha de recepción: 3 de Abril de 2013. Fecha de aceptación: 16 de Diciembre de 2013.

En cuanto a las diferencias en personalidad entre atletas según el deporte que practican, hay menos acuerdo en cómo ciertas características pueden ser propias de un deporte u otro (Wann, 1997). Es por ello que se presentarán los resultados en función de esa premisa: Primero, se han encontrado las diferencias más claras en personalidad cuando se comparan deportes de riesgo con otros de menor peligro (García-Naveira, 2010). En segundo lugar, cuando se pretende analizar la modalidad deportiva en cuestión, destacamos el estudio presentado por Rodríguez-Pérez (2003) a través de la *Batería de test Psicológicos para Deportistas de Competición* (Fernández, Fernández y Mielgo, 1999) aplicada a una muestra de deportistas de distintos deportes. Los resultados mostraron que los practicantes de triatlón, artes marciales y waterpolo, alcanzan mayores puntuaciones en personalidad (autocontrol, control de la ansiedad, autoestima y auto-eficacia) que los de otras disciplinas deportivas. En cambio, natación y natación sincronizada, obtienen puntuaciones más bajas. En tercer puesto, con respecto al rasgo narcisismo, se han obtenido igualmente diversos resultados relevantes, de esta manera Carroll (1989) evaluó mediante el *Narcissistic Personality Inventory* (NPI) la personalidad de 60 culturistas, 77 atletas de varias disciplinas y 95 estudiantes no deportistas. Los resultados presentan un mayor narcisismo en los fisicoculturistas (escala egocentrismo) frente a los deportistas y no deportistas. Por otra parte, al comparar deportistas de modalidad individual frente a variante grupal, sí se han hallado un mayor número de investigaciones con consenso en los resultados. Analizando la revisión realizada, se observa que los rasgos relacionados con aspectos sociales caracterizan a los deportistas que practican deportes de equipo. Los estudios sugieren que dichos deportistas son más extravertidos (Cox, 2002; Rhodes y Smith, 2006; Schurr, Ashley y Joy, 1977; Weingarten, 1982) que los que practican deportes individuales que lo son menos (Eysenck, Nias y Cox, 1982; Weingarten, 1982), aunque no siempre se obtienen diferencias en extroversión entre ambos grupos (Bara, Scipiao y Guillén, 2004). Los practicantes de deportes individuales, como el tenis, tienden a la autosuficiencia e individualidad (Marrero, Martín-Albo y Núñez, 2000), satisfaciendo sus propias necesidades y, por el contrario quienes practican deportes de equipo, como el fútbol, tienden a satisfacer sus propias necesidades y las de los demás (García-Naveira, 2004, 2007), planteándose metas individuales y grupales (Díaz-Morales y García-Naveira, 2001), aunque la alta competición puede favorecer a que los deportistas tiendan a actuar sin tener en cuenta los intereses de los demás y del grupo (Pelegrín, 2005).

Relacionado con el planteamiento de metas grupales, se encuentran las variables colaboración y cohesión. En los deportes de equipo como el fútbol, los jugadores que compiten en categorías superiores son más colaboradores y están más cohesionados que los que compiten en categorías inferiores (Rodríguez-Pérez, 2003), mientras que en un deporte individual como el ciclismo, los deportistas de mayor nivel son menos colaboradores que los de menor nivel (Gat y McWhirter, 1998). Principalmente, la valoración de la cohesión de los futbolistas (García-Quinteiro et al., 2006) y la cooperación interpersonal deportiva (García-Mas et al., 2006) son importantes como variables que explican la dinámica interna de los equipos deportivos.

En resumen, se podría decir que los practicantes de deportes de riesgo se caracterizan por la búsqueda de sensaciones y apertura a la experiencia, mientras que los deportistas de modalidad grupal destacan por aspectos sociales como la

extraversión, dependencia, agresividad, autodominio, responsabilidad social, así como por una menor ansiedad, estabilidad emocional y razonamiento abstracto, mayor confianza y buen humor, que quienes realizan deportes individuales. Los deportistas de equipo, como hemos dicho, tienden a satisfacer sus propias necesidades y las del grupo, mientras que quienes practican deportes individuales se inclinan al individualismo. Si se incide en alguna modalidad deportiva en concreto, los resultados señalan un posible perfil narcisista del fisicoculturista.

Ésta afirmación invita a analizar de manera más exhaustiva dicha modalidad, en la línea de la propuesta de González-Martí (2011) quien considera que las personas que practican fisicoculturismo son las que entrenan para obtener un cuerpo musculoso como fin (producto) y cuya motivación para realizarlo es extrínseca, para poder competir.

En cuanto a fisicoculturismo se refiere, antes de iniciarse la competición los deportistas suelen ser pesados y tallados, lo cual permite clasificar al sujeto en la categoría dentro de la que va a competir (Arbinaga y Caracuel, 2005). Los jueces podrán solicitar comparaciones específicas entre competidores y en ellas se realizan valoraciones más detalladas de los diversos grupos musculares que se contrastan, buscando en estos casos valorizar las densidades, tamaños y definiciones musculares, siempre teniendo en cuenta el desarrollo general equilibrado.

Para lograr un buen resultado, los fisicoculturistas llevan a cabo una serie de conductas tales como largos días de entrenamiento de pesas en el gimnasio, dietas restrictivas ricas en proteínas y carbohidratos, uso de ayudas ergogénicas permitidas y, en ocasiones, también no consentidas; al igual que algunos rituales previos a la competición tales como la depilación total (de esta manera se aprecian mejor los músculos) o el bronceado (la obtención de este se puede conseguir tanto de manera natural como sintética) y, aun así, aunque el fisicoculturista se encuentre bronceado, su entrenador administra antes de la competición un barniz de color oro en la piel con el fin de que se aprecien mejor los músculos de su atleta; según Cianti (1995, p. 176) *un físico perfecto pero sin bronceado parece blanducho*.

Teniendo en cuenta las características de estas modalidades deportivas, no es de extrañar que los fisicoculturistas y culturistas tengan más probabilidad de padecer vigorexia que otro tipo de colectivo social, ya que basan su vida en la constante búsqueda del cuerpo perfecto, poniendo en peligro su salud con el uso y abuso de sustancias prohibidas, con el fin de alcanzar un cuerpo más definido, más fuerte, más simétrico y más grande (González-Martí, 2011).

Contemplada esta temática, los objetivos que se contemplan en este estudio son: (1) analizar factores de la Personalidad en deportistas de musculación, (2) evaluar si existe asociación entre dichos factores a la presencia de preocupación patológica por el aspecto físico y, en último lugar, (3) determinar un modelo de predicción sobre la vigorexia a través del análisis de estos factores psicológicos.

Método

Participantes

Han tomado parte en el estudio un total de 154 deportistas ($N = 154$) que realizan habitualmente trabajo de musculación en gimnasios de la provincia de Jaén, de los cuales 12 son mujeres (7.79%) y 142 hombres (92.21%), con edades comprendidas entre 16 y 49 años ($M = 24.97$, $DE = \pm 6.90$ años).

Instrumentos

Para la recogida de la información se utilizaron los siguientes instrumentos:

Evaluación de la Personalidad: NEO-FFI, Costa y McCrae, 1999): El inventario NEO reducido de cinco factores (NEO-FFI) surge como una versión actualizada y abreviada de 60 elementos de la Forma S del NEO PI-R que ofrece una medida de los cinco factores de la personalidad normal. Consta de cinco escalas de 12 elementos cada una que miden: Neuroticismo (N), Extraversión (E), Apertura (O), Amabilidad (A) y Responsabilidad (C).

Las respuestas se valoran desde 0 hasta 4 puntos, en una escala tipo Likert de 5 puntos que va desde el extremo “en total desacuerdo” al “totalmente de acuerdo”. La puntuación total en cada factor se obtiene sumando los puntos de los 12 ítems y abarca de 0 a 48 puntos. Las propiedades psicométricas de dicha versión española que se han utilizado (Sanz, Silva y Avia, 1999) son muy similares a las de la versión original, con una consistencia interna (alfa de Cronbach) de .82 para neuroticismo; .81 para extraversión; .76 para apertura a la experiencia; .71 para amabilidad, y de .81 para responsabilidad (Manga, Ramos y Morán, 2004).

Complejo de Adonis (vigorexia): Este cuestionario, propuesto por Pope, Phillips y Olivardia (2002) y traducido experimentalmente por Baile (2005), consta de 13 ítems con 3 opciones de respuesta y valora el grado de preocupación que un sujeto siente por su apariencia física y hasta qué punto puede influir negativamente en los demás aspectos de su vida al pasar a ser dichas conductas patológicas, pudiendo llegar éste a obtener hasta una puntuación total de 39 puntos.

Si en su evaluación no se alcanzan los 9 puntos, se puede interpretar que el sujeto no posee una preocupación patológica. Si la puntuación obtenida se encuentra entre 10 y 19 puntos, este índice señala un grado moderado de complejo de Adonis. Cuando la puntuación total se encuentra entre 20 y 29 puntos, nos indica que el sujeto posee un complejo de Adonis serio; y por último, la puntuación ubicada entre 30 y 39 puntos nos señala un problema muy serio con la imagen corporal. Para comprobar la consistencia interna, se calculó el valor de alfa de Cronbach obteniéndose un resultado de .70.

Procedimiento

En primer lugar se estableció contacto con los responsables de los diferentes gimnasios para informarles de los objetivos y pedir su colaboración.

La administración del cuestionario fue llevada a cabo por la investigadora principal, tras una breve explicación de los objetivos que se pretendían (*se trata de conocer la autopercepción de la imagen corporal que tienen los deportistas usuarios de gimnasios, así como sus características psicológicas*) dando las instrucciones necesarias para la cumplimentación e insistiendo en el anonimato y sinceridad en las respuestas. La participación fue voluntaria y el tiempo aproximado en completar los cuestionarios autoaplicados de 30 minutos. La recogida de los instrumentos se realizó de forma individual para verificar que ningún ítem quedara en blanco.

Análisis de datos

Una vez recabados los protocolos, los datos se analizaron con el programa estadístico SPSS (Statistical Package for the Social Sciences) versión 19. En el análisis de datos se realizó en un primer momento un estudio descriptivo, a continuación un análisis de correlación (r de Pearson) y, por último, se llevó a cabo un análisis de regresión lineal múltiple por el procedimiento de pasos sucesivos para alcanzar los objetivos mencionados.

Resultados

En primer lugar se estudiarán los estadísticos descriptivos obtenidos en las dimensiones del instrumento empleado para la valoración de la personalidad en la muestra.

Personalidad (NEO-FFI). De los datos de los cinco factores de la personalidad que aporta, en la dimensión Neuroticismo se obtuvo una $M = 28.21$ y una $DE = 7.30$. En cuanto a la dimensión Extraversión se ha obtenido una $M = 39.89$ mostrando una $DE = 5.36$; la dimensión Apertura mostró una $M = 31.32$ y una $DE = 5.16$. Por su parte, la Amabilidad como dimensión exhibió una $M = 35.90$ con una $DE = 6.21$, y por último la dimensión Responsabilidad señaló una $M = 42.13$ con $DE = 6.37$ (ver Tabla 1).

	<i>N</i>	<i>Media</i>	<i>DE</i>
Neuroticismo	154	28.21	7.30
Extraversión	154	39.89	5.36
Apertura	154	31.32	5.16
Amabilidad	154	35.90	6.21
Responsabilidad	154	42.13	6.37

Tabla 1. Estadísticos descriptivos de las dimensiones del NEO-FFI.

En segundo lugar se verifica si existe correlación significativa entre las dimensiones de personalidad y vigorexia hallando el coeficiente de correlación de Pearson entre ellas.

Como se puede observar en la Tabla 2 se confirma que la mayoría de las dimensiones están relacionadas tanto de manera positiva como inversa, debido a si las características psicológicas de la muestra miden aspectos similares u opuestos. Resaltan las

correlaciones entre nivel de *Vigorexia* y de *Neuroticismo* ($r = .381$ $p < .001$), así como la correlación inversa que presenta con la dimensión *Amabilidad* ($r = -.343$ $p < .001$). La única dimensión que apenas ofrece correlaciones que tengan significación es la *Apertura*, ofreciendo únicamente significación con la dimensión *Amabilidad* ($r = .160$). En cuanto a la correlación entre el resto de dimensiones, el *Neuroticismo* ofreció relaciones, aparte de con

la *Vigorexia* expuesta, con tres dimensiones de la personalidad de manera inversa: *Extraversión*, *Amabilidad* y *Responsabilidad* ($r = -.207$, $r = -.503$ y $r = -.187$, respectivamente). Por otra parte, la dimensión *Extraversión* ofreció relaciones con *Neuroticismo* de manera negativa ($r = -.207$) y con *Amabilidad* y *Responsabilidad* de forma directa ($r = .158$ y $r = .398$, respectivamente). En último

lugar resaltan de manera obvia las relaciones significativas inversas entre la dimensión *Amabilidad* con la *Vigorexia* y el *Neuroticismo* ($r = -.343$, $r = -.503$, ambas con $p < .001$) y, a su vez, la relación directa con *Extraversión*, *Apertura* y *Responsabilidad* ($r = .158$, $r = .160$, y $r = .310$).

	Vigorexia	Neuroticismo	Extraversión	Apertura	Amabilidad	Responsabilidad
Vigorexia	-	.381**	-.064	-.149	-.343**	.129
Neuroticismo		-	-.207*	.151	-.503**	-.187*
Extraversión			-	.071	.158*	.398**
Apertura				-	.160*	-.014
Amabilidad					-	.310**
Responsabilidad						-

Tabla 2. Correlaciones entre las dimensiones de los instrumentos (Correlación de Pearson).

En tercer lugar, se presenta un modelo de regresión lineal de la *vigorexia* a través del procedimiento de pasos sucesivos (stepwise), incluyendo las dimensiones de la personalidad medidas en el deportista de musculación (Neuroticismo, Extraversión, Apertura, Amabilidad y Responsabilidad).

Los resultados de este análisis pusieron de manifiesto que el modelo que mejor explicaba la variabilidad asociada a la *vigorexia* es el formado por los siguientes factores de la personalidad: *Neuroticismo*, *Apertura*, *Responsabilidad* y *Amabilidad*. En la Tabla 3 se presentan los coeficientes de regresión estandarizados para cada uno de estos factores.

Predictores	Coefficientes tipificados	t	Sig.
Neuroticismo	.339	4.014	.000
Apertura	-.160	-2.163	.032
Responsabilidad	.261	3.517	.001
Amabilidad	-.227	-2.590	.011

$r = .514$ $r^2 = .264$

Tabla 3. Coeficientes tipificados, t y significación para predictores del modelo.

Como se puede observar en la Tabla 3, las variables *Neuroticismo* y *Responsabilidad* contribuyen de manera directa a predecir la puntuación obtenida en el test de *vigorexia*, mientras que las variables *Apertura* y *Amabilidad* se relacionan de manera inversa con la *vigorexia*. Globalmente consideradas, las variables predictoras correlacionan .514 con la variable dependiente y explican un 26.4% de la variabilidad de la *vigorexia*, siendo este porcentaje de varianza explicada, significativo [$F(4, 149) = 13.39$; $p < .001$].

Discusión

Tras el análisis de los factores de la personalidad que muestra el colectivo usuario de gimnasio o sala de musculación y la relación entre dichos factores ligada a la existencia de patologías relacionadas con la imagen corporal (Darcy et al., 2012; Mosley, 2009; Murray et al., 2012a; Murray et al., 2012b), los resultados indican que una persona que presente altos niveles de *vigorexia*, el trastorno puede ir acompañado de bajos niveles de *Extraversión*, *Apertura* o *Amabilidad*, pudiendo deberse a la diferencia entre como le gustaría verse y como se ve, de la misma

manera que esa persona también pueda manifestar altos niveles de *Neuroticismo*, dimensiones que impiden tener un correcto desarrollo social.

Fruto de ese análisis son las correlaciones significativas obtenidas entre *vigorexia* y varias dimensiones de la personalidad, tales como *Neuroticismo* o, de manera negativa o inversa, la *amabilidad*. Vives y Garcés de los Fayos (2003) indican que a raíz de la obsesión que estos sujetos tienen por sus “defectos” físicos, no se sienten a gusto con su propio cuerpo, lo que provoca en el individuo que afloran sentimientos de insatisfacción muscular (Pope, Phillips y Olivardia, 2000) y, por lo tanto, baja percepción de atractivo físico (González-Martí, 2011; Hernández, Guillén y Hernández, 2005; González, Fernández y Contreras, 2012). Esta declaración coincide con los resultados obtenidos en la dimensión *Neuroticismo*, al verse relacionada con los efectos negativos como miedo, vergüenza o rabia, por lo que no es de extrañar que esta dimensión haya correlacionado significativamente con la variable *vigorexia*.

Como se ha comentado anteriormente, también se ha obtenido una correlación negativa con la dimensión *Amabilidad*, aspecto que se puede explicar con la teoría de Mirella (2008), entre otros

estudios, al atribuir un sentimiento de culpa y mal humor cuando no pueden entrenar o no han entrenado lo suficiente; una de las características básicas de estos sujetos es que nunca consideran que es suficiente (Rodríguez-Molina, 2007).

En cuanto a la dimensión relativa a la Extraversión que nos ha resultado significativa negativamente en nuestro estudio, poco debemos objetar con respecto a los estudios revisados, puesto que Rudy y Estok (1989) afirman que los sujetos que desarrollan una dependencia al ejercicio tienen unas características de personalidad basadas en rasgos obsesivo-compulsivos, Neuroticismo, Extroversión, baja Autoestima y altos niveles de Ansiedad; obteniéndose una asociación negativa con el Neuroticismo y la Autoestima.

Es cierto que algunos de estos resultados podrían ser modificados a través de programas de prevención, con el objetivo de intentar disminuir este porcentaje tan elevado como el que se ha obtenido en la muestra. Cada vez existen más personas que poseen este tipo de trastornos de la imagen corporal los cuales permanecen un tiempo excesivo en el gimnasio realizando una práctica deportiva sin límites (Martell, 2006) y, tras asociar los parámetros personales medidos, a la vigorexia, no podemos afirmar si ésta es causa o consecuencia de la existencia de estos parámetros.

Una posible solución para erradicar o evitar la evidente propagación de esta problemática podría ir orientada a varias líneas pero sobre todo debería aportar información dirigida a la prevención incluyendo información sobre el modelo estético actual, crítica del modelo híper-musculado como el adecuado, lo que aporta algún conocimiento fisiológico sobre el desarrollo corporal masculino y, por consiguiente, del desarrollo muscular, análisis crítico de los productos y dietas que supuestamente conducen a un desarrollo muscular, así como un correcto análisis del consumo de esteroides anabolizantes (Muñoz y Martínez, 2007).

Esta propuesta de prevención coincide con las medidas llevadas a cabo en los EEUU a través del programa *Adolescents Training and Learning to Avoid Steroids Program* (ATLAS). En el mismo se llevan a cabo, a través de dos sesiones informativas, aspectos básicos sobre nutrición, fisiología del deporte o abuso de sustancias y también varias sesiones de trabajo en gimnasios y salas de deporte. Este programa ha demostrado su eficacia en cuanto a la prevención de actitudes y conductas hacia los esteroides en escolares futbolistas (Muñoz y Martínez, 2007).

FACTORES DE LA PERSONALIDAD Y FISICOCULTURISMO: INDICADORES ASOCIADOS A LA VIGOREXIA

PALABRAS CLAVE: Personalidad, Vigorexia, Fisicoculturismo.

RESUMEN: El presente estudio aborda diferentes aspectos de la personalidad del deportista que pueden ser determinantes para la competición o práctica deportiva, así como para la aparición de patologías relacionadas con el ejercicio físico. A ello hay que añadir la certeza de que existen modalidades deportivas que tienden a "exigir" unas características personales distintas, como es el caso del fisicoculturismo. El objetivo es presentar una aproximación al perfil de un deportista de musculación y asociar factores de la personalidad a la aparición de posibles patologías relacionadas con la práctica deportiva, como la vigorexia. La muestra la constituyeron 154 deportistas de musculación de la provincia de Jaén, los cuales nos aportaron datos a través de cuestionarios auto-aplicados de Personalidad (Neo-ffi: Costa y McCrae, 1999) y Vigorexia (Adonis: Baile, 2005). Los resultados muestran cómo estos factores se encuentran, en ocasiones, tan ligados a la preocupación por la imagen corporal que pueden llegar a convertir dicha conducta en patológica. Los aspectos reflejados en el estudio esclarecen el conocimiento sobre la cuestión tratada e invitan a trabajar en la prevención y el tratamiento de los deportistas.

FACTORES DE PERSONALIDADE E FISIOCULTURISMO: INDICADORES ASSOCIADOS À VIGOREXIA

PALAVRAS-CHAVE: Personalidade, Vigorexia, Fisicoculturismo.

RESUMO: O presente estudo aborda diferentes aspectos da personalidade do desportista que podem ser determinantes para a competição e prática desportiva, assim como para o surgimento de patologias relacionadas com o exercício físico. Igualmente, acrescenta-se a certeza de que existem modalidades desportivas que tendem a "exigir" umas características pessoais distintas, como é o caso do fisicoculturismo. O objectivo é apresentar uma abordagem ao perfil de um desportista de musculação e associar factores da personalidade ao surgimento de possíveis patologias relacionadas com a prática desportiva, como a vigorexia. A amostra foi constituída por 154 desportistas de musculação da provincia de Jaén, os quais completaram dois questionários: Personalidade (Neo-ffi: Costa & McCrae, 1999) e Vigorexia (Adonis: Baile, 2005). Os resultados mostram como estes factores se encontram, em certas ocasiões, tão ligados à preocupação pela imagem corporal que podem chegar a converter esse comportamento em patologia. Os aspectos reflectidos no estudo esclarecem o conhecimento sobre a questão investigada e incitam a trabalhar na prevenção e tratamento dos desportistas.

Referencias

- Arbinaga, F. y Caracuel, J. C. (2005). Precompetición y ansiedad en fisicoculturistas. *Revista de Psicología del Deporte*, 14(2), 195-208
- Baile, J. I. (2005). *Vigorexia. Cómo reconocerla y evitarla*. Madrid: Síntesis.
- Bara, M., Scipiao, L. y Guillén, F. (2004). La personalidad de los deportistas brasileños de alto nivel: Comparación entre diferentes modalidades deportivas. *Cuadernos de Psicología del Deporte*, 4(1-2), 117-128
- Carroll, L. (1989). A comparative study of narcissism, gender, and sex-role orientation among bodybuilders, athletes and psychological students. *Psychological Reports*, 64, 999-1006.
- Cattell, R. B. (1975). *16 PF, Cuestionario factorial de personalidad*. Madrid: TEA Ediciones.
- Cianti, G. (1995). *El Gran Libro del Culturismo. Curso Completo de Body Building*. Barcelona: Editorial de Vecchi.
- Costa, P. T. y McCrae, R. R. (1995). *Neo-PI-R: Revised NEO Personality Inventory (NEO-PI-R)*. Odessa, F.L: Psychological Assessment Resources.
- Costa, P. T. y McCrae, R. R. (1999). *NEO-PI-R. Inventario de Personalidad Neo Revisado (NEO-PI-R)*. Madrid: TEA Ediciones, S.A.
- Cox, R. H. (2002). *Sport psychology: Concepts and applications* (5ª ed.). Boston, MA: WCB/McGraw-Hill.
- Darcy, A. M., Doyle, A. C., Lock, J., Peebles, R., Doyle, P. y Le Grange, D. (2012). The Eating Disorders Examination in adolescent males with anorexia nervosa: How does it compare to adolescent females? *International Journal of Eating Disorders*, 45, 110-114.

- De Diego, S. y Sagredo, C. (1997). *Jugar con ventaja: las claves psicológicas del éxito deportivo*. Madrid: Alianza.
- De la Vega, R., Rivera, O. y Ruiz, R. (2011). Personalidad resistente en carreras de fondo: comparativa entre ultra fondo y diez kilómetros. *Revista de Psicología del Deporte*, 20(2), 445-454.
- Díaz-Morales, J. F. y García-Naveira, A. (2001). Evaluación de metas en jugadores de fútbol de categoría juvenil y absoluta. *Revista de Psicología del Deporte*, 10(2), 211-223.
- Eysenck, H. J., Nias, D. y Cox, H. (1982). Sport and personality. *Advances in Behavior Research and Therapy*, 4, 1-56.
- Eysenck, H. J. (1985). *The biological basis of personality*. Springfield, IL: Charles C. Thomas.
- Fernández, J. L., Fernández, I. y Mielgo, M. (1999). *PY-BTPD-S Bateria de tests psicológicos para deportistas*. Salamanca: Psymtéc.
- García-Quinteiro, E., Rodríguez-Casal, M., Andrade, E. y Arce, C. (2006). Adaptación del cuestionario MSC1 para la medida de la cohesión en futbolistas jóvenes españoles. *Psicothema*, 18(3), 668-672.
- García-Mas, A., Olmedilla, A., Morilla, M., Rivas, C., García-Quinteiro, E. y Ortega-Toro, E. (2006). Un nuevo modelo de cooperación deportiva y su evaluación mediante un cuestionario. *Psicothema*, 18(3), 425-432.
- García-Naveira, A. (2004). *Diferencias individuales en jugadores de fútbol a través del tiempo: Estilo de Personalidad y motivación*. Memoria de Licenciatura. Departamento de Psicología Diferencial. Facultad de Psicología. Universidad de Complutense de Madrid.
- García-Naveira, A. (2007). Análisis confirmatorio: el Estilo de Personalidad en jugadores de fútbol de alto rendimiento desde el modelo de Millon. Comunicación presentada en el III Congreso Internacional Universitario de las Ciencias de la Salud y el Deporte. Madrid.
- García-Naveira, A. (2010). *Diferencias individuales en estilos de personalidad y rendimiento en deportistas*. Tesis Doctoral. Facultad de Psicología: Universidad Complutense de Madrid.
- Gardner, H. (1994). *Inteligencias múltiples*. Barcelona: Paidós.
- Gat, I. y McWhirter, B. T. (1998). Personality characteristics of competitive and recreational cyclist. *Journal of Sport Behavior*, 21, 408-421.
- González-González de Mesa, C., López-Manrique, I. y San Pedro-Veledo, J.C. (2013). Links between physical and artistic activity. *Journal of Sport and Health Research*, 5(1), 117-130.
- González-Martí, I., Fernández-Bustos, J. G. y Contreras-Jordán, O. R. (2012). Contribución para el criterio diagnóstico de la Dismorfia Muscular (Vigorexia). *Revista de Psicología del Deporte*, 21(2), 351-358.
- González-Martín, I. (2011). *Elementos que integran el perfil de la persona afectada por dismorfia muscular (vigorexia). Prevalencia del trastorno en fisicoculturistas y usuarios de la sala de musculación*. Tesis Doctoral. Universidad de Castilla-La Mancha.
- Hernández, M., Guillén, C. y Hernández, J. (2005). Dismorfia Muscular; vigorexia o complejo de Adonis: a propósito de un caso. *Psiquiatría y Biología*, 12(3), 133-135.
- Jaenes, J. C., Godoy, D. y Román, F. (2009). Personalidad Resistente en Maratonianos: un estudio sobre el control, compromiso y desafío de corredoras y corredores de maratón. *Revista de Psicología del Deporte*, 18(2), 217-234.
- Kerr, J. (2001). *Counselling athletes: a applying reversal theory*. Nueva York: Routledge.
- Manga, D., Ramos, F. y Morán, C. (2004). The Spanish norms of the NEO Five-Factor Inventory: New data and analyses for its improvement. *International Journal of Psychology and Psychological Therapy*, 4(3), 639-648.
- Marrero, G., Martín-Albo, J. y Núñez, J. L. (2000). Perfil de personalidad del tenista. *Revista de Psicología del Deporte*, 9(2), 21-36.
- Martell, C. A. (2006). Vigorexia: enfermedad o adaptación. *Revista Digital de Educación Física y Deportes*, 11(99). Disponible en <http://www.efdeportes.com/efd99/vigorex.htm> [Consultado el 14-04-2013].
- Moran, A. P. (2004). *Sport and exercise psychology: a critical introduction*. Nueva York: Routledge.
- Mosley, P. E. (2009). Bigorexia: Bodybuilding and muscle dysmorphia. *European Eating Disorder Review*, 17, 91-198.
- Muñoz, R. y Martínez, A. (2007). Ortorexia y Vigorexia: ¿Nuevos Trastornos de la Conducta Alimentaria? *Trastornos de la Conducta Alimentaria*, 5, 457-482.
- Murray, S. B., Maguire, S., Rusell, J. y Touyz, S. W. (2012a). The emotional regulatory features of bulimic episodes and compulsive exercise in muscle dysmorphia: A case report. *European Eating Disorders Review*, 20(1), 68-73.
- Murray, S. B., Riegerb, E., Hildebrandt, T., Karlova, L., Russelld, J., Boone, E., Dawsonf, R. T. y Touyza, S. W. (2012b). A comparison of eating, exercise, shape, and weight related symptomatology in males with muscle dysmorphia and anorexia nervosa. *Body Image*, 9, 193-200.
- Pelegrín, A. (2005). Variables de riesgo asociadas a la salud mental del deportista profesional y de alto rendimiento. Comunicación presentada en el X Congreso Nacional Andaluz de Psicología del Deporte. Málaga.
- Pope, H. G., Phillips, K. A. y Olivardia, R. (2000). *The Adonis Complex. How to identify, treat, and prevent body obsession in men and boys*. Nueva York: A Touchstone Book.
- Pope, H. G., Phillips, K. A. y Olivardia, R. (2002). *The Adonis Complex: The secret crisis of male body image*. Nueva York: A Touchstone Book.
- Rhodes, R. E. y Smith, N. (2006). Personality correlates of physical activity: a review and meta-análisis. *British Journal of Sports Medicine*, 40(12), 958-965.
- Rodríguez-Molina, J. M. (2007). Vigorexia: Adicción, obsesión o dismorfia; un intento de aproximación. *Salud y Drogas*, 7(2), 289-308.
- Rodríguez-Pérez, M. D. (2003). *Diagnóstico de personalidad en deporte de competición: fútbol*. Tesis Doctoral. Universidad Las Palmas de Gran Canaria. Departamento de Ciencias Médicas y Quirúrgicas.
- Rudy, E. B. y Estok, P. J. (1989). Measurement and significance of negative addiction in runners. *Western Journal of Nursing Research*, 11, 548-558.
- Sanz, J., Silva, F. y Avia, M. D. (1999). La evaluación de la personalidad desde el modelo de los "Cinco Grandes": El Inventario de Cinco Factores NEO de Costa y McCrae (pp.: 171-234). En F. Silva (Ed.), *Avances en Evaluación Psicológica*. Valencia: Promolibro.
- Schurr, J. M., Ashley, M. A. y Joy, K. L. (1977). A multivariate analysis of male characteristics: sport type and success. *Multivariate Experimental Clinical Research*, 3, 53-68.
- Valdés, H. M. (1998). *Personalidad y deporte*. Barcelona: Herder.
- Vealey, R. S. (1992) Personality and Sport: a comprehensive view (pp. 25-59). En T.S. Horn (Ed.). *Advances in Sport Psychology*. Champaign, IL: Human Kinetics.
- Vives, L. y Garcés de Los Fayos, E. J. (2003). *Una aproximación a la vigorexia desde los trastornos alimentarios: Importancia, implicación e impacto en los desórdenes conductuales*. Proyecto de investigación financiado por la Asociación en Defensa de la Atención a la Anorexia y Bulimia Nerviosa.
- Wann, D. L. (1997). *Sport Psychology*. Upper Saddle River, NY: Prentice Hall.
- Weinberg, R. y Gould, D. (2007). *Foundations of sport and exercise psychology*. Champaign, IL: Human Kinetics.
- Weingarten, G. (1982). Psychological disposition toward athletic activity versus psychological development through sport (pp. 114-128). En E. Gerson (Ed.), *Handbook of sportpsychology: Vol. 1. Introduction to sport psychology*. Netanya: Wingate Institute.
- Williams, C. A. y James, D. V. (2001). *Science for Exercise and Sport*. London: Routledge.