



**UNIVERSIDAD NACIONAL DE CHIMBORAZO**

**FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD**

**CARRERA DE PSICOLOGÍA CLÍNICA**

Informe final de investigación previo a la obtención del título de Psicólogo Clínico

**TRABAJO DE TITULACIÓN**

Tipos de personalidad y vigorexia en usuarios de los gimnasios. Riobamba, 2021

**Autora:** Erica Lissette Martínez Vargas

**Tutor:** Mgs. Juan Pablo Mazón Naranjo

**Riobamba - Ecuador**

**2022**

## **DERECHOS DE AUTORÍA**

Yo, Erica Lissette Martínez Vargas, con cédula de ciudadanía 0604531483, autora del trabajo de investigación titulado: “Tipos de personalidad y vigorexia en usuarios de los gimnasios. Riobamba, 2021”, certifico que la producción, ideas, opiniones, criterios, contenidos y conclusiones expuestas son de mí exclusiva responsabilidad.

Asimismo, cedo a la Universidad Nacional de Chimborazo, en forma no exclusiva, los derechos para su uso, comunicación pública, distribución, divulgación y/o reproducción total o parcial, por medio físico o digital; en esta cesión se entiende que el cesionario no podrá obtener beneficios económicos. La posible reclamación de terceros respecto de los derechos de autor de la obra referida, será de mi entera responsabilidad; librando a la Universidad Nacional de Chimborazo de posibles obligaciones.

En Riobamba, 18 de mayo del 2022



Erica Lissette Martínez Vargas

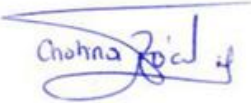
C.I. 0604531483

## DICTAMEN FAVORABLE DEL TUTOR Y MIEMBROS DE TRIBUNAL

Quienes suscribimos, catedráticos designados Tutor y Miembros del Tribunal de Grado para la evaluación del trabajo de investigación “Tipos de personalidad y vigorexia en usuarios de los gimnasios. Riobamba, 2021” presentado por Erica Lissette Martínez Vargas, con cédula de ciudadanía 0604531483, certificamos que recomendamos la APROBACIÓN de este con fines de titulación. Previamente se ha asesorado durante el desarrollo, revisado y evaluado el trabajo de investigación escrito y escuchada la sustentación por parte de su autor; no teniendo más nada que observar.

De conformidad a la normativa aplicable firmamos, en Riobamba 18 de mayo del 2022

Mgs. Cristina Alessandra Procel Niama  
PRESIDENTE DEL TRIBUNAL DE  
GRADO



Firma

Mgs. Lilian Verónica Granizo Lara  
MIEMBRO DEL TRIBUNAL DE  
GRADO



Firma

Mgc. Adriana Carolina Sánchez Acosta  
MIEMBRO DEL TRIBUNAL DE  
GRADO



Firma

Mgs. Juan Pablo Mazón Naranjo  
TUTOR



Firma



Erica Lissette Martínez Vargas

C.I. 0604531483

## CERTIFICADO DE LOS MIEMBROS DEL TRIBUNAL

Quienes suscribimos, catedráticos designados Miembros del Tribunal de Grado para la evaluación del trabajo de investigación “Tipos de personalidad y vigorexia en usuarios de los gimnasios. Riobamba, 2021” presentado por Erica Lissette Martínez Vargas, con cédula de ciudadanía 0604531483, bajo la tutoría de Mgs. Juan Pablo Mazón Naranjo certificamos que recomendamos la APROBACIÓN de este con fines de titulación. Previamente se ha evaluado el trabajo de investigación y escuchada la sustentación por parte de su autor; no teniendo más nada que observar.

De conformidad a la normativa aplicable firmamos, en Riobamba al 18 de mayo del 2022

Presidente del Tribunal De Grado  
Mgs. Cristina Alessandra Procel Niama

Firma

Miembro del Tribunal De Grado  
Mgs. Lilian Verónica Granizo Lara

Firma

Miembro del Tribunal De Grado  
MSc. Adriana Carolina Sánchez Acosta

Firma

## CERIFICADO DE ANTIPLAGIO



UNIVERSIDAD NACIONAL DE CHIMBORAZO  
FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD  
COMISIÓN DE INVESTIGACIÓN Y DESARROLLO CID  
Ext. 1133

Riobamba 05 de mayo del 2022  
Oficio N° 095-URKUND-CU-CID-TELETRABAJO-2022

**MSc. Ramiro Torres Vizuete**  
**DIRECTOR CARRERA DE PSICOLOGÍA**  
**FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD**  
**UNACH**  
Presente.-

Estimado Profesor:

Luego de expresarle un cordial saludo, en atención al pedido realizado por el **MSc. Juan Pablo Mazón Naranjo**, docente tutor de la carrera que dignamente usted dirige, para que en correspondencia con lo indicado por el señor Decano mediante Oficio N° 1898-D-FCS-TELETRABAJO-2020, realice validación del porcentaje de similitud de coincidencias presentes en el trabajo de investigación con fines de titulación que se detalla a continuación; tengo a bien remitir el resultado obtenido a través del empleo del programa URKUND, lo cual comunico para la continuidad al trámite correspondiente.

No	Documento número	Título del trabajo	Nombres y apellidos del estudiante	% URKUND verificado	Validación	
					Si	No
1	D- 134850832	Tipos de personalidad y vigorexia en usuarios de gimnasios. Riobamba, 2021	Martínez Vargas Erica Lisette	1	x	

Atentamente,

CARLOS  
GAFAS  
GONZALEZ

Firmado digitalmente  
por CARLOS GAFAS  
GONZALEZ  
Fecha: 2022.05.05  
21:54:47 -05'00'

Dr. Carlos Gafas González  
Delegado Programa URKUND  
FCS / UNACH  
C/c Dr. Gonzalo E. Bonilla Pulgar – Decano FCS

Debido a que la respuesta del análisis de validación del porcentaje de similitud se realiza mediante el empleo de la modalidad de Teletrabajo, una vez que concluya la Emergencia Sanitaria por COVID-19 e inicie el trabajo de forma presencial, se procederá a recoger las firmas de recepción del documento en las Secretarías de Carreras y de Decanato.

## **DEDICATORIA**

Dedicado los gimnasios de la ciudad de Riobamba por permitirme desarrollar mi investigación dentro de sus instalaciones colaborando así con un granito de arena en el bienestar de la salud mental de sus clientes.

A mi tutor por su paciencia, apoyo y guía para poder cumplir con el proyecto de una manera eficiente, honesta y responsable,

A mis amigos y amigas de la Carrera de Psicología por motivarme con su compañía y palabras de aliento durante toda mi etapa estudiantil,

A los usuarios de los gimnasios que me permitieron aplicarles los test en el estudio de forma respetuosa y eficiente.

Erica Martínez

## **AGRADECIMIENTO**

Agradezco a Dios por darme la sabiduría y fortaleza para poder culminar mi carrera

A las personas más importantes en mi vida Angelito Tamayo y Beatriz Cepeda por ser las personas que me apoyaron de una manera incondicional brindándome amor y cariño, enseñándome la importancia de la humildad y generosidad hacia los demás.

A mi madre Gladys Vargas por ser un gran ejemplo de lucha y perseverancia para alcanzar mis metas.

A mi familia que siempre creyeron en mí estuvieron conmigo en los buenos y malos momentos y no dejaron que me rinda ante la adversidad.

A mis docentes por compartir sus conocimientos, anécdotas y consejos que me ayudaran a ser una buena profesional.

## ÍNDICE GENERAL

DERECHOS DE AUTORÍA

DICTAMEN FAVORABLE DEL TUTOR Y MIEMBROS DE TRIBUNAL

CERTIFICADO DE LOS MIEMBROS DEL TRIBUNAL

CERIFICADO DE ANTIPLAGIO

DEDICATORIA

AGRADECIMIENTO

ÍNDICE GENERAL

ÍNDICE DE TABLAS

RESUMEN

<b>CAPÍTULO I. INTRODUCCIÓN.....</b>	<b>13</b>
<b>Antecedentes .....</b>	<b>13</b>
<b>Planteamiento del problema .....</b>	<b>14</b>
<b>Justificación .....</b>	<b>17</b>
<b>Objetivos.....</b>	<b>18</b>
<i>Objetivo General.....</i>	<i>18</i>
<i>Objetivos específicos .....</i>	<i>18</i>
<b>CAPÍTULO II. MARCO TEÓRICO .....</b>	<b>19</b>
<b>Estado del arte .....</b>	<b>19</b>
<b>Marco teórico.....</b>	<b>21</b>
2.2.1. <i>Personalidad .....</i>	<i>21</i>
2.2.2. <i>Tipos de personalidad .....</i>	<i>22</i>
2.2.3. <i>Tipología de la Personalidad.....</i>	<i>28</i>
2.2.3. <i>Vigorexia .....</i>	<i>29</i>
2.2.4. <i>Síntomas de vigorexia .....</i>	<i>30</i>
2.2.5. <i>Causas de la vigorexia .....</i>	<i>32</i>
<b>CAPÍTULO III. METODOLOGÍA .....</b>	<b>33</b>
<b>Tipo de investigación.....</b>	<b>33</b>
<b>Diseño de la investigación.....</b>	<b>33</b>
<b>Técnicas de recolección de datos.....</b>	<b>33</b>
<i>Técnicas .....</i>	<i>33</i>
<i>Instrumentos .....</i>	<i>34</i>
<b>Población de estudio y tamaño de la muestra.....</b>	<b>35</b>
<b>Muestra .....</b>	<b>35</b>



<i>Criterios de inclusión</i> .....	36
<i>Criterios de exclusión</i> .....	36
<b>Métodos de análisis</b> .....	36
<b>Procesamiento de datos</b> .....	37
<b>CAPÍTULO IV. RESULTADOS Y DISCUSIÓN</b> .....	<b>38</b>
<b>Discusión</b> .....	43
<b>CAPÍTULO V. CONCLUSIONES Y RECOMENDACIONES</b> .....	<b>46</b>
<b>RECOMENDACIONES</b> .....	<b>47</b>
<b>REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS</b> .....	<b>48</b>
<b>ANEXOS</b> .....	<b>52</b>
<b>Anexo 1. Consentimiento informado</b> .....	<b>52</b>
<b>Anexo 2. Cuestionario de personalidad SEAPsI</b> .....	<b>53</b>
<b>Anexo 3. Cuestionario del complejo de Adonis</b> .....	<b>57</b>

## ÍNDICE DE TABLAS

Tabla 1 Descripción de los tipos de personalidad .....	38
Tabla 2 Descripción del nivel de preocupación por la imagen corporal.....	40
Tabla 3 Descripción de la asociación entre los tipos de personalidad y la preocupación por la imagen corporal .....	41

## RESUMEN

El presente estudio estuvo orientado en analizar el tipo de personalidad asociado a la vigorexia en usuarios de los gimnasios Riobamba 2021. La metodología se basó en un enfoque cuantitativo con un diseño no experimental de campo y con un nivel descriptivo. La población corresponde a 2300 usuarios de gimnasios ubicados en la ciudad de Riobamba, quedando la muestra representada por 300 participantes que fueron seleccionados mediante el muestreo no probabilístico de tipo intencional, los mismos fueron evaluados a través del cuestionario SEAPSI, el cual permitió determinar el tipo de personalidad, mientras la variable vigorexia fue medida utilizando el cuestionario del complejo de ADONIS. Obteniendo como resultados una mayor prevalencia del sexo masculino representada con un 51,3%, con una media de 24 años. En cuanto al tipo de personalidad se evidencia un predominio de los tipos anancástico, paranoide, dependiente e histriónico. En cuanto a la imagen corporal, se tiene que un 60,3% manifiesta preocupación por su apariencia física, solo un 6,7% lo hace a nivel patológico. Se concluye que las características encontradas en los usuarios de gimnasios representan factores de riesgo en el desarrollo de la vigorexia, aun y cuando no se encontró asociación significativa entre las variables, los tipos de personalidad de mayor frecuencia corresponden a características asociadas a la obsesión, perfeccionismo, egocentrismo necesidad de aprobación, que corresponden con la preocupación por la imagen corporal y fijación con determinadas ideas, como alcanzar determinado estándar de belleza impuesto por la sociedad.

**Palabras clave:** tipologías de la personalidad, preocupación, imagen corporal.

## ABSTRACT

This study was carried out to analyze the type of personality associated with vigorexia in users of the Riobamba 2021 gyms. The methodology was based on a quantitative approach with a non-experimental field design and a descriptive level. The population corresponds to 2300 users of gyms located in Riobamba, leaving the sample represented by 300 participants who were selected through intentional non-probabilistic sampling, who were evaluated through the SEAPsI questionnaire, which allowed determining the type of personality, while the variable vigorexia was measured. The study used the ADONIS complex questionnaire and obtained a higher prevalence of the male sex, represented by 51.3%, with an average of 24 years. There is evidence of a predominance of the paranoid, anancastic, dependent, and histrionic types in terms of personality type regarding body image, 60.3% express concern about their physical appearance, and only 6.7% do so at a pathological level. Finally, there is no relationship between the study variables. It is concluded that the characteristics found in gym users represent risk factors in the development of vigorexia. No correlation was found between the variables. The most frequent personality types correspond to characteristics associated with obsession, perfectionism, egocentrism, and need for approval; these correspond to concern for body image and fixation with specific ideas, such as achieving a certain standard of beauty imposed by society.

**Keywords:** typologies of personality, concern, body image.

DARIO  
JAVIER  
CUTIOPA  
LA LEON



Firmado  
digitalmente por  
DARIO JAVIER  
CUTIOPALA LEON  
Fecha: 2022.06.06  
03:35:52 -05'00'

Reviewed by:  
Lic. Dario Javier Cutiopala Leon  
**ENGLISH PROFESSOR**  
c.c. 0604581066

## CAPÍTULO I. INTRODUCCIÓN

### **Antecedentes**

Actualmente la sociedad ejerce presión sobre las personas para alcanzar los estándares de belleza, imponiendo un patrón definido en cuanto al cuerpo humano, esta situación es experimentada tanto por hombres como por mujeres, estas exigencias en muchos casos afectan a las personas tanto a nivel físico como psicológico, la búsqueda de un físico ideal, puede convertirse en un comportamiento patológico, causando insatisfacción e inconformidad con la imagen, pudiendo desencadenar trastornos psicológicos vigorexia (Cartaya et al., 2020).

Por tal razón, la presente investigación se direcciona al estudio de las variables de los tipos de personalidad y vigorexia, esta última puede ser definida como una alteración de la salud mental que se caracteriza por la excesiva preocupación por incrementar la masa muscular (Mazón et al., 2017). Resulta importante mencionar, que la personalidad es la estructura de mayor complejidad, esta comprende actitudes, pensamientos, sentimientos, además está influenciada por aspectos biológicos, genéticos y el contexto, en función de ello se va a definir unas características específicas que determinan a cada individuo (Millon, 2002).

El estudio se encuentra compuesto por los siguientes apartados: capítulo I se describe la introducción en base a los antecedentes, planteamiento del problema, justificación y objetivos. Seguido del capítulo II en el cual se plantea el marco teórico como fundamento científico de las variables analizadas, posteriormente, en el capítulo III se detalla el proceso de la metodología que incluye el tipo, diseño, población, muestra, métodos, técnicas e instrumentos utilizados para el progreso de la investigación. En el capítulo IV se plasman los resultados del estudio en las tablas de frecuencia y porcentaje con su respectivo análisis

e interpretación, a continuación, se presenta el capítulo V donde se evidencia las conclusiones y recomendaciones; finalmente, se muestra las referencias y anexos respectivos.

### **Planteamiento del problema**

Son escasos los datos epidemiológicos sobre la vigorexia, sin embargo se estima que un 10% de las personas que acuden a los gimnasios padecen dicho trastorno o manifiesta síntomas asociados, por lo general, se desarrolla en personas entre los 18 a 35 años con mayor incidencia en hombres con un 80% frente a las mujeres con una prevalencia del 20% (Hinojosa, 2020). Además se ha asociado un mayor número de casos con el sexo masculino con el estereotipo social que impone que estos deben ser musculosos y fuertes, por otro lado, se tiene que el inicio de la patología por lo general comienza en la adolescencia (Hinojosa, 2020).

En cuanto a la causa, se ha catalogado la vigorexia como un trastorno multicausal, en donde intervienen tanto factores individuales como sociales, que convergen y se fusionan hasta el desarrollo de esta patología, las causas varían de una persona a otra, en algunos casos tiene mayor impacto los aspectos psicológicos, mientras que algunas personas serán más afectadas por la influencia social (Zavala, 2017).

Como trastorno de base se evidencia una distorsión de la imagen corporal caracterizada por la insatisfacción con la apariencia física que o coincide con el ideal de belleza percibido por la persona afectada, quien presenta pensamientos irracionales sobre una evaluación negativa del entorno en cuanto su cuerpo (Zavala, 2017).

Como ya se mencionó, son diversas las causas asociadas al desarrollo de la vigorexia, sin embargo, existe evidencia que la personalidad es un factor que predispone el desarrollo de esta patología, se ha evidenciado que las personas con vigorexia presentan niveles bajos de extraversión, apertura, amabilidad y altos niveles de neuroticismo, respecto a la extraversión, se asocia a rasgos obsesivos compulsivos, baja autoestima y altos niveles de ansiedad (Castro et al., 2014).

En este sentido, la asociación entre la personalidad y vigorexia ha recibido mayor atención en las últimas décadas, se discute si esta variable puede ser determinante en el desarrollo de esta patología, entre las dimensiones más destacadas encontradas en las investigaciones que analizan la personalidad como uno de los factores psicológicos que interviene en el desarrollo de la vigorexia se tienen la neuroticismo, amabilidad, responsabilidad y extraversión, también, se han evidenciado resultados relevantes en cuanto al rasgo narcisista en personas que practican fisicoculturismo (Begazo y Canaza, 2015).

Autores como Darino (2020), señalan que los sujetos con vigorexia presentan características como grandiosidad, la necesidad de admiración y la falta de empatía, aspectos que por lo general afectan de manera significativa a nivel social, por otro lado, se manifiesta un sentido de derecho y superioridad, despreciarán a los demás y, a menudo, mostrarán actitudes despreciativas o condescendientes, no obstante, se considera que muchas de estas actitudes están asociadas a la baja autoestima y sentimiento de insuficiencia. En muchos casos la persona alcanza logros, pero por lo general se dificulta la interacción social, afectando a nivel laboral, además les resulta difícil recuperarse de las críticas o cualquier actitud de rechazo.

En el Ecuador son relativamente escasos los datos estadísticos asociados a la vigorexia como un trastorno mental, debido a la falta de indagación sobre el trastorno antes mencionado (González, 2015). Sin embargo, el autor González (2015) en su estudio realizado en la ciudad de Loja encontró que, el 25% de los usuarios de gimnasios presentan tendencia a la vigorexia, donde predomina el género masculino con el 87,3%.

En la ciudad de Riobamba no se han encontrado estudios relacionados a las variables de investigación, no obstante, mediante la interacción entre la investigadora y los usuarios de diversos gimnasios se identificó la tendencia a realizar ejercicio de forma obsesiva y la presencia de sintomatología perteneciente a la dismorfia muscular como: comparación constante de la musculatura del cuerpo con otra persona, constantes observaciones en el espejo, preocupación por la ingesta de alimentos que proporcionen proteínas al organismo, actividad física en exceso, entre otras; dicha información fue corroborada de forma verbal por los dueños de los gimnasios que participaron en el estudio (Moncayo, 2016).

Ante los planteamientos expuestos, se puede decir que la obsesión por un cuerpo idealizado implica una serie de componentes psicológicos que trasciende a los aspectos puramente físicos y los comportamientos peligrosos que ponen en riesgo la salud. Esto quiere decir que el desarrollo de la vigorexia va a depender tanto aspectos individuales como colectivos, además de estar determinada por las características propias de cada sujeto.



## **Justificación**

El desarrollo del presente estudio resulta importante, tomando en cuenta que se busca alertar sobre el riesgo al cual se exponen las personas que realizan actividad física de forma no saludable, es decir que su enfoque está orientado en alcanzar un aspecto físico idealizado, lo que resulta un riesgo para la salud física y mental, pudiendo llegar a convertirse en una patología, que puede afectar las áreas de funcionamiento social, laboral y familiar (Begazo y Canaza, 2015).

A nivel institucional, la presente investigación se justifica porque resulta un beneficio para el contexto evaluado, al arrojar datos y recomendaciones que pueden ser utilizadas como medidas preventivas a una problemática latente, lo que resulta una mejora e incrementa la posibilidad de alcanzar los objetivos establecidos en un lugar que promociona la salud y el bienestar como, el caso de los gimnasios.

De igual manera se justifica desde una perspectiva práctica, al aportar información y datos específicos sobre una problemática que no ha sido ampliamente investigada, esto fundamenta los planteamientos realizados por otros investigadores que han demostrado la asociación entre la personalidad y el desarrollo de vigorexia, además aporta información relevante en cuanto a la prevalencia de dicho trastorno en la población seleccionada, permitiendo la obtención de resultados concretos que servirán como guía para resolver esta problemática de impacto social y de salud (Darino, 2020).

El estudio es viable pues, se cuenta con la aprobación de los dueños de los gimnasios y la

colaboración por parte de los usuarios de los mismos. Por lo cual, los beneficiarios son los usuarios de los gimnasios de la ciudad de Riobamba, la investigadora y la sociedad en general.

## **Objetivos**

### ***Objetivo General***

Analizar los tipos de personalidad y vigorexia en usuarios de los gimnasios, Riobamba 2021

### ***Objetivos específicos***

- Identificar los tipos de personalidad que presentan los usuarios de los gimnasios, Riobamba 2021
- Determinar la existencia de vigorexia en usuarios de los gimnasios, Riobamba 2021
- Asociar los tipos de personalidad con la vigorexia en los usuarios de los gimnasios, Riobamba 2021

## **CAPÍTULO II. MARCO TEÓRICO**

### **Estado del arte**

Es importante mencionar estudios previos con la finalidad de conocer el estado actual de las variables de investigación, a continuación, se evidencian algunos estudios relevantes:

En primer lugar se exponen los estudios realizados a nivel internacional que sirven como antecedente para el desarrollo de esta investigación, en este caso en España – Valencia los autores Orrit et al., (2020), quienes indagaron sobre los factores de riesgo en el desarrollo de la vigorexia, establecieron la variable personalidad como un factor predictor, la metodología estuvo basada en un enfoque cuantitativo, con un diseño descriptivo de tipo correlacional, utilizando una muestra de 506 participantes, encontrando que la pasión armoniosa y el control emocional son protectoras mientras que la pasión obsesiva y la escrupulosidad fueron factores de riesgo.

Seguidamente, se tiene el estudio realizado en Colombia por Baquero et al., (2017), con el objetivo de determinar la relación existente entre la personalidad y rasgos de vigorexia en un grupo de fisicoculturistas, la metodología corresponde el enfoque cualitativo, con un diseño analítico fundamentado en la hermenéutica por medio de un estudio de caso, quedando la muestra conformada por 5 participantes en los cuales se encontraron características de personalidad similares, evidenciándose rasgos de una estructura neurótica de tipo obsesivo, rasgos característicos de una personalidad narcisista.

Por otro lado, se tiene la investigación realizada por Traple (2016) en Brasil, orientada a establecer la relación entre el narcisismo con las manifestaciones de vigorexia, como el sufrimiento asociado a la identidad y los cambios corporales, se consideró la influencia de

la cultura, pero asociado a la psiquis su estructura y constitución individual en cada persona, como diseño metodológico se basa en un enfoque cualitativo utilizando el análisis de discursos, los resultados permiten concluir que las personas con vigorexia, insatisfacción por la imagen corporal presentan un narcisismo patológico, que lejos de un exceso de amor propio, puede definirse como falta crónica del mismo.

A nivel nacional, se tiene en primer lugar la investigación realizada por Hinojosa (2020), cuyo objetivo estuvo enfocado en determinar la prevalencia de vigorexia en un grupo de personas que asisten al gimnasio, la metodología corresponde a una investigación cuantitativa con un diseño transversal de tipo analítico descriptivo, se obtuvo como resultado una prevalencia de la vigorexia en los gimnasios de Teruel de 1,5%, concluyendo que la insatisfacción con el cuerpo puede causar una conducta patológica que de no ser atendida puede desencadenar un trastorno.

De igual manera Mazón et al., (2017), realizaron un estudio con el objetivo de determinar los factores asociados al desarrollo de la vigorexia, para ello se llevó a cabo un estudio bajo un enfoque cuantitativo con un diseño descriptivo no experimental, encontrándose mayor prevalencia en las personas entre 20 y 31 años que asisten al gimnasio, con una asociación a factores sociodemográficos como el sexo, la edad y lugar de residencia.

## **Marco teórico**

### ***2.2.1. Personalidad***

Para conceptualizar la personalidad, en un principio solo se tomaban en cuenta ciertas características como los sentimientos, se limitaba la definición al aspecto psíquico y se ignoraban aspectos como la inteligencia. Autores como Allport (1937), definen la personalidad como un constructo psicológico conformado por una serie de características psíquicas que son dinámicas y específicas en una persona, este teórico, también hace referencia a los rasgos de personalidad, describiéndola como una dimensión perdurable de esta variable y que permiten comprender las diferentes respuestas de las personas ante situaciones similares, se establece que los rasgos de personalidad son los mismos, la diferencia la hace el predominio de uno sobre otro.

También se describe la personalidad como una organización dinámica de diferentes elementos relacionados a la cognición, la emoción, los componentes conativos, fisiológicos y morfológicos que presenta cada individuo, por su parte Fedlman (2009), señala que la personalidad es una variable que permite explicar la conducta de una persona, describiéndola como un patrón compuesto por actitudes, pensamientos, conductas y sentimientos, que caracterizan a una persona y se mantiene relativamente estable a lo largo de su vida, resultando un rasgo predictivo.

Según el Manual Diagnóstico y Estadístico de los Trastornos Mentales (DSM-V) se define a la personalidad como un patrón que se caracteriza por mantenerse de forma persistente en cuanto a la forma de un individuo percibir, reaccionar, interactuar, y pensar en cuanto a su entorno y sobre sí mismo, esto surge ante diversas situaciones sociales y personales (APA, 2018). Por otro lado, la cataloga como una tendencia que tiene cada persona en

cuanto a su comportamiento y respuesta a los demás, esto se presenta de forma consistente, se puede decir entonces que se trata de una estructura de comportamientos y características que definen a un individuo (APA, 2018).

Al respecto Cattell (1981), señala que la personalidad es una variable que permite establecer predicciones en cuanto al comportamiento, actitud, valores y roles de una persona en función de las características del entorno en el cual interactúa.

### ***2.2.2. Tipos de personalidad***

La construcción de la personalidad resulta un proceso impetuoso, tomando en cuenta que viene cargado de estereotipos, además las imposiciones arbitrarias que establecen las culturas y la sociedad modifican las características propias de cada persona, para efectos de este estudio se tomará en cuenta la teoría de la personalidad propuesta por el autor Millon; quien plantea 10 tipos de personalidad describiendo y conceptualizando cada uno de estos; fueron establecidos como características de personas sanas o con algún trastorno (Millon, 2006). Posteriormente, surgieron 3 tipos que fueron orientados para describir a personas con alguna patología; a continuación, se expone una breve descripción de los 10 patrones básicos de personalidad propuestos por el mencionado autor (Millon, 2006).

#### ***2.2.2.1. Personalidad Masoquista (Patrón pasivo-discordante)***

Los sujetos que presentan características de este tipo de personalidad, catalogado como disfuncional, por lo general manifiestan una inversión de la polaridad dolor – placer, por lo general, estas personas tienen preferencia por experiencias dolorosas, no buscan experiencias orientadas al crecimiento, su relación consigo mismo es también de

exigencias, auto reproche, se desprecian, son negativos y exageran el fracaso, son fatalistas (Millon, 2006). Sus relaciones, tienden a ser dependientes, y auto sacrificada, se exponen a los abusos y explotación de los demás (Millon, 2006). Al respecto Reich (1933-1949) menciona que los individuos con esta tipología se caracterizan por permitir que los demás se fructifiquen de su esfuerzo y de cierta manera se aprovechen de ellos, mantienen la creencia de merecer una constante humillación y tratan de evitar la obtención de placer.

#### *2.2.2.2. Personalidad Agresivo-Sádica (Patrón activo-discordante)*

Este tipo de personalidad se caracteriza no solo por la búsqueda del dolor, estas situaciones son deseables y placenteras, para ellos el dolor le resulta gratificante, sus relaciones giran en torno a sucesos dolorosos, asumen un rol activo de control, dominación y abuso, generalmente, le resulta gratificante humillar a los demás, muestra desprecio, pudiendo llegara a un trato brutal, el objetivo al relacionarse es la conflictividad (Millon, 2006). Teoría que concuerda con lo planteado por Schneider (1997) quien menciona que, esta personalidad presenta características relacionadas a una reacción violenta generalmente sin justificación previa.

#### *2.2.2.3. Personalidad Esquizoide (Patrón pasivo-retraído)*

Las personas con este prototipo se caracterizan por la incapacidad de sentir placer o entusiasmo, a nivel interpersonal sus necesidades son prácticamente nulas, a nivel sentimental no tiene muchas experiencias, sus pensamientos se ven empobrecidos, no presentan interés por relacionarse o socializar, es decir son apáticos y su conciencia sobre sí mismo es limitada (Millon, 2006). En concordancia Sánchez (2014) cita a McWilliams quien hace referencia que, la tipología esquizoide se relaciona con el espectro autista por la incapacidad de empatía con los demás.

#### *2.2.2.4. Personalidad Evitativa (Patrón activo-retraído)*

Skodol (2019) plantea que, esta tipología de la personalidad generalmente intenta eludir el contacto con la sociedad por el miedo al rechazo o la crítica que puede sufrir en la interacción con los demás individuos. Al igual que en el tipo de personalidad esquizoide en el tipo evitadora se caracteriza por la incapacidad de experimentar placer, sin embargo ante las experiencias dolorosas presentan una gran sensibilidad, este tipo de personas presentan disforia afectiva, que se presenta producto de la manifestación de sentimientos constantes de tensión y tristeza, existe una dicotomía entre el querer recibir afecto (Millon, 2006). A su vez temor ante el contacto social, por tal razón se anticipan al rechazo, predispuestos ante cualquier amenaza, en lo que respecta a su autoimagen, se perciben como rechazados, menospreciándose (Millon, 2006).

#### *2.2.2.5. Personalidad Dependiente (Patrón pasivo-dependiente)*

En este caso la polaridad de sí mismo-otros están claramente sesgada y connotada, en este caso son personas cuya seguridad está directamente relacionada a lo que piensen los demás, depende de otros, obteniendo está a través de la interacción, se caracterizan por ser sujetos sumisos, poco competitivos, huyen a los conflictos interpersonales (Millon, 2006). Muestran necesidad de tener al lado una figura fuerte y que les muestre protección, para compensar su debilidad y falta de competencia, por lo general no tiene iniciativa propia, no evidencian deseo por ser independientes y alcanzara autonomía (Millon, 2006).

Blanco (2019) manifiesta que las personas con personalidad dependiente anteponen la felicidad propia para satisfacer las expectativas de quienes las rodean, muestran una percepción propia como inadecuados e incapaces de realizar actividades y acciones por



cuenta propia, adicionalmente mantienen la creencia de no poder sobrevivir sin protección y supervisión de otra persona, es decir, sin una aprobación constante.

#### *2.2.2.6. Personalidad Histriónica (Patrón activo-dependiente)*

Este tipo de personalidad mantiene una polaridad activa, al igual que la anterior están vueltos hacia los demás, afectivamente son inconstantes, son dramáticos y superficiales a nivel afectivo, pueden ser exhibicionista de forma infantil, pueden presentar con frecuencia conductas seductoras, ser manipuladores (Millon, 2006). Esto lo hacen con el objetivo de mantener la atención centrada en ellos y ser alabados, además se describen como sociables lo que asocian a su encanto, por lo general no consideran a las personas, sus emociones por lo general son erradas y se presentan de forma fugaz, así como sus actitudes y conductas (Millon, 2006).

#### *2.2.2.7. Personalidad Narcisista (Patrón pasivo-independiente)*

Reich (1926) dice que estos individuos se consideran seres especiales, esta son personas independientes, su aprendizaje está orientado al logro, máximo placer y escaso dolor, su autoimagen es de grandiosidad, no les importa utilizar a los demás si esto les ayuda a obtener un beneficio propio, sin asumir responsabilidad del daño en terceros, presentan fantasías inmaduras, sus fantasías narcisistas son alimentadas, evitan nuevos conocimientos si estos no están acordes a sus expectativas (Millon, 2006).

#### *2.2.2.8. Personalidad Antisocial (Patrón activo-independiente)*

Su característica dominante es la falta de interés por los demás y la violación de la norma social, su principal objetivo es satisfacer sus deseos por encima de cualquier cosa, sin

importar si causa daño o dolor a otros, su conducta es irresponsable, por tal razón son inestables en diferentes áreas de funcionamiento, se les dificulta adaptarse a la norma por lo que incumplen las leyes, con frecuencia se irritan con facilidad, son agresivos, hostiles y pueden ser vengativos, reaccionan de manera impulsiva y pueden atacar a los demás a la propiedad privada, con el fin de obtener lo que desean (Millon, 2006).

#### *2.2.2.9. Personalidad Obsesivo-Compulsiva (Patrón pasivo-ambivalente)*

Se trata de un prototipo de ajuste social, se apega al cumplimiento de la norma, sin esta pueden presentar comportamientos desadaptados, a nivel emocional, se muestran limitados, su control emocional es excesivo, son estrictos con la disciplina, se muestran prudentes al mínimo margen de error, son leales y metódicos, realizan el trabajo de forma meticulosa, presenta miedo al rechazo y a no ser aceptado socialmente presentándose un conflicto de hostilidad (Millon, 2006).

#### *2.2.2.10. Personalidad Pasivo/Agresiva (Patrón activo-ambivalente)*

Se caracteriza por presentar patrones ambivalentes, es decir pueden ser pasivos y/o agresivos, por tal razón, la persona se muestra mal humorada, se irrita con facilidad y discute con frecuencia, en especial si se les solicita realizara algún acto del cual no están plenamente convencidos, incurriendo en errores o llevar a cabo lo que se le pide con lentitud, muchas de las obligaciones no las lleva a cabo, como excusa tiene el olvido, asumen que los demás están errados, y que ellos están haciendo las cosas mejor de lo que dicen los demás, ante la autoridad se muestra indiferente, muchas veces burlándose de forma irracional (Millon, 2006).

Como ya se mencionó, a estos 10 tipos de personalidad propuestos por Millon (2006), se añadieron posteriormente 3 trastornos considerados de mayor severidad y que se plantearon en base a lo establecido por el DSM-III, estos son catalogados como variantes disfuncionales de los estilos básicos, los cuales surgen como consecuencia de altos niveles de presión y la exposición a adversidades de manera constante.

#### *2.2.2.11. Personalidad esquizotípica*

En este caso la persona presenta un deterioro asociado al uno de los patrones básicos, por lo general correspondiente a la dimensión de independencia, prefieren aislarse, evitan relaciones sociales, es excéntrico y los demás le describen con un sujeto extraño, que por lo general se aísla, se mantiene ensimismado con tendencia a perderse en los sueños, alejado de la realidad, se le ser una persona hipersensible, con dificultad para confiar en los demás, a nivel emocional es monótono, por tal razón no muestra afecto (Millon, 2006).

#### *2.2.2.12. Personalidad Límite (Borderline)*

Esta es catalogada como una variante de gravedad de los patrones básicos dependiente y ambivalente. Con facilidad cambia de humor, presenta con frecuencia largos periodos de apatía, se manifiesta abatido y a su vez puede mostrarse molesto, ansioso o eufórico, su nivel de energía, puede describirse como inadecuado, presentan problemas del sueño, con frecuencia manifiesta en desequilibrio a nivel emocional, siendo esto peligroso porque en algunos casos tienen ideaciones suicidas o se autolesionan, son personas con una gran temor a la separación (Millon, 2006).

### *2.2.2.13. Personalidad Paranoide*

Esta tipología corresponde a la personalidad narcisista, cuyas características se asocian a un individuo independiente, con tendencia a ser compulsivos y pueden presentar cierta dicotomía entre la pasividad – agresividad, se caracteriza por ser provocador, tiene un gran temor por perder su independencia y manifiesta resistencia a la influencia externa, es irracional, al punto de distorsionar acontecimientos según su perspectiva, esto por lo general lo hace para alimentar su imagen de grandiosidad o también puede hacerlo para justificar sus ideas autorreferenciales (Millon, 2006).

### *2.2.3. Tipología de la Personalidad*

Para el estudio de la personalidad, existen diversas tipologías y teorías, en base a ello se realizan diferentes clasificaciones relacionadas a las características de cada tipo de personalidad, no obstante para efectos de este estudio se tiene en cuenta la propuesta de integrativo, modelo planteado por Balarezo (2010), las cuales se mencionan a continuación: Personalidades Afectivas: Histriónicos, Ciclotímicos; Personalidades Cognitivas: Anancásticos, Paranoides; Personalidades Comportamentales: Impulsivos, Trastorno Disocial de la Personalidad; Personalidades con déficit relacional: Esquizoides, Dependientes, Evitativos, trastorno Esquizotípico de la personalidad.

#### *2.2.3.1. Características de Predominio*

Específicamente Balarezo (2010) señala una serie de características que describen a cada tipología, que son expuestas a continuación: Personalidades afectivas: se caracterizan por ser afectuosas, con habilidades que les facilitan el contacto social, son extrovertidos, no les resulta difícil desinhibirse buscando contantemente estimulación a nivel externo; personalidades cognitivas: la conducta de este tipo de personas esta direccionada por el

juicio, la lógica, el razonamiento, son fieles a sus cogniciones afectos y comportamientos, con tendencia a mantenerse en su postura; personalidades con déficit relacional: en este caso prevalece la intimidad personal y el retraimiento social, se les dificulta expresarse a nivel afectivo, en cuanto a la conducta esta por lo general es mediata y escasa, con facilidad se desvincula de los demás y prefiere retraerse; personalidades comportamentales: su expresión está relacionada a la activación conductual inmediata, no toma en cuenta los componentes cognitivos y afectivos, caracterizándose por la acción primaria y energética (Balarezo, 2010, p. 82).

La tipología propuesta por Balarezo (2010), se centra en los aspectos psicológicos y su relación con las habilidades sociales, las cogniciones y la forma de comportarse del individuo, en función de esto surgen un conjunto de características que pueden catalogarse como predominantes según el tipo de personalidad, que puede estar matizado por rasgos en específicos, pero a nivel global forman parte de una tipología dominante.

### ***2.2.3. Vigorexia***

Cuando se habla de vigorexia, se hace referencia a una patología que afecta la percepción de una persona sobre su cuerpo, manifestando ideas irracionales sobre la imagen corporal, la persona se percibe como débil, sus pensamientos están distorsionados en cuanto a la realidad y lo que la persona ve, se evidencia la alteración de dos factores, por un lado se presenta un daño del área afectiva, caracterizada por la insatisfacción corporal y por otro lado está el aspecto perceptivo, que se trata de la distorsión en cuanto al tamaño (Mazon et al., 2017).

Autores como Cartaya et al., (2020), la definen como un desorden emocional, causado por una conducta obsesiva respecto a un cuerpo musculoso y fuerte, que pasara de desarrollar una gran musculatura la persona que la padece solo observa debilidad, por lo general, estas personas tiene conductas de riesgo, en primer lugar realizan ejercicio sin supervisión y de forma compulsiva, también puede consumir sustancias ilegales llegan a consumir hormonas del crecimiento, esteroides y anabolizantes, se miran con demasiada frecuencia al espejo y esto lo hacen con desaprobación, controlan de forma estricta el peso y la alimentación, miden el perímetro de sus bíceps y torso.

#### ***2.2.4. Síntomas de vigorexia***

Las características principales de una persona con vigorexia en primer lugar es una preocupación excesiva por la falta de masa muscular y delgadez, por otro lado se tiene un enfoque extremo en la masa muscular sin darle importancia otros aspectos como la grasa corporal, este tipo de preocupaciones causan un malestar significativo al punto de interferir con las áreas de funcionamiento del individuo a nivel social, familiar y laboral, se puede decir, que la persona por un lado se preocupa por su físico y por la nutrición (Manga, 2020).

A continuación, se presentan una serie de síntomas que se presentan en las personas con rasgos de vigorexia: Preocupación por la falta de musculatura; Entrenamientos físico extremo, atención excesiva en la dieta; Deterioro social por la obsesión con su cuerpo, perdiendo el interés de interacción o realización de otras actividades que no estén relacionadas al ejercicio; Evita situaciones donde el cuerpo este expuesto, o cuando esto sucede le genera ansiedad; El individuo aun conociendo los riesgos del ejercicio y las dietas extremas sigue sometiéndose a esto regímenes, sin dar mayor importancia a los riesgos que se expone su salud general (Rincón et al., 2020).

La persona también, puede desarrollar síntomas de otros trastornos, en especial los relacionados al estado de ánimo, como depresión, ansiedad, cambios de humor caracterizados por la irritabilidad, apatía y euforia conductas agresivas, alteraciones del patrón de sueño, también en lo que se refiere a la preocupación por el físico puede manifestar pensamientos obsesivos en cuanto a la realización de ejercicios, aunado a esto, se presentan problemas de autoestima, motivación al perfeccionismo (Perkins, 2019).

En el manual DSM-V la dismorfia muscular o vigorexia, está incluida como un tipo de trastorno de dismorfia corporal (APA, 2018). A continuación, se exponen los criterios diagnósticos para la dismorfia corporal:

Preocupación por uno o más defectos percibidos o imperfecciones en la apariencia física que

no son observables o parecen sin importancia a otras personas;

- (a) En algún momento durante el curso del trastorno, la persona ha realizado comportamientos (ej., mirarse en el espejo, acicalarse excesivamente, pellizcarse la piel, querer asegurarse de las cosas) o actos mentales (ej., comparar la propia apariencia con la de los demás) repetitivos como respuesta a las preocupaciones sobre la apariencia; (b) La preocupación causa malestar clínicamente significativo o deterioro en lo social, ocupacional u otras áreas importantes del funcionamiento; (c) La preocupación por la apariencia no se explica mejor por la preocupación por el tejido adiposo o el peso corporal de un individuo cuyos síntomas cumplen los criterios diagnósticos de un trastorno alimentario (APA, 2018).

Además, de los mencionados criterios para establecer el diagnóstico es importante tener en cuenta lo siguiente: Si el individuo percibe que su cuerpo como pequeño, a pesar de tener

suficiente musculatura este se considera débil, lo cual también puede presentarse con fijación en áreas específicas del cuerpo; se deben especificar las creencias irracionales o el nivel de introspección; con buena introspección: es decir que la persona reconoce que sus creencias son falsas o puede que esté equivocado; con poca introspección: en este caso, el individuo manifiesta duda, pero considera que existe probabilidad de estar en lo correcto; sin introspección/con creencias delirantes: existe la convicción que sus creencias son completamente ciertas (APA, 2018).

### ***2.2.5. Causas de la vigorexia***

La vigorexia se considera una patología multicausal, que puede estar relacionada a factores socioculturales asociados a la moda, presión social por alcanzar estándares de belleza, influencia publicitaria; también, la familia juega un rol fundamental, y provenir de una familia disfuncional puede generar en el adolescente la idea de ser fuerte y respetado para sustituir la figura paterna, por otro lado se tienen los factores psicológicos, dentro de las cuales se incluyen sujetos con problemas de autoestima, con tendencia a ser perfeccionistas, con temor al rechazo social o preocupación constante a fracasar, pueden ser introvertidos y por general han experimentado conflictos durante su niñez, además se tiene los rasgos obsesivos y pensamientos irracionales (Morais, 2019).

Autores como Cabral y Leal, (2018), establecieron que la vigorexia puede estar relacionada a factores genéticos y biológicos, planteando que existen problemas en el sistema serotoninérgico, al igual que en los neurotransmisores, incrementándose estos últimos ante la realización de ejercicios, deportes y actividad física, comparando esta conducta con otros comportamientos adictivos.



## **CAPÍTULO III. METODOLOGÍA**

### **Tipo de investigación**

Para efectos de este estudio se trabajó en el tipo de investigación de campo, en tal razón los datos fueron recogidos directamente de la realidad, se utilizó para ello fuentes primarias. Es decir, la información se obtuvo de los usuarios de los gimnasios de Riobamba, este método permitió interactuar con los sujetos en estudios y además de observar su comportamiento esto facilitó su comprensión. En cuanto al nivel corresponde a una investigación descriptiva, lo cual permitió indagar sobre la incidencia de la personalidad o la susceptibilidad en la manifestación de la vigorexia, para posteriormente describir y detallar las características encontradas en los usuarios de los gimnasios.

### **Diseño de la investigación**

En lo que respecta, al diseño de investigación corresponde a un estudio no experimental, es decir no fueron manipuladas las variables, el interés de investigación estuvo enfocado en analizar los tipos de personalidad y vigorexia en los usuarios de los gimnasios tal cual se presenta en su ambiente natural, no se orientó a influir en las mencionadas variables.

### **Técnicas de recolección de datos**

#### ***Técnicas***

Para recolectar la información se utilizaron técnicas e instrumentos correspondientes al enfoque cuantitativo, en este caso se seleccionó la encuesta bajo la modalidad de cuestionario. En tal sentido, se implementaron dos instrumentos de forma escrita, para medir cada una de las variables.

### ***Instrumentos***

En lo que respecta a la personalidad esta fue medida por medio del cuestionario SEAPSI, este instrumento fue creado por la Sociedad Ecuatoriana de Asesoramiento y Psicoterapia Integrativa (SEAPSI), validada por expertos donde se obtuvo un valor alfa de Cronbach de confiabilidad igual a 0,80 (Balarezo, 2010). Dentro del cual se incluye una serie de frases que describen las características de las personas y orientan a ubicarlas en las tipologías de personalidad, como lo son el predominio afectivo (histriónica o ciclotímica), con predominio cognitivo (paranoide o anancástica), con predominio comportamental (impulsivo o disocial) y con déficit relacional (esquizoide, dependiente, evitativa, esquizotípica) (Balarezo, 2010).

Para la variable vigorexia se utilizó el cuestionario del complejo de ADONIS, creado por Latorre-Román, Garrido-Ruíz y García-Pinillos, presenta un valor alfa de Cronbach de fiabilidad igual a 0,70, índice que muestra una validez moderadamente alta (Pope et al., 2000). Este instrumento tiene como propósito determinar el nivel de preocupación que presenta una persona en cuanto a su imagen corporal, para ello se presentan 13 ítems orientados a establecer el grado de insatisfacción respecto al aspecto y lo que considera es capaz de hacer para cambiar lo que no le agrada; las respuestas se dividen en tres opciones a = 0 puntos, b=1 punto y c=3 puntos. Las puntuaciones totales pueden ir de los 0 a los 39 puntos (Pope et al., 2000). Para su interpretación se establecen las siguientes puntuaciones:

- Entre 0 - 9: esto indica que el individuo presenta cierto nivel de preocupación por su imagen, pero no al grado de afectar su vida diaria;
- Entre 10 - 19: indicativo de una afección media a moderada en cuanto al complejo de Adonis;
- Puntuaciones cercanas a los 19 puntos pueden indicar riesgo de una dismorfia corporal, que no afecta la vida diaria, pero de no ser atendido puede conllevar a graves consecuencias;
- Entre 20 - 29: en este caso el diagnóstico hace referencia a la manifestación del complejo de Adonis, como consecuencia afectan de manera negativa la vida de la persona;
- Entre 30 - 39 puntos: resulta un caso de gravedad relacionado a problemas de percepción con la imagen corporal, que impulsan al sujeto a presentar conductas de riesgo (Pope et al., 2000).

### **Población de estudio y tamaño de la muestra**

La población del presente estudio estuvo conformada por los usuarios de 8 gimnasios ubicados en la ciudad de Riobamba, siendo una población total de 2300 sujetos.

### **Muestra**

La muestra quedó conformada por 300 usuarios de los gimnasios de la ciudad de Riobamba. Para determinar el número de participantes, fue seleccionado el muestreo no probabilístico de tipo intencional, esto indica que los sujetos serán elegidos por unas características que tengan relación al objetivo que se desea alcanzar. Para ello, se establecieron una serie de criterios que delimitaron la selección de los participantes.

### ***Criterios de inclusión***

Se establecieron como criterios de inclusión:

- Edad mínima de 18 años y máxima de 35 años de ambos sexos que asistan al gimnasio en el periodo de estudio.

### ***Criterios de exclusión***

Se establecieron como criterios de exclusión:

- No padecer alguna enfermedad física por la que la persona realice ejercicio frecuentemente.

### **Métodos de análisis**

• **Métodos empíricos:** se utilizó la medición, con el objetivo de obtener información numérica de las características y cualidades del fenómeno en estudio, cabe destacar que esta técnica se apoya en procedimientos estadísticos, adicionalmente la observación permitió conocer la realidad de los usuarios de los gimnasios, esto gracias a la interacción con los participantes.

• **Métodos teóricos:** técnica que posibilitó la interpretación conceptual de los datos empíricos recolectados, el método teórico manejado corresponde al analítico-sintético (Quesada y León, 2020). En lo que respecta al analítico, consistió en la extracción de las partes de un todo, con el objeto de estudiarlas y examinarlas por separado; mientras el sintético fue un proceso que permitió relacionar aspectos, situaciones y variables relativamente aisladas.

•**Métodos estadísticos:** Una vez aplicado el instrumento se procedió a la organización, tabulación y análisis de los mismos haciendo uso de la estadística descriptiva. Este resultó un procedimiento efectivo en la descripción de los datos psicológicos, sirviendo como herramienta en el análisis de los mismos.

### **Procesamiento de datos**

La información obtenida se cuantificó y trató estadísticamente utilizando el programa estadístico SPSS versión 25.0 para tabular la información, agrupando los datos en tablas, lo cual permitió además de organizar la información facilitar su comprensión para su posterior análisis e interpretación.

## CAPÍTULO IV. RESULTADOS Y DISCUSIÓN

A continuación, se presenta el análisis de los datos recolectados, la descripción de los tipos de personalidad, descripción de la existencia de vigorexia en usuarios de los gimnasios, y la asociación de las variables antes mencionadas; la información se obtuvo de los usuarios de los gimnasios que pertenecen a la ciudad de Riobamba.

**Tabla 1**

*Descripción de los datos sociodemográficos*

<b>Datos</b>			<b>f</b>	<b>%</b>
<b>sociodemográficos</b>				
Género	Masculino		154	51,3
	Femenino		146	48,7
Total			300	100,0
	<b>Min</b>	<b>Max</b>	<b>Media</b>	<b>Desv. Estándar</b>
Edad	18	35	24	5,83

### **Análisis e interpretación**

En la presente tabla se identifica que, el 51,3% de la población analizada corresponde al género masculino y el 48,7% restante al femenino. La edad mínima de los usuarios es de 18 y máxima de 35 años, con media de 24 años y desviación estándar 5,83.

**Tabla 2**

*Descripción de los tipos de personalidad*

<b>Tipo de personalidad</b>	<b>f</b>	<b>%</b>
Anancástico	58	19,3
Inestable	8	2,7
Paranoide	62	20,7

Ciclotímica	27	9,0
Histriónica	43	14,3
Evitativo	18	6,0
Dependiente	48	16,0
Esquizoide	26	8,7
Esquizotípica	7	2,3
Disocial	3	1,0
Total	300	100,0

### **Análisis e interpretación**

De resultados se evidencia que, el 20,7% presenta un tipo de personalidad Paranoide, mientras que, el 19,3% Anancástico, el 16% Dependiente, el 14,3% Histriónica, el 9% Ciclotímica, el 8,7% Esquizoide, el 6% Evitativo, el 2,7% Inestable, el 2,3% Esquizotípica y el 1% restante Disocial. En este aspecto se identifica que, en los usuarios de los gimnasios de la ciudad de Riobamba, predominan los tipos de personalidad paranoide y anancástico, siendo estas últimas correspondientes al grupo personalidades cognitivas; el tipo de personalidad paranoide presenta una tendencia a la agresión, a ser conflictivos y considerándose perfectos. Mientras que el anancástico, se caracteriza por una preocupación patológica por el perfeccionismo y el orden.

De igual manera, se encontró el tipo dependiente que corresponde a las personalidades con déficit relacional, los cuales se enfocan en la aprobación de los demás, con un temor constante a perder apoyo, por ello suelen mostrarse de acuerdo con las opiniones de otras personas aun y cuando estén en desacuerdo. El tipo histriónico que forma parte de la personalidad con predominio afectivo cuyas características se basan en las emociones y el drama.

**Tabla 3***Descripción de la vigorexia*

<b>Preocupación por la imagen corporal</b>	<b>f</b>	<b>%</b>
Preocupación con tu imagen corporal leve	181	60,3
Afección media-moderada	99	33,0
Complejo de Adonis	20	6,7
Total	300	100,0

**Análisis e interpretación**

Para continuar, se presenta la tabla tres que responde al segundo objetivo específico orientado a determinar la existencia de vigorexia en los usuarios de los gimnasios de la ciudad de Riobamba; de los resultados se obtuvo que, el 60,3% de la población analizada muestra preocupación por con su imagen corporal leve, el 33% presenta una afección media-moderada y el 6,7% restante un complejo de Adonis. Por ello, se determina que, la mayoría significativa superior a la mitad de sujetos evaluados presentan una percepción distorsionada sobre su cuerpo, caracterizada por preocupación, inquietud y conductas asociadas a sus aspectos que interfieren con su vida.

Por otra parte, el 39,7% de los individuos encuestados presentan una afección media-moderada y complejo de adonis, en estos casos, los sujetos manifiestan una preocupación grave por su imagen corporal que los impulsa a tener conductas obsesivas como la realización constante de ejercicio o el consumo de sustancias para desarrollar y mantener un cuerpo con características específicas de masa muscular en función de determinados parámetros regidos por cánones de belleza establecidos por la sociedad; a pesar de las diversas prácticas obsesivas mencionadas anteriormente no se sienten satisfechos con lo



que ven sintiéndose delgados y aún cuando logran músculos y aumentan su masa muscular se perciben como débiles, evidenciándose de esta manera la presencia del trastorno mental vigorexia o dismorfia muscular.

**Tabla 4**

*Descripción de la asociación entre los tipos de personalidad con la vigorexia*

		Asociación de los tipos de personalidad y la preocupación por la imagen corporal			Total
		Preocupación por la imagen corporal			
Tipos de personalidad		Preocupación con tu imagen corporal leve	Afección media-moderada	Complejo de Adonis	
		Anancástico	27	27	
Inestable	5	1	2	8	
Paranoide	42	18	2	62	
Ciclotímica	18	7	2	27	
Histriónica	28	11	4	43	
Evitativo	13	5	0	18	
Dependiente	28	18	2	48	
Esquizoide	12	11	3	26	
Ezquizotípica	5	1	1	7	
Disocial	3	0	0	3	
Total	181	99	20	300	

### **Análisis e interpretación**

En la tabla cuatro se observan los resultados que permitieron dar respuesta al tercer objetivo específico el cual busca asociar los tipos de personalidad con la vigorexia en los usuarios de los gimnasios de la ciudad de Riobamba-

Se evidencia que, existen 181 personas con diferente tipo de personalidad con preocupación por su imagen corporal, 99 con afección media – moderada y 20 restantes con complejo de adonis; en las personas con preocupación por su imagen corporal sobresale el tipo de personalidad paranoide con 42 individuos, en el nivel de afección

media resalta la personalidad de tipología anancástica con 27 individuos y en el complejo de adonis predomina la tipología anancástica e histriónica. En cuanto a la asociación de los tipos de personalidad y vigorexia prevalece la preocupación por la imagen corporal y los tipos de personalidad anancástica y paranoide.

## **Discusión**

Según los resultados obtenidos en el presente estudio en relación a los datos sociodemográficos, se pudo constatar que prevalece la población del sexo masculino con un 51,3%, resultados que coinciden con los que muestran los estudios de Orrit y Guzmán (2020) que también encontró mayor frecuencia en hombres. En cuanto a la edad los autores Orrit y Guzmán (2020) evidenciaron que la población en riesgo corresponde a sujetos entre los 20 y 30 años con una media de 25 años, resultados semejantes a los obtenidos en la presente, puesto que, la edad media es de 24 años. Por ello, es importante mencionar lo señalado por Mazon et al. (2017), y Cartaya et al., (2020), al afirmar que existe una asociación entre factores sociodemográficos entre los que destaca el género masculino como una tendencia a manifestar rasgos de vigorexia.

En el presente estudio se identificó que predominan los tipos de personalidad anancástico, paranoide, dependiente e histriónico; resultados similares a los obtenidos por Cortez (2017), en la investigación que realizó en la ciudad de Quito, en los usuarios del gimnasio Monky prevalece las tipologías Paranoide (8.09%) y Narcisista (8.07%). Lo que coincide con los hallazgos de Baquero et al. (2017), al encontrar en la tipología anancástica como característica predominante en las personas que presentaban vigorexia, la neurosis de tipo obsesiva. Dichos resultados pueden tener como causalidad la presencia de sintomatología como: obsesión o fijación por la limpieza y el orden, ser muy estructurado por la planificación de actividades de manera constante, desconfianza, necesidad de aprobación, tendencia al dramatismo, entre otras (González, 2015). Cabe destacar que los síntomas descritos pertenecen a los diferentes tipos de personalidad entre: paranoide, anancástica, dependiente e histriónica.

A diferencia de los resultados evidenciados por Viteri (2019), quien indagó sobre la personalidad en deportistas y demostró que las tipologías de personalidad que priman son Inestable (41,2%) y Evitativo (23,5%). La diferencia de resultados puede radicar en la población de estudio puesto que, Viteri trabajó con deportistas y en la presente investigación participaron usuarios que no necesariamente son deportistas.

Con respecto a la vigorexia, la investigación determinó que 39,7% presenta una afección media-moderada hasta un complejo de Adonis, de forma semejante en el estudio sobre la imagen corporal realizado por Cartaya., et al (2020), se evidenció que el 44,44% muestra preocupación leve y moderada en el 55,56 %; resultados similares a los que proporciona la investigación de Saavedra (2018), la cual se realizó en Perú-Chiclayo y determinó que, en el 45,5% de la población compuesta por fisicoculturistas, predomina el nivel moderado de preocupación por la imagen corporal; de igual manera Armas y Padilla (2017), identificaron que el 39% de fisicoculturistas en la ciudad de Riobamba presenta una preocupación por la imagen corporal moderada.

La preocupación por la imagen corporal se encuentra estrictamente relacionada con la vigorexia conocida también como dismorfia muscular o síndrome de Adonis (Ares, 2022), pues, la preocupación constante por la imagen corporal es un síntoma de dicho trastorno mental por ello es importante identificar el grado de preocupación percibido en el individuo (Ares, 2022); sin embargo, para hablar de la tendencia y presencia de vigorexia se deben considerar otros síntomas como: comparación frecuente de la fisiología muscular, constante observación en el espejo, obsesión por el incremento de masa muscular, frecuente ingesta de proteína, estrés al momento de no sentir que se alcanza el objetivo propuesto entre otros (González, 2015).

No se han encontrado investigaciones que asocien los tipos de personalidad con la vigorexia (González, 2015), por ello, la presente investigación es un aporte académico relevante pues, se analiza la asociación entre los tipos de personalidad y vigorexia en usuarios de los gimnasios de la ciudad de Riobamba y se obtuvo que, prevalecen los tipos de personalidad anancástico y paranoide con una preocupación por la imagen corporal media- moderada hasta complejo de adonis.

La discusión estuvo centrada en los aspectos de mayor relevancia expuestos en el capítulo de resultados, argumentando y valorando los hallazgos encontrados desde una postura crítica y utilizando los antecedentes previos para contrastar los hallazgos obtenidos, siguiendo los lineamientos de la investigación científica. En este sentido, este estudio representa un aporte a nivel científico en el campo de la psicología clínica, además de brindar información relevante en cuanto a una problemática de impacto social que puede causar daños no solo en la salud mental, también afecta a nivel físico, social, familiar y laboral.

## CAPÍTULO V. CONCLUSIONES Y RECOMENDACIONES

Posterior al análisis de los resultados obtenidos a través de los instrumentos aplicados y en concordancia con los objetivos planteados, se concluye lo siguiente:

- En lo que respecta a los tipos de personalidad, se identificaron como tipologías predominantes la personalidad anancástica, paranoide, dependiente e histriónica., con mayor frecuencia los tipos anancastico y paranoide correspondientes a personalidades cognitiva, seguidamente, se tiene el tipo dependiente correspondiente a las personalidades con déficit relacional y por último, se tiene el tipo histriónico que forma parte del predominio afectivo.
- Se determinó que los usuarios de los gimnasios de Riobamba presentan preocupación por la imagen corporal, no obstante, existe población que evidencia una afección media-moderada hasta complejo de adonis, con incidencia en niveles patológicos, que pueden corresponder a un diagnóstico de vigorexia, aunque la prevalencia no es alta, se concluye que si existen personas con dicha patología.
- En cuanto a la asociación de los tipos de personalidad con la vigorexia en los usuarios de los gimnasios Riobamba 2021, según los resultados obtenidos 99 sujetos presentan afección media – moderada en cuanto a la preocupación por la imagen corporal y 20 manifiestan complejo de adonis, en los cuales predominan dos tipos de personalidad. En función de los datos obtenidos se concluye que prevalecen los tipos de personalidad anancástico y paranoide.

## RECOMENDACIONES

- Es importante tomar en cuenta el tipo de personalidad como un factor predictor en el desarrollo de vigorexia, por lo que se sugiere implementar evaluaciones psicológicas tanto cualitativas como cuantitativas, como un protocolo de evaluación en los gimnasios.
- Destacando el número de usuarios con vigorexia, así como en riesgo de padecerla, se recomienda a los gimnasios incluir atención y evaluaciones psicológicas que permitan identificar este tipo de trastornos y en función de ello realizar intervenciones, así como programas preventivos.
- Teniendo en cuenta la asociación entre la vigorexia y el tipo de personalidad se recomienda trabajar en una atención y evaluación junto con los profesionales de la salud como consultorio adjunto con los gimnasios para incluir a las personas con tipologías paranoide, anancástico, dependiente e histriónico, en programas preventivos, psicoeducación intervenciones psicológicas orientadas a mejorar la autoestima y autoconcepto.

## REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

- Allport, G. (1937). *Personality: A psychological interpretation*. Prentice Hall.
- Álvarez, R. C. (2020). *Percepción de la imagen corporal y propensión a la vigorexia en un grupo de usuarios de gimnasios*. QualiKay. Obtenido de <https://revistas.utm.edu.ec/index.php/QhaliKay/article/view/2855/2931>
- Ares, J. (2022). *Las 7 principales características de la dismorfia muscular*. Psicología y Mente. <https://psicologiaymente.com/clinica/caracteristicas-dismorfia-muscular>
- Asociación Estadounidense de Psiquiatría. (2018). *Manual Diagnóstico y Estadístico de los Trastornos Mentales* (5ª ed.). Editoria Médica Panamericana.
- Bach. Saavedra Cabrera, L. (2018). *Inteligencia Emocional e imagen corporal en fisicoculturistas de la ciudad de Chiclayo*. Pimentel, Perú.
- Balarezo, L. (2010). *Psicoterapia integrativa focalizada en la personalidad*. Imprenta Unigraf.
- Baquero, Y., Coronell, E., & Mejía, L. (2017). *Estructuras clínicas predominantes en hombres fisicoculturistas con rasgos de vigorexia*. [Tesis de Pregrado, Universidad de San Buenaventura Seccional Cartagena] Repositorio Institucional USB. Obtenido de [http://bibliotecadigital.usb.edu.co/bitstream/10819/5995/1/Estructuras%20clinicas%20predominantes\\_Yorlys%20Baquero%20V\\_2017.pdf](http://bibliotecadigital.usb.edu.co/bitstream/10819/5995/1/Estructuras%20clinicas%20predominantes_Yorlys%20Baquero%20V_2017.pdf)
- Begazo, L., & Canaza, D. (2015). *Prevalencia y factores sociodemográficos y psicológicos asociados a vigorexia en usuarios de salas de musculación en gimnasios de la ciudad de Arequipa- 2015*. [Tesis de pregrado, Universidad Nacional de San Agustín] Repositorio Institucional UNSA. Obtenido de <http://repositorio.unsa.edu.pe/bitstream/handle/UNSA/283/M-21203.pdf?sequence=1&isAllowed=y>
- Blanco, E. (2019). *Características de la personalidad dependiente*. Persum Psicólogos Oviedo, Asturias. <https://psicologosoviedo.com/especialidades/trastornos-personalidad/dependencia/>
- Cabral, M., & Leal, A. (2018). Nivel de actividad física y la percepción de la imagen corporal de estudiantes - una revisión sistemática. *Revista Ciencias de la Actividad Física UCM*, 18(1), 61-72. Obtenido de <http://revistacaf.ucm.cl/article/view/109/112>
- Cartaya, R., Brito, A., Iglesias, D., Pérez, D., & Álvarez, M. (2020). Percepción de la imagen corporal y propensión a la vigorexia en un grupo de usuarios de gimnasios. *Revista de ciencias de la salud*, 4(3), 19-27. Obtenido de <https://revistas.utm.edu.ec/index.php/QhaliKay/article/view/2855/2931>



- Castro, R., Molero, D., Cachón, J., & Zagalaz, M. (2014). Factores de la personalidad y fisicoculturismo: Indicadores asociados a la vigorexia. *Revista de Psicología del Deporte*, 23(2), 295-300. Obtenido de <https://www.redalyc.org/pdf/2351/235131674009.pdf>
- Cattell, R. (1981). *16 Factores de Personalidad*. Fontanella.
- Cortez, J. (2017). “*TENDENCIAS DE PERSONALIDAD EN PERSONAS QUE ASISTEN AL GIMNASIO "MONKY" EN LA CIUDAD DE QUITO Y SU RELACIÓN CON EL USO DE SUPLEMENTOS ALIMENTARIOS DURANTE EL PERIODO ABRIL – MAYO DE 2017*”. PONTIFICIA UNIVERSIDAD CATÓLICA DEL ECUADOR. Obtenido de <http://repositorio.puce.edu.ec/bitstream/handle/22000/13955/tesis.pdf?sequence=1&isAllowed=y>
- Darino, L. (2020). *La Práctica de Fisicoculturismo y su relación con el desarrollo de trastornos psicológicos*. [Tesis de pregrado, Universidad de la República] Repositorio institucional Udelar. Obtenido de [https://www.colibri.udelar.edu.uy/jspui/bitstream/20.500.12008/28605/1/tfg\\_leticia\\_darino\\_version\\_final\\_.pdf](https://www.colibri.udelar.edu.uy/jspui/bitstream/20.500.12008/28605/1/tfg_leticia_darino_version_final_.pdf)
- Feldman, R. (2009). *Psicología con aplicaciones en países de habla hispana*. Mc Graw Hill.
- González, C. (2015). *Vigorexia y preocupación de la imagen corporal en usuarios de los gimnasios de la ciudad de Loja octubre a noviembre del 2015*. Pontificia Universidad Católica del Ecuador. Edu.ec. <http://repositorio.puce.edu.ec/bitstream/handle/22000/9709/VIGOREXIA%20Y%20PREOCUPACION%20DE%20LA%20IMAGEN%20CORPORAL%20EN.pdf?sequence=1>
- Hinojosa, C. (2020). Vigorexia en los gimnasios de Teruel. *Revista Atalaya Medica*(19), 117-145. Obtenido de <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=7907054>
- Manga, M. (2020). *Programa de educación para la prevención de la vigorexia en adolescentes*. [Tesis de Prerado, Universidad de Zaragoza] Repositorio Institucional UNIZAR. Obtenido de <https://zaguan.unizar.es/record/94812/files/TAZ-TFG-2020-554.pdf>
- Mazón, A., Atencia, T., & Cabrera, H. (2017). Factores psicológicos asociados a la vigorexia en los usuarios de gimnasios del azuay en el periodo 2016-2017. *Revista Electrónica de Psicología Iztacala*, 20(3), 130-144. Obtenido de <https://www.medigraphic.com/cgi-bin/new/resumen.cgi?IDARTICULO=77954>
- Millon, T. (2002). Assessment is not enough: The SPA should participate in constructing a comprehensive clinical science of personality. *Journal of Personality Assessment*, 78(2), 209-218. doi:[https://doi.org/10.1207/S15327752JPA7802\\_02](https://doi.org/10.1207/S15327752JPA7802_02)
- Millon, T. (2006). *Trastorno de la personalidad en la vida moderna*. Masson.
- Moncayo, D. (2016). *Sintomatología de dismorfia muscular y relación con antropometría en usuarios del gimnasio de la PUCE*. [Tesis de Pregrado, PUCE] Repositorio

<http://repositorio.puce.edu.ec/bitstream/handle/22000/11185/TESIS%20DISMORFIA%20%281%29.pdf?sequence=1&isAllowed=y>

- Morais, V. (2019). *Vigorexia: un análisis de artículos publicados en las bases de datos (Scielo, Lilacs, BVS y Redalyc) de 2014 a 2018*. [Tesis de Pregrado, Universidad Federal de Uberlândia] Repositorio Institucional UFU. Obtenido de <http://repositorio.ufu.br/handle/123456789/28166>
- Orrit, G., Pablos, A., & Guzmán, F. (2020). Dismorfia muscular: factores predictivos y protectores en adolescentes. *Cuadernos de Psicología del Deporte*, 19(3), 1-11. Obtenido de <https://scielo.isciii.es/pdf/cpd/v19n3/1578-8423-CPD-19-3-0001b.pdf>
- Padilla, I. A. (2017). *“Preocupación por la imagen corporal y adicción al entrenamiento en fisicoculturistas de la ciudad de Riobamba”*. Universidad Nacional de Chimborazo. Obtenido de <http://dspace.unach.edu.ec/handle/51000/4504>
- Perkins, A. (2019). Trastorno dismórfico corporal. La búsqueda de la perfección. *Nursing*, 36(6), 16-20. Obtenido de <https://www.elsevier.es/es-revista-nursing-20-articulo-trastorno-dismorfico-corporal-la-busqueda-S0212538219301505>
- Pope, H., Phillips, K., & Olivardia, R. (2000). *The Adonis Complex. How to Identify, Treat, and Prevent Body Obsession in Men and Boys*. A Touchstone Book.
- Reich, W. (1933-1949). *Personalidad masoquista*. <https://psiquiatria.com/glosario/index.php?wurl=masoquista-de-la-personalidad>.
- Reich, W. (1926). *Personalidad narcicista*. <https://psiquiatria.com/glosario/personalidad-narcicista>
- Rincón, D., Restrepo, E., Correa, L., Ospina, J., & Montoya, D. (2020). Trastorno dismórfico corporal: una revisión de las dimensiones clínicas, neurobiología y neuropsicología. *Cuadernos Hispanoamericanos De Psicología*, 19(1), 1-16. doi:<https://doi.org/10.18270/chps..v19i1.3133>
- Sánchez, H. (2014). *Personalidades esquizoides*. <http://www.aperturas.org/articulo.php?articulo=0000854>
- Schneider, K. (1997). *Psicopatología clínica*. Madrid: Triacastela.
- Skodol, A. (2019). *Trastorno de la personalidad evitativa/por evitación (TPE)*. <https://www.msmanuals.com/es-ec/professional/trastornos-psiqui%C3%A1tricos/trastornos-de-la-personalidad/trastorno-de-la-personalidad-evitativa-por-evitaci%C3%B3n-tpe>
- Traple, R. (2016). Del gimnasio al sofá: reflexiones sobre el narcisismo. *Aletheia*, 49(2), 20-29. Obtenido de <http://pepsic.bvsalud.org/pdf/aletheia/v49n2/v49n2a03.pdf>
- Viteri, R. (2019). *PERSONALIDAD Y ANSIEDAD EN DEPORTISTAS DE JUDO. FEDERACIÓN DEPORTIVA DE CHIMBORAZO, 2019*. Universidad Nacional de Chimborazo. Obtenido de <http://dspace.unach.edu.ec/bitstream/51000/5715/1/UNACH-EC-FCS-PSC-CLIN-2019-0012.pdf>

Zavala, J. (2017). *Factores sociales asociados a las prácticas vigoréticas de mujeres y hombres jóvenes que asisten a los gimnasios de la Ciudad de Estelí, en el II semestre del 2016*. [Tesis de pregrado, Universidad Nacional Autónoma de Nicaragua, Managua] Repositorio Institucional UNAN. Obtenido de <https://repositorio.unan.edu.ni/7334/1/18000.pdf>

## ANEXOS

### Anexo 1. Consentimiento informado

Estimado/a participante

La investigación titula “Tipos de personalidad y vigorexia en gimnasios, Riobamba 2021”. A cargo de la investigadora Martínez. E, estudiante de la carrera de Psicología Clínica de la Universidad Nacional de Chimborazo, se encuentra dirigido a usuarios de gimnasios en la ciudad de Riobamba, con el fin de evaluar el tipo de personalidad y si existe la presencia de vigorexia en los mismos, su participación es voluntaria y su respuesta es totalmente anónima, los resultados serán netamente utilizados con fines académicos. Consiste en la aplicación de una ficha sociodemográfica, Cuestionario de personalidad SeapsI (Balarezo,2010) y el Cuestionario del complejo de Adonis (Pope, Phillips y Olivardia, 2000).

Acepto

No Acepto

---

Firma

## Anexo 2. Cuestionario de personalidad SEAPSI

Sexo \_\_\_\_\_ edad \_\_\_\_\_ Fecha \_\_\_\_\_

Señale las frases con las que más se identifique

<b>a</b>	Al realizar alguna actividad o tarea me gusta que las cosas salgan perfectas	
	Programo mis actividades y salirme del esquema me genera ansiedad	
	Me resulta difícil expresar mis emociones y mis sentimientos a los demás	
	Soy rígido en temas vinculados con la moral y los valores	
	Me preocupa la posibilidad de tener alguna falla cuando realizo una actividad	
	Me siento preocupado cuando escucho críticas en mi contra	
	Cuando realizo alguna actividad me agrada que las personas se adapten a mi forma de hacer las cosas	
	En mis actividades soy muy organizado y me preocupo de todos los detalles	
	En las tareas laborales o domésticas, busco que todo tenga un orden ideal	
	Tengo ideas o pensamientos que no logro quitarlos fácilmente	
<b>p</b>	Cuando veo a un grupo de amigos reunidos tengo la sospecha de que pueden estar hablando de mi	
	Para que yo confíe en los demás deben demostrarme lealtad	
	Me molesta mucho cuando me interrumpen el trabajo que estoy realizando	
	Al ver a mi pareja en compañía de otra persona siento ira	
	Soy una persona que denota una cierta autoridad natural	
	Prefiero conocer los antecedentes de una situación a la que me voy a enfrentar para no ser sorprendido	
	Generalmente impongo mi punto de vista	
	En mis labores me gusta generalmente superar a las demás personas	
	Prefiero mantener mi vida privada en reserva	
Cuando las personas en las que confío me fallan me resulta difícil perdonar		
<b>c</b>	Mi estado de ánimo es muy variable	
	Hay días en que me siento muy alegre y otros en los que sin causa estoy triste	
	A veces miro el futuro con gran optimismo y en ocasiones lo veo negro	
	Cuando estoy en buen estado emocional me torno excesivamente generoso	
	Por las mañanas me siento triste y parecería que todo me saldrá mal	
	Me impresiono fácilmente ante las situaciones de sufrimiento humano	
	Soy sensible ante las circunstancias de malestar ajeno	
	En mi vida diaria repentinamente aparecen períodos de tristeza sin motivo	

	Sobredimensiono las expresiones de amistad y afecto	
	Soy bromista, agradable y expresivo con las personas que conozco	
<b>h</b>	En la mayoría de ocasiones me gusta salirme con la mía	
	Me gusta ayudar a la gente sin importar el grado de cercanía que tenga con ella	
	Reacciono con gran emotividad ante las circunstancias que ocurren a mi alrededor	
	Para salir de casa mi aspecto físico debe ser impecable	
	Cuando me propongo conseguir algo a veces exagero y dramatizo	
	Mi vida social es muy amplia, tengo facilidad para conseguir amigos	
	En una reunión social soy muy alegre y extrovertido me convierto en el alma de la fiesta	
	Creo fácilmente lo que me dicen o lo que leo, llegando a sugestionarme	
	Me gusta ser reconocido por lo que hago	
	Me agrada que los demás me vean atractivo	
<b>ev</b>	Prefiero evitar actividades que involucren contacto con los demás	
	Me preocupa la crítica, desaprobación o rechazo de las personas que conozco	
	En una reunión social prefiero estar alejado del griterío	
	Para poder relacionarme debo estar seguro de agradar a los demás	
	Me cuesta simpatizar con los demás porque tengo miedo a ser ridiculizado o avergonzado	
	Mi vida social es reducida	
	Cuando conozco a gente nueva temo no poder iniciar una conversación	
	Me gustaría mejorar mis relaciones interpersonales	
	Tengo dificultades para hablar de mí mismo ante los demás	
	Me siento ofendido si alguien se muestra crítico frente a mí durante una conversación	
<b>d</b>	Cuando encuentro dificultades en el camino me resigno a no llegar al objetivo planteado	
	Cuando he terminado una relación afectiva busco que alguien me proporcione cuidado y apoyo	
	Cuando tengo problemas busco a otras personas para que me aconsejen	
	Me cuesta expresar mi desacuerdo a las demás personas	
	Prefiero acoger ideas y pensamientos cuando ya han sido aprobados	
	Soy obediente ante mis superiores y jefes	
	Generalmente intento evitar las discusiones con otros	
	Cuando observo dificultades tiendo a mantener una actitud pasiva y distante	
	Me siento incómodo y desamparado cuando estoy solo	
	En situaciones difíciles es mejor que los otros tomen decisiones	
<b>e</b>	Me resulta difícil disfrutar de las relaciones familiares y sociales	

	Prefiero hacer las cosas solo	
	Disfruto más realizando pocas actividades que demasiadas	
	Tengo pocos amigos íntimos o de confianza	
	Siempre me ha costado enamorarme profundamente	
	Soy insensible ante los hechos o circunstancias adversas que sucedan	
	No experimento intensamente emociones como la ira y la alegría	
	Prefiero las actividades abstractas o misteriosas	
	Soy indiferente ante los halagos o críticas de los demás	
	En las reuniones sociales prefiero mantenerme distanciado de las personas que me rodean	
<b>ez</b>	Me agradan las cosas excéntricas y fuera de lo común	
	Tengo un poder especial para saber qué es lo que sucederá en el futuro	
	Mi apariencia es peculiar y rara para los demás	
	No confío mucho en mis amigos íntimos o de confianza	
	Me agradan las supersticiones y los fenómenos paranormales	
	Con los demás soy inflexible, me cuesta ceder a sus peticiones	
	Siento que soy diferente y que no encajo con los demás	
	Me siento muy ansioso ante personas desconocidas	
	Temo que los demás quieran hacerme daño	
	Creo ver, oír o sentir algo que no es real	
<b>ds</b>	Reniego de las normas sociales y legales	
	A veces hago trampa para obtener beneficios personales	
	Si encuentro una solución que es favorable para mí, avanzo, sin fijarme si las consecuencias son negativas para otras personas	
	En la niñez solía causar daños a los animales	
	Suelo ser impulsivo al planificar el futuro	
	Soy incapaz de mantener relaciones personales duraderas	
	Cuando estoy con ira expreso mi agresividad sin importarme las consecuencias	
	No me preocupa mi seguridad ni la de las demás personas	
	Soy inestable en mis trabajos aún cuando tenga obligaciones económicas	
	No tengo remordimientos cuando ofendo a los demás	
<b>i</b>	Me cuesta esfuerzos controlar mi ira	
	Soy impulsivo en la realización de mis actividades	
	Mis relaciones interpersonales son muy inestables e intensas	
	Me gusta engañar a las personas para que estén conmigo	
	Generalmente no mido las consecuencias de mis actos, aunque luego reacciono con arrepentimiento	
	Elaboro imágenes idealizadas de las personas que están conmigo	
	La rutina me molesta por eso siempre busco algo diferente que hacer	

A pesar de tener un carácter fuerte temo ser abandonado	
Me gasto el dinero de manera imprudente por ejemplo en apuestas, en compras innecesarias	
Cambio bruscamente de opinión con respecto al futuro, las amistades o las ocupaciones	
<b>APRECIACIÓN</b>	



### **Anexo 3.** Cuestionario del complejo de Adonis

sexo \_\_\_\_\_ edad \_\_\_\_\_

#### **INSTRUCCIONES:**

Lee atentamente cada enunciado y marca una "X" la alternativa con la que te identificas, sé lo más sincero posible, resuelve en forma personal.

**1. ¿Cuánto tiempo dedicas cada día preocupándote por algún aspecto de tu apariencia (no simplemente pensándolo sino preocupándote)?**

- a) Menos de 30 minutos.                      c) Más de 60 minutos.                      b) De 30 a 60 minutos.

**2. ¿Con que frecuencia estás mal por alguna cuestión relacionada con tu apariencia (preocupado, ansioso, deprimido...)?**

- a) Nunca o raramente.                      b) Algunas veces.                      c) Frecuentemente.

**3. ¿Con qué frecuencia evitas que partes de tu cuerpo o tu cuerpo entero sea visto por otros? Por ejemplo, ¿Con qué frecuencia evitas ir a vestuarios, piscinas o situaciones donde debas quitarte la ropa? O también, ¿Con qué frecuencia llevas ropas que alteran u ocultan tu apariencia corporal, como por ejemplo intentar ocultar tu cabello o llevar ropas holgadas para esconder tu cuerpo?**

- a) Nunca o raramente                      b) Algunas veces                      c) Frecuentemente

**4. ¿Cuánto tiempo dedicas cada día a actividades de aseo para mejorar tu apariencia?**

- a) Menos de 30 minutos.                      b) De 30 a 60 minutos.                      c) Más de 60 minutos.

**5. ¿Cuánto tiempo dedicas cada día a actividades físicas para mejorar tu apariencia física, tales como levantamiento de pesas, jogging, máquina de caminar? (Nos referimos sólo a esas actividades deportivas cuyo objetivo principal sea mejorar la apariencia física).**

- a) Menos de 60 minutos.                      b) De 60 a 120 minutos.                      c) Más de 120 minutos.



