

Identidad atlética y características del atleta como predictor de la dependencia al ejercicio

Túlia Cabrita^{1,2}, António Rosado³, Ricardo De La Vega⁴ y Sidónio Serpa⁵

Athletic identity and athlete characteristics as predictor of exercise dependence

Abstract

The athletic identity is a psychological dimension central in athletes, however, although suggested by the literature that high levels athletic identity may cause dependence on the subject, few studies have done. Thus, the goal was to understand the relationship between athletic identity and dependence of the exercise, considering the level of practice, competition level, the type of sport, age and gender of the athletes. For this purpose, we studied 442 athletes (307 females, 135 males) and used as instruments a scale of athletic identity (AIMS-Plus) and a scale of exercise dependence (EDS-R). The results indicate that from all the factors studied; only the athletic identity appears as a predictor of exercise dependence. We conclude that athletes with high levels of athletic identity can promote the addictive behaviors of exercise, than those with lower levels of linking to the role of athlete.

Keywords: Athletic identity, dependency, gender, age, level of practice, type of sport

La evaluación e identificación de los factores con los que se correlaciona la dependencia al ejercicio, así como sus predictores, pueden resultar de un gran interés para los diferentes agentes implicados en el ámbito de la actividad física y del deporte. De hecho, a pesar de los efectos beneficiosos para la salud de la práctica regular de actividad física (Dubbert, 2002), la investigación también indica que el ejercicio puede producir varios resultados negativos (Biddle, 1995). Por ejemplo, algunas investigaciones muestran como la práctica de ejercicio físico puede interferir de forma adversa con las responsabilidades sociales, con el trabajo y con la propia familia (Bamber, Cockerill, Rodgers y Carroll, 2003; Lichtenstein & Jensen, 2016; Terry, Szabo y Griffiths, 2004; Veale, 1995), mientras que otros trabajos demuestran que, cuando los individuos son privados de la práctica física, experimentan síntomas de abstinencia y de abandono (Antunes, Leite, Lee, Barreto, Santos, Souza, Tufik y Mello, 2016; Griffiths, 1997; Smith, Wright y Winrow, 2010; Szabo, 1995).

Esta relación patológica con la práctica de ejercicio físico regular se denomina dependencia al ejercicio (DE), como compulsión y obsesión por la práctica e implicaría que la práctica de actividad física extrema, en cuanto a frecuencia y duración se refiere, sea relativamente resistente al cambio, lo que con frecuencia genera síntomas como el impulso irresistible a continuar el ejercicio a pesar de haber

sufrido lesiones, enfermedades, fatiga u otras demandas personales (Chen, 2016; Hausenblas y Downs, 2002a; Landolf, 2013). Hay muchas teorías que intentan explicar las causas de este síndrome. La hipótesis fisiológica considera que una práctica intensa del ejercicio aumenta los niveles de beta-endorfinas producidas en el cerebro, donde la glándula pituitaria y otras estructuras cerebrales cumplirían un papel fundamental en la promoción de las sensaciones de adicción (Berczik, Szabo, Griffiths, Kurimay, Kun, Urbán y Demetrovas, 2012; Pierce, Eastman, Tripathi, Olsen y Dewey, 1993); mientras que las explicaciones psicológicas consideran que los individuos que muestran dependencia a la práctica física presentan características de personalidad y de distress que fomentan la construcción de DE como una patología habitual (Bamber, Cockerill, Rodgers y Carroll, 2000).

Las investigaciones realizadas sobre los correlatos y los predictores de la conducta de DE, han puesto de manifiesto múltiples relaciones entre estas conductas y factores de tipo personal, del tipo de práctica física realizada y del contexto en el que se realizan. Los resultados presentan con frecuencia algunas contradicciones como es el caso del efecto de las diferencias de sexo, donde algunos trabajos muestran que las mujeres tienen niveles más elevados de DE que los hombres (e.g., Masters y Lambert, 1989; Pierce, Rohaly y Fritchley, 1997; Summers, Machin y Sargent,

* Correspondencia: Universidade Lusíada de Lisboa - Rua da Junqueira, 188-198 1349-001 Lisboa – Portugal. E-mail: tuliacabrita@hotmail.com

1 Universidad Lusíada de Lisboa, CLISSIS, Portugal

2 Faculdade de Motricidade Humana- Universidade de Lisboa, Portugal

3 Faculdade de Motricidade Humana- Universidade de Lisboa, Portugal

4 Universidad Autónoma de Madrid, España

5 Faculdade de Motricidade Humana- Universidade de Lisboa, Portugal

1983), mientras otros no encuentran diferencias significativas (e.g., Magee, Buchanan y Barrie, 2016). Otra de las variables que ha recibido el interés de los investigadores es la influencia de la edad como determinante de la DE, a mayor edad, menor dependencia (Allegre, Therme y Griffiths, 2007). Al examinar las características de la actividad física que se asocian con la DE, por ejemplo, la frecuencia, la duración o la intensidad de los ejercicios propuestos, así como la implicación del deportista en su deporte, Smith, Hale y Collins (1998) encuentran que la dependencia al trabajo muscular los niveles de la exclusividad, y la identidad social fueron significativamente mayores en los levantadores de pesas que en los del grupo de fitness. El propio ambiente social, deportivo y cultural de cada especialidad, debe ser considerado cuando se analizan las relaciones entre DE y deporte (Kerr, Linder y Blaydon, 2007), por ejemplo, los estudios sugieren la existencia de asociación entre dependencia del ejercicio y atletas de deportes de resistencia y larga distancia (Latorre, Obra, Montilla y García Pinillos, 2016; Valenzuela y Arriba-Palomero, 2017; Youngman y Simpson, 2014). Sin embargo, los estudios apuntan a que no hay diferencias en la DE entre ser un deporte individual o de equipo (Lichtenstein, Larsen, Christiansen, Stoving y Bredehl, 2014) y que los síntomas de dependencia aumentan con los niveles de participación deportiva (Murray, Mckenzie, Newman y Brown, 2013). Los niveles de dependencia también pueden estar asociados a los momentos de la época deportiva. Por ejemplo, en la fase precompetitiva, los atletas de culturismo presentan niveles más elevados e problemáticos de dependencia y compromiso, en comparación con la fase post-competitiva (Suffolk, Dovey, Goodwin y Meyer, 2015).

En las investigaciones realizadas sobre las variables que describen la DE, los investigadores encuentran que los participantes con elevados niveles de DE muestran mayores puntuaciones en perfeccionismo que los participantes de los grupos con bajas puntuaciones en DE (Hausenblas y Downs, 2002b; Hipp, Robson y Stamp, 2015). A su vez, los estudios también muestran que el deporte y el ejercicio pueden convertirse en actividades adictivas si se utiliza la actividad física como medio para superar los sentimientos de baja autoestima (Smith, et al., 1998; Groves, Biscomb, Nevill y Matheson, 2008). Los síntomas de DE también surgen ligados a niveles de sufrimiento psicológico (Magee, et al., 2016), aumento de síntomas de depresión, confusión, rabia, fatiga y disminución de vigor (Antunes et al., 2016).

La identidad atlética (IA) también se presenta como una variable relevante para la comprensión de los procesos psicológicos de la DE. La IA se relaciona con el significado que el propio individuo otorga al ejercicio, y se define como el grado de importancia, fuerza y exclusividad del tiempo que el deportista dedica al ejercicio físico y que le envuelve, manteniendo su actividad e influyéndola a través del ambiente en el que está inmerso (Cieslack, 2004). La IA se puede comprender como un componente específico del autoconcepto deportivo del individuo, reflejando el grado en

el que un sujeto se identifica con su rol deportivo (Brewer, Boin y Petipas, 1993). Brewer, Van Raalte y Linder (1993) argumentan que los individuos que valoran diferentes elementos del deporte en su propio autoconcepto, son más propensos a participar en tareas de actividad física que los que no lo hacen.

Desde un punto de vista positivo, elevados niveles de IA parecen estar asociados a mejores niveles de rendimiento deportivo, un mayor compromiso con la modalidad practicada y con menos episodios de *dropout* (Gustafsson, Kentta, Hassmen, Lundqvist y Durand-Bush, 2008; Gustafsson, Hassmen y Johansson, 2008; Kendziersky, Furr y Schiavoni, 1998), si bien también aparecen relacionados con algunos aspectos más negativos como la inmadurez, el aislamiento psicosocial y un sentido restrictivo de identidad personal (Brewer, et al., 1993; Kerr y Dacyshya, 2000; Murphy, Peptipas y Brewer, 1996; Pummell, Harwood y LaValle, 2008; Sparkes, 1998). Además, la IA se asocia también a trastornos del estado de ánimo, dependencia y a conductas de abuso de sustancias (Grove, LaVallee y Gordon, 1997; Horton y Mack, 2000; Hurst, Hale, Smith y Collins, 2000)

Los deportistas que colocan en el centro de su propia identidad personal a su IA, pueden provocar un estrechamiento de la misma identidad (Brewer, et al., 1993). Esta limitación se caracteriza por la fijación de la imagen del *self* en el papel social que desempeña el deportista como una falta de compromiso con otras formas de identidad social, constituyendo una dificultad en el desarrollo de un *self* multidimensional (Burke y Stets, 2009). En este sentido, Settles, Sellers y Damas (2002) señalan que el estrechamiento de la identidad personal aumenta con el nivel de participación deportiva.

Así, los individuos con fuertes identidades atléticas serían más propensos a participar en el deporte y a abusar de su práctica, que los que tienen una débil identidad vinculada al deporte (Smith, et al., 1998). Del mismo modo, Brewer, et al. (1993) señalan que el deporte y el ejercicio pueden convertirse en adictivo para aquellas personas cuya autoestima depende en gran medida de la identificación de sí mismos como deportistas. Hale, James y Stambulova (1999) examinaron los conceptos de identidad social y de exclusividad (dimensiones de la IA) y su relación con la DE, la ansiedad social, y el apoyo social percibido, mostrando que los culturistas experimentados puntuaron significativamente más alto que los culturistas y levantadores de pesas sin experiencia en las escalas de dependencia, de identidad social y en las diferentes subescalas que conforman el factor identidad de los culturistas. Así mismo, Hurst et al. (2000) encontraron niveles más altos de identidad social y de exclusividad en *bodybuilders* con mayores niveles de DE. También, Murray y colegas (2013) encontraron asociación entre la DE y parte de la identidad de ejercicio (creencias sobre el ejercicio).

Pese a que existe un creciente campo de investigación que examina los factores determinantes y los correlatos de la DE, donde se encuentran un mayor número de carencias,

es en la falta de investigaciones exhaustivas en relación con las características psicológicas y del contexto que pueden influir en ella (Hausenblas et al., 2002a). En este sentido, el presente estudio tiene como objetivo explorar la relación entre la DE y la IA en un contexto deportivo, estableciendo la hipótesis de que la IA debería presentar correlaciones significativas y positivas con la. También, se formuló la hipótesis, de que el individuo y las características relacionadas con el deporte, presentan un impacto significativo sobre la DE, es decir, el nivel de competición (nacional o regional), el tipo de deporte (equipo o individual), la categoría deportiva, la edad y el sexo.

Método

Participantes

La muestra de conveniencia, está compuesta por 442 participantes. El rango de edad de la población varió entre los 14 y los 39 años ($M = 21.12$ años, $DT = .31$). La mayoría de los participantes fueron hombres ($n = 307$ hombres [69.5%], $n = 135$ mujeres [30.5%]). Los criterios para los participantes forman parte del estudio fueron, en el momento de la recogida de datos practican deporte de manera regular en algún club deportivo o federación deportiva.

Tabla 1
Análisis descriptivo del perfil de los participantes

Variable	Categoría	Frecuencia	%
Género	Masculino	307	69.5
	Femenino	135	30.5
Nivel de competición	Nacional	174	39.4
	Regional	268	60.6
Tipo de Deporte	Equipo	378	85.5
	Individual	64	14.5

Nota: %: porcentaje

Instrumentos

Cuestionario de variables sociodemográficas y práctica deportiva

El cuestionario comprende diversos ítems relativos a factores individuales, al tipo de deporte (equipo o individual), a su categoría deportiva (base o senior), a la edad, al nivel de la práctica deportiva competitiva (nacional o regional) y al sexo.

Escala Revisada de Dependencia del Ejercicio

La Escala Revisada de Dependencia del Ejercicio (EDS-R); (Downs, Hausenblas y Nigg, 2004), validada para población portuguesa por Lindwall y Palmeira, 2009) está creada en base al criterio diagnóstico del DSM-IV respecto a la dependencia de sustancias (American Psychiatric Asso-

ciation, 1994). Su objetivo es la evaluación de la DE y está compuesta por 21 ítems en una escala de respuesta tipo likert de 6 puntos (1=nunca; 6=siempre). Se estructura en 7 subescalas (abstinencia, continuación, tolerancia, falta de control, reducción de otras actividades, tiempo y efectos deseados). Las preguntas realizadas a los participantes se refieren a sus creencias sobre los comportamientos realizados en los últimos 3 meses, permitiendo clasificar a los individuos en tres grupos: (1) personas en riesgo de DE, (2) individuos no dependientes con algunos síntomas de DE (es decir, las personas pueden tener algunos síntomas de DE, sin embargo, estos síntomas no son suficientes para clasificarlos como participantes con alto riesgo de DE), y (3) personas no dependientes del ejercicio.

EDS-R, en su versión portuguesa, presenta unas propiedades psicométricas adecuadas, con una buena estructura factorial ($X^2/gl=2.89$; RMSEA=.06; CFI=.94; SRMS=.08), y con un buen nivel de consistencia interna para todas las sub-escalas, superior a $>.80$ (Lindwall y Palmeira, 2009). En nuestra muestra en estudio encontramos un nivel de confiabilidad de $\alpha=.80$ para la EDS-R.

Escala de medida de la identidad atlética-plus

La Escala de medida de la identidad atlética-plus (AIMS-plus) (Cieslak, 2004; Cieslak, Fink y Pastore, 2005), validada para población portuguesa por Cabrita, Rosado, Leite y Sousa, (2014). Esta versión consiste en un total de 15 ítems distribuidos en 5 sub-escalas: (1) identidad social, (2) exclusividad, (3) autoidentidad, (4) afectividad positiva y (5) afectividad negativa. La escala de respuesta varía de 0 (completamente en desacuerdo) a 100 (totalmente de acuerdo), y permite calcular valores parciales por dimensión, obteniendo una media global de IA. Puntuaciones más elevadas indican niveles más fuertes de identificación con el papel del deportista. El AIMS-plus, en su versión portuguesa, presenta adecuadas propiedades psicométricas, con una buena estructura factorial ($X^2/gl=4.61$; RMSEA=.07; GFI=.92; CFI=.95; PGFI=.65; PCFI=.76). La escala presenta además niveles aceptables de fiabilidad y de validez convergente (Cabrita, et al., 2014). En nuestra muestra en estudio encontramos un nivel de confiabilidad de $\alpha=.91$ para la AIMS-plus.

Procedimiento

Los investigadores contactaron entrenadores de varios clubes, asociaciones y federaciones deportivas para la aplicación de los cuestionarios a los deportistas. Os cuestionarios fueron recogidos por los entrenadores. Para garantizar los criterios éticos de recogida, os entrenadores fueron formados por los investigadores sobre los procedimientos, éticas y reglas de aplicación de los instrumentos para distribuir y recoger los cuestionarios. Los entrenadores e deportistas participaron de forma voluntaria en el estudio y fueron informados de los objetivos del estudio. Se ha asegurado el consentimiento informado y confidencialidad de los datos y su uso exclusivo para los fines de la investigación. En el

procedimiento se tuvieron en consideración todos los principios éticos para investigar recogidos en la Facultad de Motricidad Humana de la Universidad de Lisboa.

Análisis de datos

Se trata de un estudio exploratorio e el análisis de los datos se realizó mediante el programa estadístico SPSS 19.0 (Statistical Package for Social Sciences). Como dato descriptivo, se calcularon los porcentajes, media desviación típica, curtosis y asimetría. Además, y una vez comprobado el cumplimiento de los supuestos estadísticos, se realizó el

análisis de datos a nivel inferencial, utilizándose una regresión múltiple, se utilizó el método de entrada por bloque, se analizaron la multicolinealidad por la tolerancia y el factor de inflación de la varianza (VIF) y el procedimiento estadístico de Durbin-Watson para detectar las auto-correlaciones. El nivel de significación utilizado es .05.

Resultados

La puntuación media para la DE fue de 42.61 ($DT = 11.28$), y para la IA de 64.76 ($DT = 11.76$) (ver Tabla 2).

Tabla 2

Análisis descriptivo de las escalas ($N=442$)

Escalas	M	DT	Asimetría	DT	Curtosis	DT
Dependencia al ejercicio	42.61	11.28	.16	.12	-.38	.23
Identidad atlética	64.76	11.76	-.04	.12	.70	.23

Nota: M=media; DE= desviación típica

Basado en el sistema de clasificación de la EDS-R, un 1.8% ($n=8$) de los participantes fueron clasificados como en riesgo de DE, el 92.3% ($n=422$) como no dependiente con algunos síntomas, y el 5.9% ($n= 27$) como no dependientes-asintomáticos (no presentan síntomas de DE).

Para realizar el modelo de regresión lineal múltiple, se analizaron las siguientes variables: edad, sexo, tipo de deporte practicado, categoría deportiva, nivel de práctica y IA. Se encuentran diferencias estadísticamente significativas ($F(6,380)=4.65$; $R^2=.46$; $p<.001$). La prueba

de Durbin-Watson ($d=1.68$) señala la independencia de los valores residuales de tolerancia (.43< $T<.86$) y de VIF (1.16<VIF<2.35), lo que indica la inexistencia de multicolinealidad (ver Tabla 3).

De los seis predictores considerados en el modelo, tan sólo uno, la IA, se reveló estadísticamente significativa para explicar la DE de los deportistas. Los análisis de los coeficientes de regresión y su significación estadística, indican que la IA se relaciona de manera significativa con la DE ($\beta=.25$; $t(380)=4.59$; $p<.000$).

Tabla 3

Modelo de regresión lineal múltiple de dependencia en función de las variables predictoras ($N=442$)

Variables (Constante)	Coeficientes no estandarizados		Coeficientes estandarizados				
	B	E	β	T	p	Tol.	VIF
Edad	-.23	.17	-.10	-1.40	.16	.47	2.14
Sexo	1.75	1.39	.07	1.26	.21	.78	1.27
Tipo de deporte practicado	-.42	2.49	-.01	-.17	.87	.84	1.19
Categoría deportiva	.11	1.68	.01	.07	.95	.43	2.35
Nivel Práctica	-.11	1.46	-.01	-.07	.94	.65	1.54
Identidad Atlética	.25	.05	.25	4.59	.00	.86	1.16

Discusión

El objetivo de este estudio fue examinar la influencia sobre dos niveles de factores relacionados con la actividad física: factores personales (edad, sexo, nivel de la práctica, categoría deportiva e IA) y contextuales (tipo de deporte - equipo o individual) en de la DE. Los resultados ponen de manifiesto que el único predictor de la DE, en la muestra de estudio, es la IA. Los deportistas con puntuaciones ele-

vadas en IA, presentan también mayores niveles de DE, lo que confirma la hipótesis inicial. Este resultado apunta en la misma dirección que los estudios realizados por Smith et al. (1998) donde se encuentran correlaciones significativas entre la IA, la exclusividad y la identidad social, y la DE.

Las relaciones encontradas entre las variables de IA y de DE, refuerzan la idea de que los deportistas con niveles elevados de IA, tienen un mayor riesgo de que la práctica

del ejercicio se vuelva un comportamiento compulsivo. El significado de esta relación, se puede comprender a la luz del significado que tiene el deporte para la persona que lo practica (Allegre, et al., 2007), en particular, teniendo en cuenta que su valoración depende de su percepción identitaria como deportista (Brewer, et al., 1993). Esta percepción desencadenaría un elevado nivel de compromiso con la propia práctica deportiva.

La combinación elevada de estos factores psicológicos puede contribuir a la dedicación exclusiva del deportista con su deporte, lo que restringiría las posibilidades ofrecidas por el contexto deportivo y redundaría en una serie de consecuencias directas sobre la vida psicosocial del deportista. El hecho de que el deportista dedique un mayor número de tiempo a la práctica deportiva, sitúa el epicentro del *self* en el deporte, provocando un estrechamiento de las potencialidades de realización de la persona, lo que puede conllevar consecuencias que interfieren en la vida social, profesional y familiar del deportista, perjudicando su bienestar psicológico y social (Berczik et al., 2012; Chen, 2016).

El hecho de que tan sólo se haya encontrado relación estadísticamente significativa entre IA y DE, y no con otras variables, refuerza la idea de que los vínculos existentes entre el individuo y su papel como deportista, es una dimensión psicológica que surge de forma independiente a la modalidad que se pratique, de su nivel competitivo, de la edad y del sexo que tengan.

La variable encontrada relacionada con la DE es, como indicado en el apartado anterior, la IA, lo que supone un hallazgo interesante que debería dar lugar a futuros trabajos de investigación que lo pudieran corroborar.

Respecto al resto de variables consideradas en el estudio, merece la pena destacar que el sexo no muestra diferencias significativas respecto a la DE, lo que nos permite abrir un campo de debate y reflexión acerca de los resultados previos encontrados en otros estudios (Masters y Lambert, 1989; Pierce et al. 1997), para los que las mujeres tienen más probabilidades de ser dependientes del ejercicio que los hombres. Los resultados encontrados sí estarían en consonancia de los obtenidos por Magee et al. (2016) que también no encontraron diferencias en función de la variable sexo en sus estudios sobre dependencia en atletas de ironman. Respecto a la consideración de la variable - características del deporte, aunque no presentan resultados significativos, van al encuentro de otros que no presentan diferencias entre ser individual o equipo (Lichtenstein et al., 2014), no se trata de una variable relevante y significativa para predecir la DE.

Identidad atlética y características del atleta como predictor de la dependencia al ejercicio

Resumen

La identidad atlética, es una dimensión psicológica central para los deportistas, sin embargo, pese a que la literatura científica señala que elevados niveles de identidad atlética, pueden estar conectados con la dependencia al ejercicio en los participantes, pocos estudios se han realizado. De esta manera, el objetivo se centra en comprender las relaciones entre la identidad atlética y la dependencia al ejercicio, teniendo en cuenta el nivel de práctica, el tipo de deporte, la edad, la

Por último, cabe destacar que los procesos de DE y sus aspectos psicológicos y sociales aún no han sido claramente definidos por modelos explicativos integradores y sistémicos. El presente estudio presenta una serie de resultados interesantes para quienes trabajan en el campo de la actividad física y del ejercicio y para aquellos que desarrollan su labor en el ámbito de la promoción deportiva, muestra que es importante examinar la DE con un enfoque integrador desde la comprensión global del fenómeno objeto de estudio, dando lugar a la inclusión de diversas variables, tanto determinantes demográficos, como psicológicos y sociales, además de las características relacionadas con el deporte. El hecho de que este estudio sea transversal se convierte en una limitación, pues no permite la comprensión de la evolución de la dependencia a lo largo de una época o carrera deportiva.

El impacto, por sí solo, de la IA como variable explicativa de la DE, implica la importancia de estudiar otras variables de la identidad, de modo que permita facilitar la comprensión del fenómeno de la DE y su influencia en la percepción subjetiva de la práctica de ejercicio. A su vez, el peso encontrado en la IA, valida la utilización de este constructo para comprender e intervenir en el contexto deportivo.

Para los futuros estudios, el modelo ecológico de la actividad física podría ser un marco interesante en el camino hacia una mejor comprensión de la DE. Además, se necesita más investigación para examinar exhaustivamente la naturaleza de la IA con personas que reúnen una sintomatología clara de DE.

Se concluye que el hecho de que la identidad atlética sea el único factor relacionado con la dependencia invita a la reflexión sobre los límites entre un compromiso sano y la práctica obsesiva del deporte y sus posibles severas consecuencias. Aunque su prevalencia no se produce en todos los atletas, este fenómeno, urge una reflexión y continuación de la investigación más profundizada sobre las consecuencias de esta asociación, teniendo en cuenta que las personas interpretan las situaciones y dificultades en congruencia con sus identidades iniciando acciones en armonía con esa relación (Oyserman, 2009).

Agradecimientos/Financiación

Investigación apoyada por el Fundación para la Ciencia y Tecnología (FCT) del gobierno portugués (SFRH / BD / 41374 / 2007).

categoría deportiva y el sexo de los deportistas. Para lograrlo, se han estudiado a un total de 442 deportistas (307 hombres y 135 mujeres), y se utilizaron la escala de identidad atlética (AIMS-plus) y la escala de dependencia al ejercicio (EDS-R). Los resultados encontrados indican que, de todos los factores estudiados, sólo la identidad atlética actúa como variable predictora de la dependencia al ejercicio. Se concluye que los deportistas con elevados niveles de identidad atlética, tienen un mayor riesgo de realizar conductas de dependencia al ejercicio, que aquellos que tienen menores niveles de vinculación con su rol deportivo.

Palabras clave: Identidad atlética, dependencia, sexo, edad, nivel de práctica, tipo de deporte

Identidade atlética e características do atleta como preditor da dependência do exercício

Resumo

A identidade atlética é uma dimensão psicológica central nos atletas, no entanto, embora a literatura científica assinala que elevados níveis de identidade atlética podem estar relacionados com a dependência do exercício, poucos estudos têm sido realizados. Assim, o objetivo deste estudo, centra-se em compreender as relações entre identidade atlética e dependência do exercício, tendo em conta, o nível de prática, o tipo de desporto, a idade, o nível competitivo e o género dos atletas. Foi estudado um total de 442 atletas (307 homens e 135 mulheres), utilizou-se a escala de identidade atlética (AIMS-plus) e a escala de dependência do exercício (EDS-R). Os resultados obtidos indicam que, de todos os fatores estudados, apenas a identidade atlética surge como variável preditora da dependência do exercício. Conclui-se que os atletas com elevados níveis de identidade atlética têm maior risco de realizar comportamentos de dependência do que aqueles que apresentam níveis mais baixos de vinculação ao papel de atleta.

Palavras chave: identidade atlética, dependência, género, nível competitivo, tipo de deporte

Referencias

- Allegre, B., Therme, P. y Griffiths, M. (2007). Individual factors and the context of physical activity in exercise dependence: A prospective study of 'ultra-marathoners'. *International Journal of Mental Health and Addiction*, 5, 233-243. doi:10.1007/s11469-007-9081-9
- American Psychiatric Association. (1994). *Diagnostic and statistical manual of mental disorders*. (4th ed.). Washington, DC: American Psychiatric Association.
- Antunes, H., Leite, G., Lee, K., Barreto, A., Santos, R., Souza, H., Tufik, S. & Mello, M. (2016). Exercise deprivation increases negative mood in exercise-addicted subjects and modifies their biochemical markers. *Physiology & Behavior*, 156, 182-186. doi:10.1016/j.physbeh.2016.01.028
- Bamber, D., Cockerill, I., Rodgers, S. y Carroll, D. (2000). It's exercise or nothing: a qualitative analysis of exercise dependence. *British Journal of Sports Medicine*, 34(6) 423-30. doi.org/10.1136/bjsm.34.6.423
- Bamber, D. J., Cockerill, I. M., Rodgers, S. y Carroll, D. (2003). Diagnostic criteria for exercise dependence in women. *British Journal of Sports Medicine*, 37, 393-400. doi:10.1136/bjsm.37.5.393
- Berczik, K., Szabo, A., Griffiths, M., Kurimay, T., Kun, B., Urbán, R. & Demetrovas, Z. (2012). Exercise addiction: Symptoms, diagnosis, epidemiology and etiology. *Substance Use & Misuse*, 43, 403-417. doi: 10.3109/10826084.2011.639120
- Biddle, S. J. (1995). Exercise and psychosocial health. *Research Quarterly for Exercise and Sport*, 66, 292-297. doi: 10.1080/02701367.1995.10607914
- Brewer, B.W., Van Raalte, J.L. y Linder, D.E. (1993). Athletic identity: Hercules' muscles or Achilles heel? *International Journal of Sport Psychology*, 24, 237-254.
- Brewer, B.W., Boin, P.D. y Petipas, A.J. (1993). *Dimensions of athletic identity*. Annual meeting of the American Psychological Association, Toronto, Ontario, Canada.
- Burke, P. y Stets, J. (2009). *Identity theory*. New York: Oxford Press.
- Cabrita, T., Rosado, A., Leite, T. y Sousa, P. (2014). Psychometric properties of the Portuguese version of the athletic identity measurement scale-plus. *Psicología Reflexão e Crítica*, 27(4), 29-37. doi: 10.1590/S0102-79722014000100004
- Chen, W. (2016). Frequent exercise: A healthy habit or a behavioral addiction. *Chronic Diseases and Translational Medicine*, 2, 235-240. doi:10.1016/j.cdtm.2016.11.014
- Cieslak, T. (2004). *Describing and measuring the athletic identity construct scale development and validation*. Unpublished Doctoral Dissertation, The Ohio State University.
- Cieslak, T., Fink, J. y Pastore, D. (2005). Measuring the athletic identity construct: Scale development and validation [Abstract]. *Journal of Sport and Exercise Psychology*, 27(Suppl.), S48.
- Dubbert, P. (2002). Physical activity and exercise: Recent advances and current challenges. *Journal of Consulting and Clinical Psychology*, 70(3), 526-536. doi:10.1037/0022-006x.70.3.526
- Downs, D. S., Hausenblas, H. A. y Nigg, C. R. (2004). Factorial validity and psychometric examination of the exercise dependence scale-revised. *Measurement in Physical Education and Exercise Science*, 8, 183-201. doi:10.1207/s15327841mpee0804_1

- Griffiths, M. D. (1997). Exercise addiction: A case study. *Addiction Research*, 5, 161–168. doi:10.3109/16066359709005257
- Grove, J. R., Lavallee, D. y Gordon, S. (1997). Coping with retirement from sport: the influence of athletic identity. *Journal of Applied Sport Psychology*, 9, 191–203. doi:10.1080/10413209708406481
- Groves, M., Biscomb, K., Nevill, A. y Matheson, H. (2008). Exercise dependence, self-esteem and identity reinforcement: A comparison of three universities in the United Kingdom. *Sport in Society*, 11(1), 59-73. doi:10.1080/17430430701717772
- Gustafsson, H., Kentta, G., Hassmen, P., Lundqvist, C. y Durand-Bush, N. (2008). The process of burnout: A multiple case study of three elite endurance athletes. *International Journal of Sport Psychology*, 38(4), 388-416.
- Gustafsson, H., Kentta, G., Hassmen, P. y Johansson, M. (2008). A qualitative analysis of burnout in elite Swedish athletes. *Psychology of Sport and Exercise*, 9(6), 800-816. doi: 10.1016/j.psychsport.2007.11.004
- Hale, B. D., James, B. y Stambulova, N. (1999). Determining the dimensionality of athletic identity: A Herculean cross-cultural undertaking. *International Journal of Sport Psychology*, 30, 83-100.
- Haubenblas, H. A. y Downs, D. S. (2002a). Exercise dependence: A systematic review. *Psychology of Sport and Exercise*, 3, 89–123. doi:10.1016/s1469-0292(00)0015-7
- Haubenblas, H. A. y Downs, D. S. (2002b). How much is too much? The development and validation of the exercise dependence scale. *Psychology and Health*, 17, 387–404. doi:10.1080/0887044022000004894
- Hipp, A., Robson, S. & Stamp, G (2015). The predictive ability of perfectionistic traits and self-presentations styles in relation to exercise dependence. *Personality and Individual Differences*, 86, 176-183. doi: 10.1016/j.paid.2015.06.015
- Horton, R. y Mack, D. (2000). Athletic identity in marathon runners: functional focus or dysfunctional commitment? *Journal of Sport Behavior*, 23(2), 101-119.
- Hurst, R., Hale, B., Smith, D. y Collins, D. (2000). Exercise dependence, social physique anxiety, and social support in experienced and inexperienced bodybuilders and weightlifters. *British Journal of Sport Medicine*, 34, 431-435. doi:10.1136/bjsm.34.6.431
- Kendziersky, D., Furr, R. y Schiavoni, J. (1998). Physical activity self-definitions: Correlates and perceived criteria. *Journal of Sport y Exercise Psychology*, 20(2), 176-193. doi:10.1123/jsep.20.2.176
- Kerr, G. y Dacyshyn, A. (2000). The retirement experiences of elite, female gymnasts. *Journal of Applied Sport Psychology*, 12(2), 115-133. doi:10.1080/1041320801998564
- Kerr, J., Linder, J. y Blaydon, M. (2007). *Exercise dependence*. London: Routledge. doi:10.4324/9780203946794
- Landolf, E. (2013). Exercise addiction. *Sports Medicin*, 14, 111-119.
- Latorre Román, P. Á., Jiménez Obra, A., Párraga Montilla, J., & García Pinillos, F. (2016). Dependencia al ejercicio físico e insatisfacción corporal en diferentes deportes de resistencia y su relación con la motivación al deporte. *Revista de Psicología del Deporte*, 25(1), 113-120.
- Lichtenstein, M. & Jensen, T. (2016). Exercise addiction in crossfit. Prevalence and psychometric proprieties of the exercise addiction inventory. *Addictive Behaviors Reports*, 3, 33-37. doi:10.1016/j.abrep.2016.02.002
- Lichtenstein, M., Larsen, K., Christiansen, E., Stoving, R. & Bredehl, T. (2014). Exercise addiction in team sport and individual sport. Prevalence and validation of the exercise addition inventory. *Addiction Research and Theory*, 22(5), 431-437. doi:10.3109/16066359.2013.875537
- Lindwall, M. y Palmeira, A. (2009). Factorial validity and invariance testing to the exercise scale-revised in Swedish and Portuguese exercisers. *Measurement in Physical Education and Exercise Science*, 13(3), 166-179. doi:10.1080/10913670903050313
- Magee, C., Buchanan, I. & Barrie, L. (2016). Profiles of exercise dependence symptoms in ironman participants. *Psychology of Sport and Exercise*, 24, 48-55. doi:10.1016/j.psychsport.2016.01.005
- Masters, K. S. y Lambert, M. J. (1989). On gender comparison and construct validity: An examination of the commitment to running scale in a sample of marathon runners. *Journal of Sport Behavior*, 12, 196–202.
- Murphy, G., Petitpas, A. y Brewer, B. (1996). Identity foreclosure, athletic identity, and career maturity in intercollegiate athletes. *Sport Psychologist*, 10(3), 239-346. doi:10.1123/tsp.10.3.239
- Murray, A., Mckenzie, K., Newman, E. & Brown, W. (2013). Exercise identity as a risk factor for exercise dependence. *British Journal of Health Psychology*, 18, 369-382. doi:10.1111/j.2044-8287.2012.02091.x
- Oyserman, D. (2009). Identity-based motivation: implications for action-readiness, procedural-readiness, and consumer behavior. *Journal of Consumer Psychology*, 19, 250-260. doi:10.1016/j.jcps.2009.05.008
- Pierce, E., N., Eastman, H., Tripathi, K., Olsen, K. y Dewey, W. (1993). Beta-endorphin response to endurance exercise: relationship to exercise dependence. *Perceptual and Motor Skills*, 77(3), 767–70. doi:10.2466/pms.1993.77.3.767
- Pierce, E. F., Rohaly, K. A. y Fritchley, B. (1997). Sex differences on exercise dependence for men and women in a marathon road race. *Perceptual Motor Skills*, 84, 991-994. doi:10.2466/pms.1997.84.3.991
- Pummell, B., Harwood, C. y Lavallee, D. (2008). Jumping to the next level: A qualitative examination of within-career transition in adolescent event riders. *Psychology of Sport and Exercise*, 9(4), 427-447. doi:10.1016/j.psychsport.2007.07.004
- Settles, I., Sellers, R. y Damas, A. (2002). One role or two? The function of psychological separation in role conflict. *Journal of Applied Psychology*, 87(3), 574-582. doi:10.1037/0021-9010.87.3.574

- Smith, D.K. y Hale, B.D. (2004). Validity and factor structure of the bodybuilding dependence scale. *British Journal of Sports Medicine*, 38, 177-181. doi:10.1136/bjsm.2002.003269
- Smith, D.K., Hale, B.D. y Collins, D. (1998). Measurement of exercise dependence in bodybuilders. *Journal of Sports Medicine and Physical Fitness*, 38(1), 66-74.
- Smith, D., Wright, C. y Winrow, D. (2010). Exercise dependence and social physique anxiety in competitive and non-competitive runners. *International Journal of Sport and Exercise Psychology* 8, 61-69. doi:10.1080/1612197x.2010.9671934
- Sparkes, A. (1998). Athletic identity: An Achilles' heel to the survival of self. *Qualitative Health Research*, 8(5), 644-664. doi: 10.1177/104973239800800506
- Suffolk, M., Dovey, T., Goodwin, H. & Meywe, C. (2015). Psychobehavioral characteristics of competitive bodybuilders: A longitudinal study. *International Journal of Sport Psychology*, 46(2), 117-136.
- Summers, J. J., Machin, V. J. y Sargent, G. I. (1983). Psycho-social factors related to marathon running. *Journal of Sport Psychology*, 5, 314-331.
- Szabo, A. (1995). The impact of exercise deprivation on well-being of habitual exercisers. *The Australian Journal of Science and Medicine in Sport*, 27, 68-75.
- Terry, A., Szabo, A. y Griffiths, M. (2004). The exercise addiction inventory: A new brief screening tool. *Addiction Research and Theory*, 12, 489-499. doi:10.1080/16066350310001637363
- Valenzuela, P. & Arriba-Palomero, F. (2017). Riesgo de adicción al ejercicio en triatletas hombres amateur y su relación con variable de entrenamiento. *Revista Internacional de Ciencias del Deporte*, 48, 162-171. doi:10.5232/ricyde2017.04806
- Veale, D. M. (1995). Does primary exercise dependence really exist? In J. Annat, B. Cripps, y H. Steinberg (Eds.), *Exercise addiction: Motivation for participation in sport and exercise*. (pp. 1-5). Leicester, UK: The British Psychological Society.
- Youngman, J. & Simpson, D. (2014). Risk for exercise addiction: A comparison of triathletes training for sprint-Olympic, half-ironman and ironman-distance triathlons. *Journal of Clinical Sport Psychology*, 8, 19-37. doi:10.1123/jcsp.2014-0010