



UNIVERSITAS

Miguel Hernández



Título: Análisis psicométrico de perfeccionismo, pasión y nutrición en futbolistas.

Titulación: Grado en Ciencias de la Actividad Física y el Deporte.

Universidad: Universidad Miguel Hernández de Elche

Curso académico: 2022-2023

Alumno: Sergio García Barraji3n

Tutor académico: 3ngel S3nchez Barbi3 y Eva Mar3a Le3n Zarce3o



INFORME DE EVALUACIÓN DE INVESTIGACIÓN RESPONSABLE DE 1. TFG (Trabajo Fin de Grado)

Elche, a 5 de octubre del 2022

Nombre del tutor/a	Ángel Sánchez Barbie y Eva María León Zarceño
Nombre del alumno/a	Sergio García Barrajón
Tipo de actividad	11. Uso de datos procedentes de humanos
Título del 1. TFM (Trabajo Fin de Master)	Análisis psicométrico de perfeccionismo, pasión y nutrición en futbolistas
Código/s GIS estancias	-
Evaluación Riesgos Laborales	Conforme (Autodeclaración)
Evaluación Ética	Favorable
Registro provisional	220929153202
Código de Investigación Responsable	TFG.GAF.ÁSBYEMLZ.SGB.220929
Caducidad	2 años

Una vez atendidas las observaciones/condiciones mencionadas en el informe adjunto del Servicio de Prevención de Riesgos Laborales, en caso de que las hubiera, se considera que el presente proyecto/contrato/prestación de servicios carece de riesgos laborales significativos para las personas que participan en el mismo, ya sean de la UMH o de otras organizaciones y, por tanto, es conforme.

La necesidad de evaluación ética del trabajo titulado: **Análisis psicométrico de perfeccionismo, pasión y nutrición en futbolistas**, ha sido realizada en base a la información aportada en el formulario online: "TFG/TFM: Solicitud Código de Investigación Responsable (COIR)" y "Condiciones de prevención de riesgos laborales" (si procede) y de la documentación aportada por correo electrónico. Es importante destacar que si la información aportada en dichos formularios no es correcta este informe no tiene validez.

Por todo lo anterior, **se autoriza** la realización de la presente actividad.

Atentamente,

Alberto Pastor Campos
Secretario del CEII
Vicerrectorado de Investigación

Domingo L. Orozco Beltrán
Presidente del CEII
Vicerrectorado de Investigación

Información adicional:

- En caso de que la presente actividad se desarrolle total o parcialmente en otras instituciones es responsabilidad del investigador principal solicitar cuantas autorizaciones sean pertinentes, de manera que se garantice, al menos, que los responsables de las mismas están informados.
- Le recordamos que durante la realización de este trabajo debe cumplir con las exigencias en materia de prevención de riesgos laborales. En concreto: las recogidas en el plan de prevención de la UMH y en las planificaciones preventivas de las unidades en las que se integra la investigación. Igualmente, debe promover la realización de reconocimientos médicos periódicos entre su personal; cumplir con los procedimientos sobre coordinación de actividades empresariales en el caso de que trabaje en el centro de trabajo de otra empresa o que personal de otra empresa se desplace a las instalaciones de la UMH; y atender a las obligaciones formativas del personal en materia de prevención de riesgos laborales. Le indicamos que tiene a su disposición al Servicio de Prevención de la UMH para asesorarle en esta materia.

La información descriptiva básica del presente trabajo será incorporada al repositorio público de Trabajos fin de Grado y Trabajos Fin de Máster autorizados por la Oficina de Investigación Responsable de la Universidad Miguel Hernández en el curso académico 2020/2021. También se puede acceder a través de <https://oir.umh.es/tfg-tfm/>



Índice

Resumen.....	2
Abstract	2
Palabras clave.....	2
Introducción	3
Objetivos	4
Material y Métodos.....	4
Resultados	6
Conclusiones	18
Actuaciones o intervenciones posteriores.....	18
Bibliografía	19
Anexo	20



Resumen

La mayoría de deportistas tienen un gran compromiso con el deporte, lo que puede llegar a afectarles mentalmente. Debido a esto se ha hecho un estudio sobre variables que influyen en la salud mental como son: el perfeccionismo en el deporte, la pasión por el deporte y la nutrición. La muestra del estudio es de 66 deportistas jóvenes, siendo aproximadamente la mitad hombre y la otra mitad mujeres. Para el estudio se pasó a los participantes un cuestionario donde se incluían los siguientes tests: el cuestionario "MIPS" para la variable de perfeccionismo, el "Passion Escala" para la pasión y el "EAT-26" para la nutrición. La conclusión del estudio es que existe una gran correlación entre el perfeccionismo y la pasión obsesiva. También ha habido gran diferencia en los resultados entre hombres y mujeres, se ha sacado la conclusión que las deportistas femeninas tienen más problemas nutricionales que los masculinos debido a la puntuación de control oral (autocontrol de la ingesta y presión de otros para ganar peso) dentro del test de nutrición.

Abstract

Most athletes have a great commitment to sport, which can affect them mentally. Because of this, a study has been made on variables that influence mental health such as: perfectionism in sport, passion for sport and nutrition. The study sample consisted of 66 young athletes, approximately half of them men and half of them women. For the study, the participants were given a questionnaire which included the following tests: the "MIPS" questionnaire for the perfectionism variable, the "Passion Scale" for passion and the "EAT-26" for nutrition. The conclusion of the study is that there is a strong correlation between perfectionism and obsessive passion. There was also a large difference in the results between men and women, with the conclusion being drawn that female athletes have more nutritional problems than male athletes due to the oral control score (self-control of intake and pressure from others to gain weight) within the nutrition test.

Palabras clave: deporte, perfeccionismo, pasión, nutrición, TCA, diferencias hombres y mujeres.

Introducción

El deporte suele constituir un elemento central en la vida de los practicantes, en especial de aquellos que desarrollan su actividad a nivel competitivo. La participación deportiva demanda elevados niveles de compromiso, y para muchos deportistas su práctica puede llegar a suponer la preocupación principal en la vida, pudiendo llegar a basar su propia identidad personal en cómo se identifican con su deporte (Packard, 2010).

Teniendo en cuenta que cada año, más deportistas manifiestan tener problemas de salud mental (Frank, Nixdorf y Beckmann, 2013; Goutteborge et al., 2015), es de gran importancia realizar estudios en esta dirección. Además, puesto que este tipo de problemas suelen empezar desde edades tempranas, parece necesario un estudio con jóvenes deportistas (Aurelio Olmedilla et al., 2020).

Debido a esto, es importante el estudio de diferentes variables psicológicas en deportistas jóvenes, y unas de esas variables son el perfeccionismo, la pasión y la nutrición en el deporte. También es importante ver cómo afecta dependiendo del sexo.

El perfeccionismo es un rasgo de la personalidad que ha llegado a ser considerado como una característica asociada a consecuencias adaptativas y desadaptativas (Flett y Hewitt, 2005; Gotwals, Stoeber, Dunn y Stoll, 2012; Stoeber y Otto, 2006), y evidenciado como un factor asociado a la excelencia deportiva (Matos, Cruz y Almeida, 2017).

El perfeccionismo es un constructo multidimensional definido como la tendencia a formular metas elevadas, y ser partícipe de evaluaciones demasiado críticas sobre él mismo y sobre otros (Anshel y Mansouri, 2005). Frost, Marten, Lahart y Rosenblate (1990), al desarrollar la Multidimensional Perfectionism Scale (Frost-MPS), mostraron la existencia de seis factores que representan aspectos centrales de las cogniciones, afectos y conductas perfeccionistas de diversas esferas de la vida.

Algunos investigadores han argumentado que el perfeccionismo en el deporte es poco adaptativo porque perjudica el rendimiento (Flett & Hewitt, 2005); mientras que otros investigadores ven el perfeccionismo como un rasgo adaptativo que ayuda a la obtención de un buen rendimiento (Gould, Dieffenbach, & Moffett, 2002), y a aprender nuevas habilidades deportivas (Stoll, Lau, & Stoeber, 2008).

En cuanto a la pasión, Vallerand et al. (2003; 2007; 2008) definieron la pasión como una fuerte inclinación hacia una actividad autodefinida que gusta al individuo (e incluso ama), que le resulta importante, y en la que invierte una cantidad significativa de tiempo y energía.

Vallerand et al. (2003, 2007) propusieron un modelo dualista que distingue dos tipos de pasión en función de cómo ésta es internalizada en la propia identidad. La pasión armoniosa (PA) se refiere a una internalización autónoma, lo que conduce al individuo a decidir implicarse en la actividad apasionada. Cuando las personas funcionan bajo la influencia de una PA eligen hacerlo libremente sin experimentar un impulso incontrolable de participación (Antonio Méndez-Giménez et al., 2016).

Por el contrario, la pasión obsesiva (PO) resulta de una internalización controlada de la actividad en la propia identidad, lo que genera una influencia interna para involucrarse en la actividad apasionada (Antonio Méndez-Giménez et al., 2016). Por lo tanto, las personas impulsadas por una PO experimentan una necesidad incontrolable de participar en esa actividad que consideran tan importante (Vallerand & Verner-Filion, 2013). En consecuencia, es la pasión la que llega a ejercer un control de la persona (Antonio Méndez-Giménez et al., 2016).

Los trastornos de la conducta alimentaria (TCA) -- anorexia nerviosa (AN), bulimia nerviosa (BN) y sus variantes -- son importantes problemas de salud mental que afectan principalmente a

mujeres jóvenes y se constituyen en trastornos severos casi siempre crónicos, con alta mortalidad y disfuncionalidad (Gustavo A. Constaín et al., 2013).

Teniendo en cuenta algunas de las características psicológicas de los deportistas, como el perfeccionismo, la compulsividad y las altas expectativas sobre sí mismo (Hausenblas y Carron, 1999), ha surgido una línea de investigación que ha valorado la posible relación existente entre los TCA y la práctica deportiva (Isabel Díaz Ceballos, 2005). Deportistas y pacientes de TCA, comparten también algunas características (Isabel Díaz Ceballos, 2005).

Objetivos

Los objetivos de este estudio fueron tres:

1. Describir los niveles de perfeccionismo, pasión por el deporte y de TCA en futbolistas jóvenes.
2. Indagar acerca de las relaciones existentes entre estas variables mencionadas en el punto 1.
3. Analizar si existen diferencias en función del sexo entre las variables del estudio.

Material y Métodos

Participantes

La muestra la compusieron un total de 66 deportistas con edades comprendidas entre los años y 16 los 38 años (34 hombres y 32 mujeres; M edad= 25 años), jugadores/as de fútbol.

Procedimiento

Se solicitó permiso a la Oficina de investigación responsable para realizar el estudio. Una vez obtenida la autorización se contactó con jugadores y jugadoras de equipos de fútbol. Para responder a los cuestionarios, se creó un formulario que de google forms que era contestado por los participantes del estudio a través de internet, y para el que se empleaban alrededor de 20 minutos para completarlo.

El cuestionario era anónimo y voluntario y los participantes firmaron un consentimiento informado al inicio. Por último, los datos eran recogidos, de forma simultánea a la realización de los formularios, en una base de datos, donde serían analizados mediante el programa SPSS para la obtención y análisis de los resultados finales del estudio.

Instrumentos

Cuestionario de Perfeccionismo en el deporte

Para medir el perfeccionismo se utilizó el cuestionario “Inventario de perfeccionismo multidimensional en el deporte” (MIPS; Stober et al. 2007, “Adaptación al español de la versión corta del Inventario de Perfeccionismo Multidimensional en el Deporte en Competición;

Pineda-Espejel et. al. 2017). Es un cuestionario compuesto por diez ítems, cinco de ellos capturan el esfuerzo por la perfección y los cinco restantes capturan las reacciones negativas ante la imperfección.

La escala de respuesta es de tipo Likert y oscila de nunca (1) a siempre (6). Se sumaron las puntuaciones correspondientes a los ítems de esfuerzo (del 1 al 5) y las de reacciones negativas (del 6 al 10) y por último se obtuvo una puntuación de perfeccionismo total combinando ambas puntuaciones.

La fiabilidad del test es de $\alpha=0.95$ para las reacciones negativas y de $\alpha=0.91$ para el esfuerzo por la perfección.

Cuestionario de Pasión por el deporte

Para medir la pasión por el deporte se usó el cuestionario de la “Escala de Pasión en el Contexto Deportivo” (Passion Escala; Vallerand et al, 2003), adaptado en el trabajo “Adaptación española de la Escala de Pasión al Ámbito Deportivo” (Pedrosa et al,) que tiene un total de 14 ítems medidos mediante una escala de Likert de 5 alternativas desde 1 (Desacuerdo Total) hasta 5 (Totalmente de acuerdo).

La suma de las puntuaciones de los 7 primeros ítems constituye la medición de la Pasión Obsesiva, mientras que la suma de los ítems entre el 8 y el 14 constituye la medida de la Pasión Armoniosa. En ambas dimensiones la fiabilidad del cuestionario es alta, $\alpha=0.81$

Cuestionario de Trastornos de Alimentación

Para medir los trastornos alimentarios se usó el cuestionario de EAT-26, (Garandillas et al., 2003); compuesto por 26 ítems medidos en una escala Likert de 6 alternativas desde 1 (Nunca) hasta 6 (siempre). Dicho cuestionario evalúa 3 variables como resultado de la combinación de tres grupos de ítems: medida de los trastornos relacionados con Bulimia, medida de trastornos relacionados con Dieta y medida de trastornos relacionados con Control Oral (autocontrol de la ingesta y presión de otros para ganar peso). A mayor puntuación hay mayor riesgo de Anorexia o Bulimia.

La muestra está formada por un total de 66 jugadores/as de fútbol, todos mayores de edad, de los cuales un total de 34 son hombres (51.5%) y 32 son mujeres (48.5%), hay 5 individuos en categoría juvenil (7.6%) y el resto 61 son de categoría sénior (92.4%).

33 de los individuos (50%) han sufrido una lesión en el último año y de ellos 26 (78.8%) se han recuperado el último año.

Resultados

La muestra está formada por un total de 66 sujetos, todos mayores de edad, de los cuales un total de 34 son hombres (51.5%) y 32 son mujeres (48.5%), hay 5 individuos en categoría juvenil (7.6%) y el resto 61 son de categoría sénior (92.4%).

33 de los individuos (50%) han sufrido una lesión en el último año y de ellos 26 (78.8%) se han recuperado el último año.

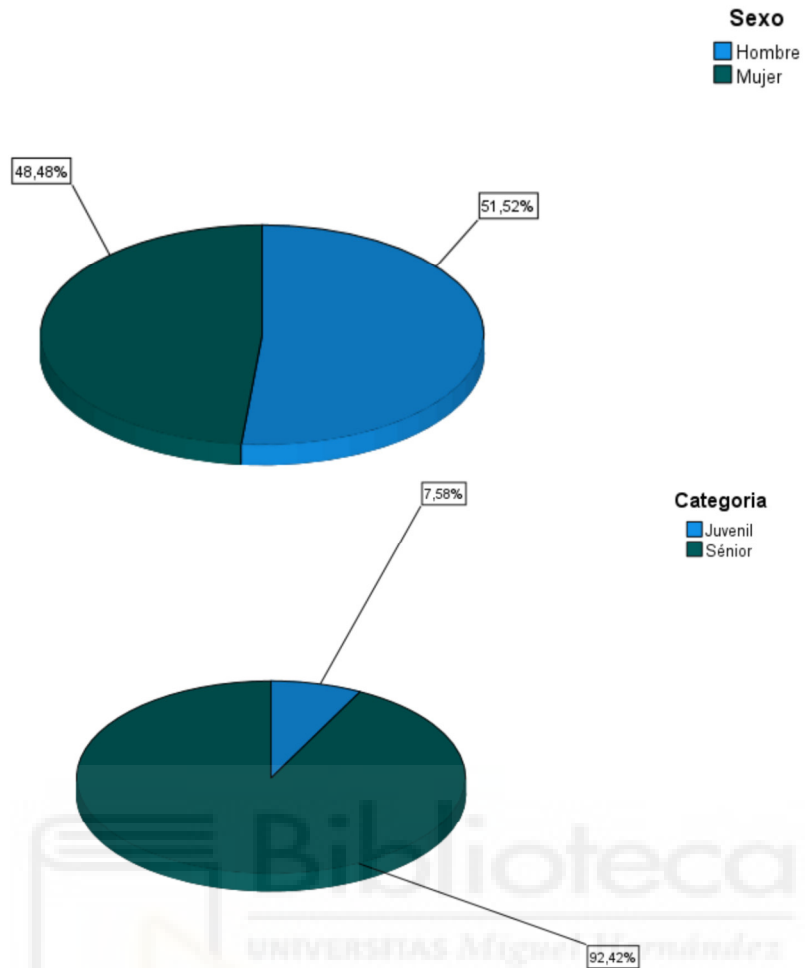
El análisis estadístico se ha realizado con el programa IBM SPSS y para todos los procedimientos de inferencia estadística se ha usado un nivel de significación α del 5%.

En cuanto a las variables de tipo cuantitativo, los descriptivos son:

La edad promedio es de 25.13 ± 5.76 , el promedio de años de competición es de 14.08 ± 6.03 y el promedio de las horas de entrenamiento semanal es de 5.24 ± 2.64 horas.

En los grupos relacionados con el sexo, la descripción de las variables sería:

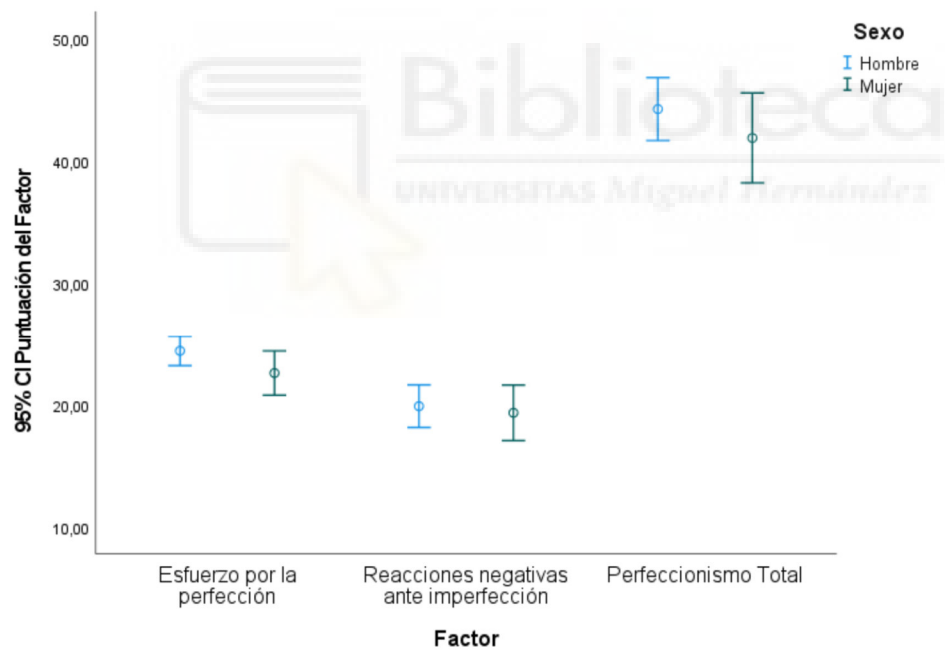
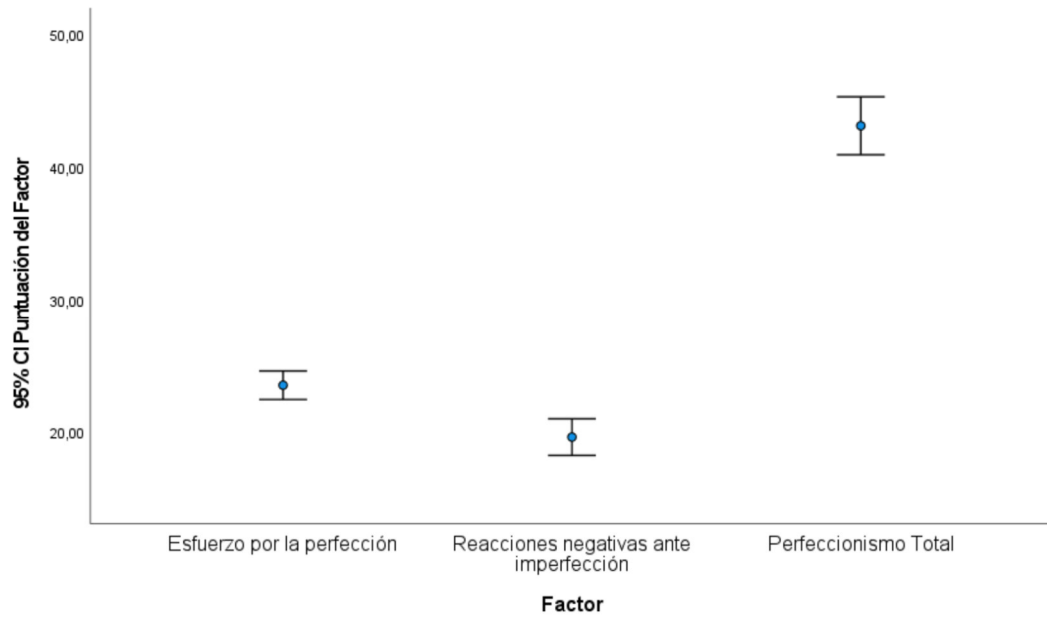
		Edad	Años Competición	Horas entrenamiento
		Media\pmDesv. Típica	Media\pmDesv. Típica	Media\pmDesv. Típica
Sexo	Hombre	24.29 \pm 6.11	16.61 \pm 6.03	5.38 \pm 3.24
	Mujer	26.03 \pm 5.31	12.44 \pm 5.68	5.09 \pm 1.84



En el **Test de Perfeccionismo en el Deporte** los descriptivos de las variables serían los siguientes:

		Esfuerzo por perfección	Reacciones negativas Imperfeccion	Perfeccionismo Total
		Media±Desv. Típica	Media±Desv. Típica	Media±Desv. Típica
General		23.5±4.36	19.59±5.62	43.09±8.87
Sexo	Hombre	24.38±3.47	19,85±4.98	44.23±7.38
	Mujer	22.56±5.03	19.31±6.29	41.88±10.20

Gráficamente, la representación de los tres factores en general y en función del sexo es:



Para realizar la parte de inferencia, se procede a comparar los resultados de los tres factores en función de la variable Sexo. Teniendo en cuenta el número de datos, y las pruebas de normalidad, se puede asumir que las variables siguen una distribución normal y por tanto se aplica el test de la t de Student para poblaciones independientes. El nivel de significación, α , que se aplica es del 5% en todos los análisis. Los resultados son los siguientes:

Prueba de muestras independientes

		Prueba de Levene de igualdad de varianzas		prueba t para la igualdad de medias							
		F	Sig.	t	gl	Significación		Diferencia de medias	Diferencia de error estándar	95% de intervalo de confianza de la diferencia	
						P de un factor	P de dos factores			Inferior	Superior
Esfuerzo por la perfección	Se asumen varianzas iguales	4,471	,038	1,719	64	,045	,090	1,81985	1,05842	-2,29459	3,93429
	No se asumen varianzas iguales			1,701	54,722	,047	,095	1,81985	1,07002	-3,32476	3,96447
Reacciones Negativas ante la Imperfección	Se asumen varianzas iguales	1,817	,182	,388	64	,350	,699	,54044	1,39297	-2,24233	3,32322
	No se asumen varianzas iguales			,385	59,087	,351	,701	,54044	1,40280	-2,26647	3,34735
Perfeccionismo Total	Se asumen varianzas iguales	3,486	,066	1,082	64	,142	,283	2,36029	2,18211	-1,99896	6,71955
	No se asumen varianzas iguales			1,071	56,224	,144	,289	2,36029	2,20326	-2,05297	6,77356

Estadísticas de grupo

	Sexo	N	Media	Desviación estándar	Media de error estándar
Esfuerzo por la perfección	Hombre	34	24,3824	3,47297	,59561
	Mujer	32	22,5625	5,02855	,88893
Reacciones Negativas ante la Imperfección	Hombre	34	19,8529	4,98563	,85503
	Mujer	32	19,3125	6,29099	1,11210
Perfeccionismo Total	Hombre	34	44,2353	7,37752	1,26523
	Mujer	32	41,8750	10,20357	1,80375

	p-valor		
Comparación	Esfuerzo por la perfección	Reacciones negativas ante imperfección	Perfeccionismo Total
Por Sexo	0.09	0.35	0.142

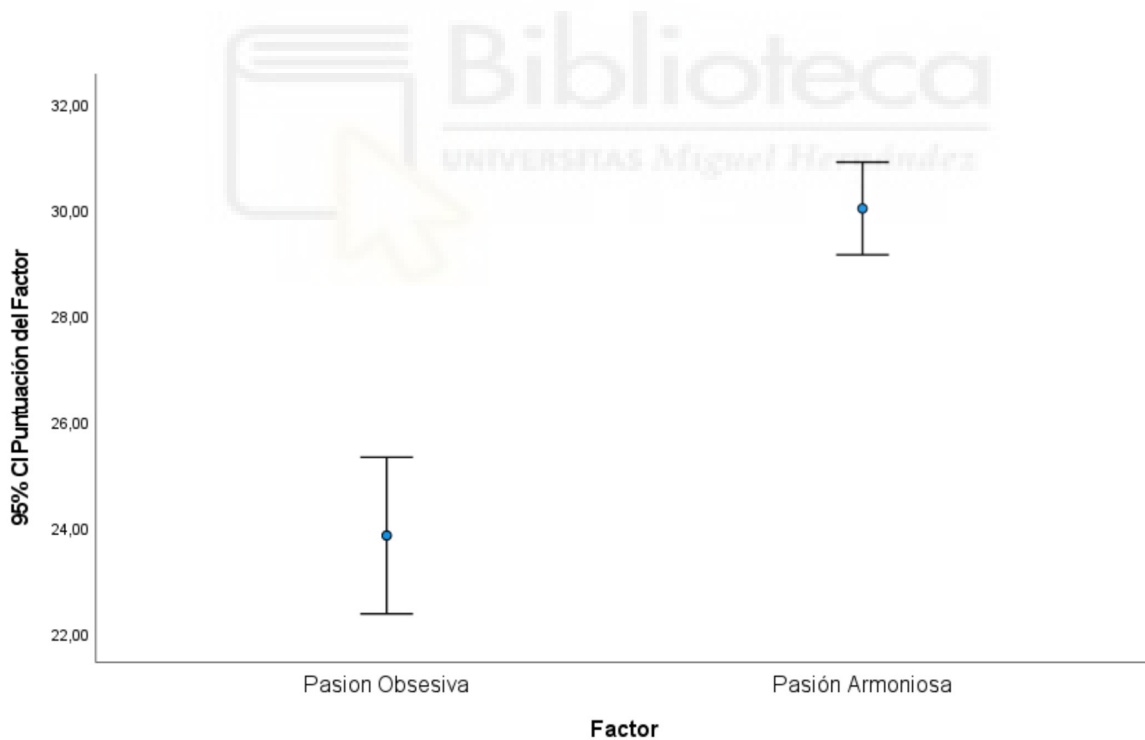
Se puede observar, como ya se intuía por la representación gráfica, que los factores Esfuerzo por la Perfección, Reacciones negativas ante la imperfección y Perfeccionismo Total toman valores similares en los Hombres y en las mujeres, ya que los p-valores de la comparación de los

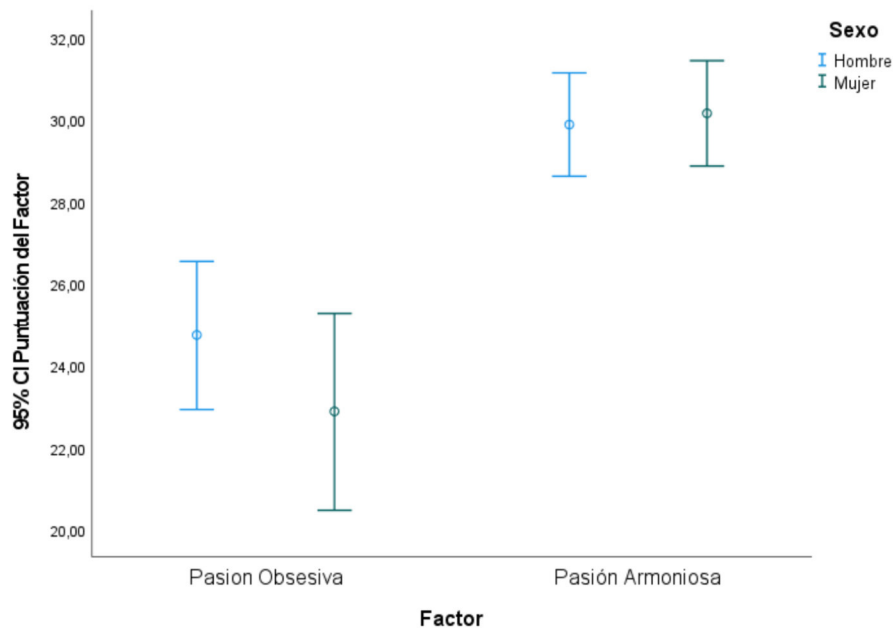
factores en las poblaciones son mayores que el nivel de significación 0.05. En el caso del Esfuerzo por la perfección, el p-valor es pequeño, aunque mayor que el nivel de significación.

En el **Test de Pasión en el Deporte** los descriptivos de las variables serían los siguientes:

		Pasión Obsesiva	Pasión Armoniosa
		Media±Desv. Típica	Media±Desv. Típica
General		23.83±5.99	30.02±3.56
Sexo	Hombre	24.73±5.2	29.88±3.61
	Mujer	22.88±6.68	30.16±3.56

Gráficamente, la representación de los dos factores en general y en función del sexo es:





Para realizar la parte de inferencia, se procede a comparar los resultados de los dos factores en función de la variable Sexo. Teniendo en cuenta el número de datos, y las pruebas de normalidad, se puede asumir que las variables siguen una distribución normal y por tanto se aplica el test de la t de Student para poblaciones independientes. El nivel de significación, α , que se aplica es del 5% en todos los análisis. Los resultados son los siguientes:

Prueba de muestras independientes

Prueba de Levene de igualdad de varianzas

prueba t para la igualdad de medias

		Prueba de Levene de igualdad de varianzas		prueba t para la igualdad de medias						95% de intervalo de confianza de la diferencia	
		F	Sig.	t	gl	Significación		Diferencia de medias	Diferencia de error estándar	Inferior	Superior
						P de un factor	P de dos factores				
Pasión Obsesiva	Se asumen varianzas iguales	3,099	,083	1,267	64	,105	,210	1,86029	1,46881	-1,07399	4,79457
	No se asumen varianzas iguales			1,257	58,555	,107	,214	1,86029	1,47994	-1,10153	4,82211
Pasión Armoniosa	Se asumen varianzas iguales	,155	,695	-,310	64	,379	,757	-,27390	,88255	-2,03698	1,48919
	No se asumen varianzas iguales			-,310	63,856	,379	,757	-,27390	,88216	-2,03629	1,48850

Estadísticas de grupo

	Sexo	N	Media	Desviación estándar	Media de error estándar
Pasión Obsesiva	Hombre	34	24,7353	5,20087	,89194
	Mujer	32	22,8750	6,68050	1,18096
Pasión Armoniosa	Hombre	34	29,8824	3,60778	,61873
	Mujer	32	30,1563	3,55700	,62879

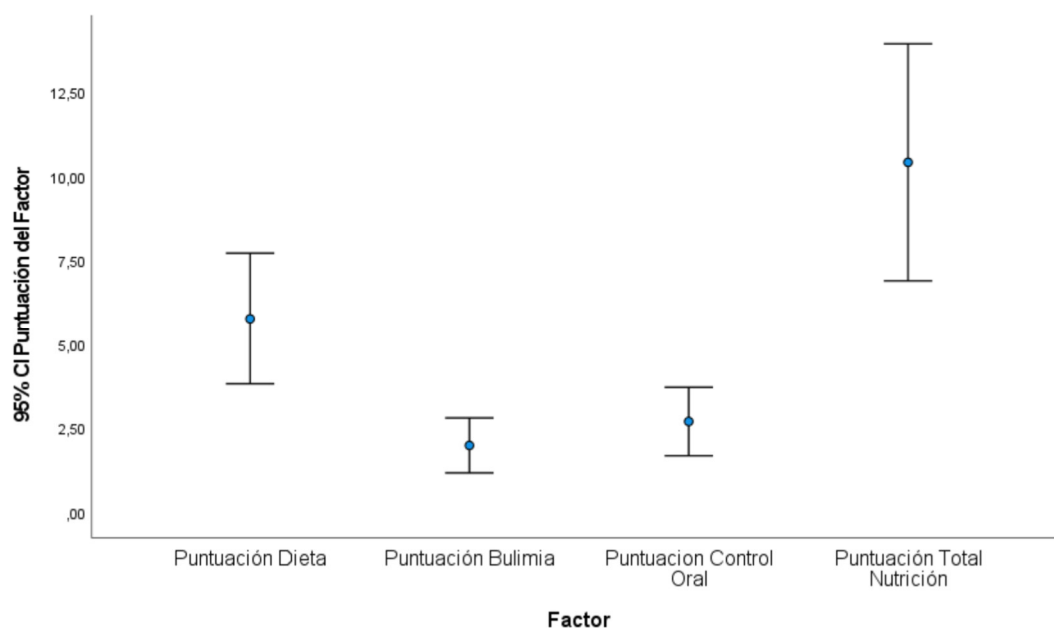
	p-valor	
Comparación	Pasión Obsesiva	Pasión Armoniosa
Por Sexo	0.21	0.757

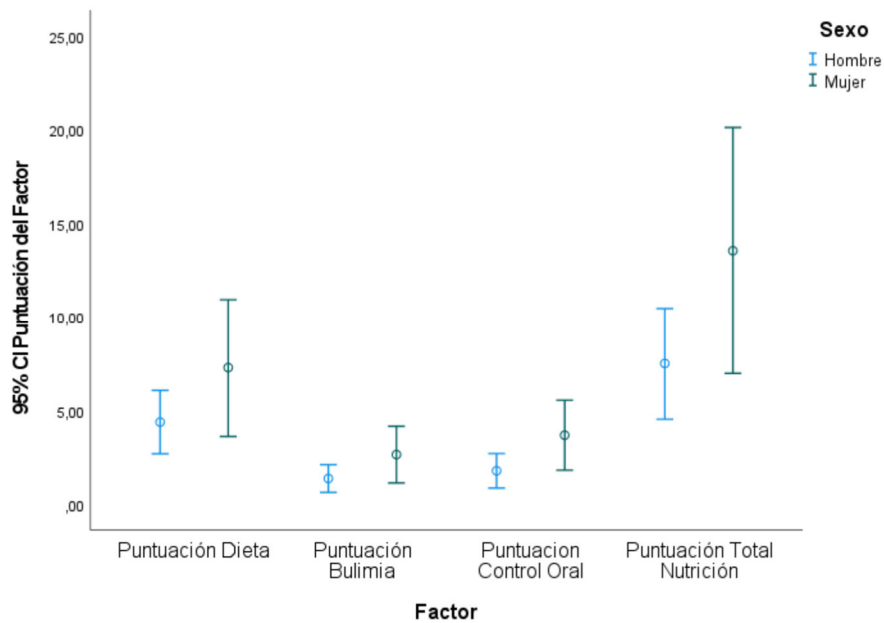
Se puede observar, como ya se intuía por la representación gráfica, que los factores Pasión Obsesiva y Pasión Armoniosa toman valores similares en los Hombres y en las mujeres, ya que los p-valores de la comparación de los factores en las poblaciones son mayores que el nivel de significación 0.05.

En el **Test de Nutrición en el Deporte** los descriptivos de las variables serían los siguientes:

		Puntuación Dieta	Puntuación Bulimia	Puntuación Control Oral	Puntuación Total Nutrición
		Media±Desv. Típica	Media±Desv. Típica	Media±Desv. Típica	Media±Desv. Típica
General		5.76±7.95	1.97±3.32	2.68±4.14	10.41±14.32
Sexo	Hombre	4.35±4.84	1.35±2.12	1.76±2.63	7.47±8.5
	Mujer	7.25±10.15	2.63±4.18	3.66±5.17	13.53±18.27

Gráficamente, la representación de los dos factores en general y en función del sexo es:





Para realizar la parte de inferencia, se procede a comparar los resultados de los tres factores y del factor suma total en función de la variable Sexo. Teniendo en cuenta el número de datos, y las pruebas de normalidad, se puede asumir que las variables siguen una distribución normal y por tanto se aplica el test de la t de Student para poblaciones independientes. El nivel de significación, α , que se aplica es del 5% en todos los análisis. Los resultados son los siguientes:

Estadísticas de grupo

	Sexo	N	Media	Desviación estándar	Media de error estándar
Puntuación Dieta	Hombre	34	4,3529	4,83599	,82937
	Mujer	32	7,2500	10,15366	1,79493
Puntuación Bulimia	Hombre	34	1,3529	2,11606	,36290
	Mujer	32	2,6250	4,17944	,73883
Puntuación Control Oral	Hombre	34	1,7647	2,62919	,45090
	Mujer	32	3,6563	5,16570	,91318
Puntuación total nutrición	Hombre	34	7,4706	8,50396	1,45842
	Mujer	32	13,5313	18,26858	3,22946

Prueba de muestras independientes

		Prueba de Levene de igualdad de varianzas				prueba t para la igualdad de medias				95% de intervalo de confianza de la diferencia	
		F	Sig.	t	gl	Significación P de un factor	P de dos factores	Diferencia de medias	Diferencia de error estándar	Inferior	Superior
Puntuación Dieta	Se asumen varianzas iguales	11,136	,001	-1,494	64	,070	,140	-2,89706	1,93928	-6,77122	,97710
	No se asumen varianzas iguales			-1,465	43,776	,075	,150	-2,89706	1,97728	-6,88257	1,08846
Puntuación Bulimia	Se asumen varianzas iguales	7,573	,008	-1,574	64	,060	,120	-1,27206	,80828	-2,88678	,34266
	No se asumen varianzas iguales			-1,545	45,286	,065	,129	-1,27206	,82314	-2,92966	,38555
Puntuación Control Oral	Se asumen varianzas iguales	6,826	,011	-1,891	64	,032	,063	-1,89154	1,00015	-3,88956	,10648
	No se asumen varianzas iguales			-1,857	45,423	,035	,070	-1,89154	1,01843	-3,94224	,15916
Puntuación total nutrición	Se asumen varianzas iguales	9,731	,003	-1,745	64	,043	,086	-6,06066	3,47395	-13,00067	,87935
	No se asumen varianzas iguales			-1,710	43,244	,047	,094	-6,06066	3,54350	-13,20564	1,08432

Comparación	p-valor			
	Puntuación Dieta	Puntuación Bulimia	Puntuación Control Oral	Puntuación Total Nutrición
Por Sexo	0.14	0.12	0.035	0.047

Se puede observar, como la Puntuación de la Dieta tiene valores similares en hombres y mujeres, con un p-valor de 0.14, pasa lo mismo con la puntuación de Bulimia, con un p-valor de 0.12.

Sin embargo, en la Puntuación de Control Oral se observan diferencias significativas entre hombres y mujeres, con un p-valor de 0.035, siendo la puntuación de las mujeres significativamente mayor que la de los hombres.

En cuanto a la puntuación total de nutrición, también se observan diferencias en el sexo, con un p-valor de 0.047. La puntuación total de nutrición de las mujeres es significativamente mayor que la de los hombres, esto claramente es debido a las diferencias en el control oral.

En cuanto al análisis de las correlaciones entre los distintos factores que se obtienen en el estudio a nivel general podemos observar lo siguiente:

Correlaciones

		Perfeccionismo Total	Pasión Obsesiva	Pasión Armoniosa	Puntuación total nutrición	Esfuerzo por la perfección	Reacciones Negativas ante la Imperfección	Puntuación Dieta	Puntuación Bulimia	Puntuación Control Oral
Perfeccionismo Total	Correlación de Pearson	1	,567**	,239	,276*	,855**	,915**	,306*	,300*	,126
	Sig. (bilateral)		<,001	,053	,025	<,001	<,001	,012	,014	,315
	N	66	66	66	66	66	66	66	66	66
Pasión Obsesiva	Correlación de Pearson	,567**	1	,489**	,284*	,526**	,487**	,298*	,265*	,196
	Sig. (bilateral)	<,001		<,001	,021	<,001	<,001	,015	,031	,114
	N	66	66	66	66	66	66	66	66	66
Pasión Armoniosa	Correlación de Pearson	,239	,489**	1	,302*	,241	,190	,290*	,311*	,238
	Sig. (bilateral)	,053	<,001		,014	,051	,126	,018	,011	,054
	N	66	66	66	66	66	66	66	66	66
Puntuación total nutrición	Correlación de Pearson	,276*	,284*	,302*	1	,152	,317**	,976**	,904**	,862**
	Sig. (bilateral)	,025	,021	,014		,223	,009	<,001	<,001	<,001
	N	66	66	66	66	66	66	66	66	66
Esfuerzo por la perfección	Correlación de Pearson	,855**	,526**	,241	,152	1	,573**	,159	,162	,091
	Sig. (bilateral)	<,001	<,001	,051	,223		<,001	,201	,195	,469
	N	66	66	66	66	66	66	66	66	66
Reacciones Negativas ante la Imperfección	Correlación de Pearson	,915**	,487**	,190	,317**	,573**	1	,359**	,348**	,128
	Sig. (bilateral)	<,001	<,001	,126	,009	<,001		,003	,004	,306
	N	66	66	66	66	66	66	66	66	66
Puntuación Dieta	Correlación de Pearson	,306*	,298*	,290*	,976**	,159	,359**	1	,869**	,759**
	Sig. (bilateral)	,012	,015	,018	<,001	,201	,003		<,001	<,001
	N	66	66	66	66	66	66	66	66	66
Puntuación Bulimia	Correlación de Pearson	,300*	,265*	,311*	,904**	,162	,348**	,869**	1	,656**
	Sig. (bilateral)	,014	,031	,011	<,001	,195	,004	<,001		<,001
	N	66	66	66	66	66	66	66	66	66
Puntuación Control Oral	Correlación de Pearson	,126	,196	,238	,862**	,091	,128	,759**	,656**	1
	Sig. (bilateral)	,315	,114	,054	<,001	,469	,306	<,001	<,001	
	N	66	66	66	66	66	66	66	66	66

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

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

A nivel general se puede observar como muchos de los factores están correlacionados de forma significativa. Las conclusiones más importantes serían las siguientes:

En cuanto a los factores generales que se obtienen con la combinación de los factores directos podemos concluir que:

La medida de **Perfeccionismo Total** está altamente correlacionada con la Pasión Obsesiva ($r=0.567$, $p\text{-valor}<0.001$), también se observa relación, aunque no tan fuerte con la Puntuación Total de Nutrición ($r=0.276$, $p\text{-valor}=0.025$) relación que viene explicada por la correlación con la Dieta ($r=0.306$, $p\text{-valor}=0.012$) y con la Bulimia ($r=0.3$, $p\text{-valor}=0.014$). No se observa relación significativa de esta variable con la Pasión Armoniosa ni con el Control Oral en la parte de nutrición.

En cuanto a la **Pasión Obsesiva** se encuentra correlacionada con la Pasión Armoniosa ($r=0.489$, $p\text{-valor}<0.001$), con la Puntuación Total de Nutrición ($r=0.284$, $p\text{-valor}=0.021$) y sobre todo altamente correlacionada con las variables relacionadas con el perfeccionismo, Esfuerzo por la perfección ($r=0.526$, $p\text{-valor}<0.001$) y Reacciones Negativas ante la Imperfección ($r=0.487$, $p\text{-valor}<0.001$).

La **Pasión Armoniosa** está relacionada con la Puntuación Total de Nutrición ($r=0.312$, p -valor=0.014) sin embargo no se le encuentra relación con ninguna de las variables de perfeccionismo, ni con Esfuerzo por la perfección (p -valor=0.051) ni con Reacciones Negativas ante la Imperfección (p -valor=0.126).

Si consideramos sólo la población de los hombres, las conclusiones serían las siguientes:

Correlaciones^a

		Perfeccionismo Total	Pasión Obsesiva	Pasión Armoniosa	Puntuación total nutrición	Esfuerzo por la perfección	Reacciones Negativas ante la Imperfección	Puntuación Dieta	Puntuación Bulimia	Puntuación Control Oral
Perfeccionismo Total	Correlación de Pearson	1	,368*	-,117	-,233	,812**	,914**	-,175	-,151	-,310
	Sig. (bilateral)		,032	,509	,185	<,001	<,001	,323	,394	,075
	N	34	34	34	34	34	34	34	34	34
Pasión Obsesiva	Correlación de Pearson	,368*	1	,304	,001	,387*	,275	,001	-,090	,073
	Sig. (bilateral)	,032		,081	,996	,024	,115	,994	,611	,682
	N	34	34	34	34	34	34	34	34	34
Pasión Armoniosa	Correlación de Pearson	-,117	,304	1	,107	-,030	-,153	,079	,145	,083
	Sig. (bilateral)	,509	,081		,549	,866	,389	,657	,415	,640
	N	34	34	34	34	34	34	34	34	34
Puntuación total nutrición	Correlación de Pearson	-,233	,001	,107	1	-,279	-,150	,952**	,849**	,801**
	Sig. (bilateral)	,185	,996	,549		,110	,398	<,001	<,001	<,001
	N	34	34	34	34	34	34	34	34	34
Esfuerzo por la perfección	Correlación de Pearson	,812**	,387*	-,030	-,279	1	,506**	-,270	-,204	-,242
	Sig. (bilateral)	<,001	,024	,866	,110		,002	,123	,246	,168
	N	34	34	34	34	34	34	34	34	34
Reacciones Negativas ante la Imperfección	Correlación de Pearson	,914**	,275	-,153	-,150	,506**	1	-,071	-,081	-,289
	Sig. (bilateral)	<,001	,115	,389	,398	,002		,691	,648	,097
	N	34	34	34	34	34	34	34	34	34
Puntuación Dieta	Correlación de Pearson	-,175	,001	,079	,952**	-,270	-,071	1	,760**	,626**
	Sig. (bilateral)	,323	,994	,657	<,001	,123	,691		<,001	<,001
	N	34	34	34	34	34	34	34	34	34
Puntuación Bulimia	Correlación de Pearson	-,151	-,090	,145	,849**	-,204	-,081	,760**	1	,544**
	Sig. (bilateral)	,394	,611	,415	<,001	,246	,648	<,001		<,001
	N	34	34	34	34	34	34	34	34	34
Puntuación Control Oral	Correlación de Pearson	-,310	,073	,083	,801**	-,242	-,289	,626**	,544**	1
	Sig. (bilateral)	,075	,682	,640	<,001	,168	,097	<,001	<,001	
	N	34	34	34	34	34	34	34	34	34

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

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

a. Sexo = Hombre

La medida de **Perfeccionismo Total** está correlacionada con la Pasión Obsesiva ($r=-0.368$, p -valor=0.032), no se observa relación con la Puntuación Total de Nutrición ($r=-0.233$, p -valor=0.185) y no se observa relación de tipo significativa con el resto de los factores.

En cuanto a la **Pasión Obsesiva** sólo se encuentra correlacionada con el factor Esfuerzo por la Perfección ($r=0.387$, p -valor=0.024) y no tiene relación significativa con el resto de las variables ni de los factores obtenidas con ellas.

La **Pasión Armoniosa** no tiene relación significativa con ninguna de las variables ni de los factores principales del estudio.

En el caso del análisis de correlación de las variables y de los factores en el caso de las mujeres las conclusiones son muy distintas al caso de los hombres:

Correlaciones^a

		Perfeccionismo Total	Pasión Obsesiva	Pasión Armoniosa	Puntuación total nutrición	Esfuerzo por la perfección	Reacciones Negativas ante la Imperfección	Puntuación Dieta	Puntuación Bulimia	Puntuación Control Oral
Perfeccionismo Total	Correlación de Pearson	1	,673**	,537**	,518**	,875**	,922**	,536**	,531**	,350*
	Sig. (bilateral)		<,001	,002	,002	<,001	<,001	,002	,002	,050
	N	32	32	32	32	32	32	32	32	32
Pasión Obsesiva	Correlación de Pearson	,673**	1	,677**	,467**	,583**	,625**	,481**	,479**	,319
	Sig. (bilateral)	<,001		<,001	,007	<,001	<,001	,005	,006	,075
	N	32	32	32	32	32	32	32	32	32
Pasión Armoniosa	Correlación de Pearson	,537**	,677**	1	,430*	,476**	,491**	,424*	,427*	,340
	Sig. (bilateral)	,002	<,001		,014	,006	,004	,016	,015	,057
	N	32	32	32	32	32	32	32	32	32
Puntuación total nutrición	Correlación de Pearson	,518**	,467**	,430*	1	,376*	,540**	,981**	,913**	,870**
	Sig. (bilateral)	,002	,007	,014		,034	,001	<,001	<,001	<,001
	N	32	32	32	32	32	32	32	32	32
Esfuerzo por la perfección	Correlación de Pearson	,875**	,583**	,476**	,376*	1	,620**	,376*	,368*	,293
	Sig. (bilateral)	<,001	<,001	,006	,034		<,001	,034	,038	,103
	N	32	32	32	32	32	32	32	32	32
Reacciones Negativas ante la Imperfección	Correlación de Pearson	,922**	,625**	,491**	,540**	,620**	1	,568**	,567**	,333
	Sig. (bilateral)	<,001	<,001	,004	,001	<,001		<,001	<,001	,063
	N	32	32	32	32	32	32	32	32	32
Puntuación Dieta	Correlación de Pearson	,536**	,481**	,424*	,981**	,376*	,568**	1	,892**	,782**
	Sig. (bilateral)	,002	,005	,016	<,001	,034	<,001		<,001	<,001
	N	32	32	32	32	32	32	32	32	32
Puntuación Bulimia	Correlación de Pearson	,531**	,479**	,427**	,913**	,368*	,567**	,892**	1	,668**
	Sig. (bilateral)	,002	,006	,015	<,001	,038	<,001	<,001		<,001
	N	32	32	32	32	32	32	32	32	32
Puntuación Control Oral	Correlación de Pearson	,350*	,319	,340	,870**	,293	,333	,782**	,668**	1
	Sig. (bilateral)	,050	,075	,057	<,001	,103	,063	<,001	<,001	
	N	32	32	32	32	32	32	32	32	32

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

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

a. Sexo = Mujer

La medida de **Perfeccionismo Total** está fuertemente correlacionada de forma significativa con todas las variables y los factores. Concretamente está muy relacionada con la Pasión Obsesiva ($r=0.673$, p -valor <0.001) con la Pasión Armoniosa ($r=0.537$, p -valor $=0.002$) y con la Puntuación Total de Nutrición ($r=0.518$, p -valor $=0.002$), se observa además una fuerte correlación con la variable Dieta y con la Bulimia. Todas las correlaciones son positivas, lo que sugiere que a mayor puntuación en perfeccionismo las puntuaciones de todas las demás son altas también.

En cuanto a la **Pasión Obsesiva** también está fuertemente correlacionada con el resto de las variables y de factores. Concretamente está relacionada de forma significativa con la Pasión Armoniosa ($r=0.677$, p -valor <0.001), y con la Puntuación Total de Nutrición ($r=0.467$, p -valor $=0.007$), debido sobre todo a la alta correlación con las variables Dieta y Bulimia. Como ya se ha indicado, existe también una alta correlación con el Perfeccionismo Total, debido a la alta correlación con las dos variables Esfuerzo por la Perfección y Reacciones Negativas ante la Imperfección.

La **Pasión Armoniosa** está también altamente correlacionada de forma significativa con el resto de las variables y factores. Tiene una correlación significativa con la Puntuación Total de Nutrición ($r=0.43$, p -valor $=0.014$) fruto de su alta relación con las variables Dieta y Bulimia.

Conclusiones

Los objetivos del estudio con futbolistas jóvenes de ambos sexos fueron describir los niveles de perfeccionismo, pasión por el deporte y de TCA, como se aprecia en los resultados; indagar acerca de las relaciones existentes entre estas variables y, por último, analizar si existen diferencias en función del sexo entre las variables del estudio.

Dentro del perfeccionismo en el deporte podemos encontrar dos variables: el esfuerzo por perfección y las reacciones negativas ante la imperfección. Dentro de la pasión en el deporte, encontramos la pasión obsesiva y la pasión armoniosa. De estas variables las que están relacionadas con un mejor rendimiento son el esfuerzo por la perfección y la pasión armoniosa, al contrario que las otras variables que se relacionan con un peor rendimiento. Por otro lado, está la nutrición que se divide en las variables de la puntuación la dieta, puntuación de la bulimia y la puntuación del control oral.

En cuanto a la relación entre estos, cogiendo los resultados de ambos sexos, el perfeccionismo en el deporte, tanto en la variable de esfuerzo por la perfección como por la de reacciones negativas ante la imperfección, se correlaciona sobre todo con la pasión obsesiva, la cual también se relaciona con la puntuación total de nutrición. A su vez, la pasión armoniosa también se correlaciona con la puntuación total de nutrición, pero no tiene relación con ninguna de las variables del perfeccionismo.

Pero se ha visto que separando por sexos se encuentran grandes diferencias en los resultados. En el caso de las mujeres todas las variables y factores tienen correlación, en el caso del perfeccionismo cuanto más puntuación haya en ese factor, todas las puntuaciones del resto de variables suben debido a la correlación positiva.

En el caso de los hombres es muy diferente, el perfeccionismo está muy relacionado con la pasión obsesiva, pero no encuentra relación con la puntuación de nutrición ni con ninguna otra variable. La pasión obsesiva se ve correlacionada con el factor esfuerzo por la perfección dentro de perfeccionismo, pero no se relaciona con ninguna variable más y en el caso de la pasión armoniosa no se ha encontrado correlación con ninguna de las variables ni de los factores principales del estudio.

Y, para terminar, en cuanto a la diferencia de niveles de puntuación de las variables entre sexos se encuentran distintos resultados. En el test de perfeccionismo en el deporte los valores en todas las variables entre hombres y mujeres son similares, diferenciándose un poco más en el esfuerzo por la perfección siendo mayor en hombres, pero no llegan a ser diferencias significativas. Respecto al test de pasión por el deporte también se observan valores similares en ambos sexos tanto en pasión armoniosa como pasión obsesiva. Por último, en el test de nutrición en el deporte se ve que en la puntuación de la dieta y de la bulimia los niveles son similares, sin embargo, sí que se encuentran diferencias en la puntuación de control oral y en la puntuación total de nutrición, siendo bastante mayor en las mujeres en ambos casos.

Actuaciones o intervenciones posteriores

En el actual estudio se encuentra una limitación y es la del tamaño de la muestra. Para obtener unos resultados más fiables sería mejor realizar el estudio con una muestra mayor, pasando los cuestionarios a más equipos tanto femeninos como masculinos.

Al margen de esto, teniendo en cuenta los resultados del estudio actual, yo haría alguna propuesta para los equipos de fútbol españoles con jugadores y jugadoras jóvenes, aunque no sean de élite. Se ha visto que en el caso de futbolistas femeninas el riesgo de sufrir trastornos

de la conducta alimentaria es mayor que en jugadores masculinos, debido a esto yo propondría que los clubes invirtieran en charlas sobre nutrición y psicología para los equipos femeninos. Obviamente también creo que es importante invertir en charlas nutricionales y psicológicas en equipos masculinos si es posible.

Bibliografía

Méndez-Giménez, A., Cecchini-Estrada, A. and Fernández-Río, J. (2017) "Pasión, Motivación Autodeterminada y Autorregulación del Aprendizaje en el Deporte," *Revista Iberoamericana de Diagnóstico y Evaluación - e Avaliação Psicológica*, 44(2), pp. 146–157.

Pineda-Espejel, HA, Morquecho-Sánchez, R, & Gadea-Cavazos, Erika. (2018). Evidencias de validez test-criterio en el uso de la Escala Multidimensional de Perfeccionismo en el Deporte-2. *Cuadernos de Psicología del Deporte*, 18(3), 129-140. Epub 26 de julio de 2021.

Díaz Ceballos, I. (2005). Propuesta de un programa de prevención de trastornos de la conducta alimentaria para entrenadores. *Cuadernos de Psicología del Deporte*, 5.

Hernández-Mulero, N., & Berengüí, R.. (2016). Identidad deportiva y Trastornos de la Conducta Alimentaria: estudio preliminar en deportistas de competición. *Cuadernos de Psicología del Deporte*, 16(2), 37-44.

Del Castillo, V. (1998). Deporte y trastornos de alimentación. *Lecturas Educación Física y Deportes (Revista Digital)*, 9.

Franseen, L.M. (1997). Environmental pressures, personality factors and their relationship to eating disorders in elite female athletes. *Dissertation Abstracts International Section B: The Science and Engineering*. 57 (7-B), 4781.

Constaín, G.A. *et al.* (2014) "Validez y utilidad diagnóstica de la escala eat-26 para la Evaluación del Riesgo de Trastornos de la conducta alimentaria en Población Femenina de Medellín, Colombia," *Atención Primaria*, 46(6), pp. 283–289.

Pérez-Hernández, P. *et al.* (2020) "Relación entre perfeccionismo y salud mental en futbolistas jóvenes: Diferencias Entre Categorías Deportivas," *JUMP*, (2), pp. 7–15.

Mageau, G. A., Vallerand, R. J., Charest, J., Salvy, S.-J., Lacaille, N., Bouffard, T., & Koestner, R. (2009). On the development of harmonious and obsessive passion: The role of autonomy support, activity specialization, and identification with the activity. *Journal of Personality*, 77, 601-646. <http://dx.doi.org/doi :10.1111/j.1467-6494.2009.00559.x>

Vallerand, R. J. (2008). On the psychology of passion: in search of what makes people's lives most worth living. *Canadian Psychology*, 49, 1-13.

Dosil, J. (2003). *Trastornos de alimentación en el deporte*. Sevilla: Wanceulen.

Yates, A. (1991). *Compulsive exercise and the eating disorders*. Nueva York: Brunnel/Mazel

Beals, K.A., y Manore, M.M. (2002). Disorders of the female athlete triad among collegiate athletes. *International journal of sport nutrition and exercise metabolism*, 12, 281-93.

Föster, C. A., & Rojas-Barahona, C. A. (2010). Adaptación y validación del Cuestionario de Rasgos de Pensamiento de O'Neil y colaboradores: Metacognición y motivación en la solución de problemas. *Revista Iberoamericana de Diagnóstico y Evaluación – e Avaliação Psicológica*, 30(2), 9-33.

Vallerand, R. J., Mageau, G. A., Elliot, A., Dumais, M. A., Demers, M., & Rousseau, F. L. (2008). Passion and performance attainment in sport. *Psychology of Sport & Exercise*, 9, 373-392.

Vallerand, R. J., Paquet, Y., Philippe, F. L., & Charest, J. (2010). On the role of passion in burnout: A process model. *Journal of Personality*, 78, 289-312. <http://dx.doi.org/10.1111/j.1467-6494.2009.00616.x>

Pineda-Espejel, H.A. *et al.* (2019) "Perfeccionismo interpersonal, miedo a fallar, y afectos en el deporte," *Cuadernos de Psicología del Deporte*, 19(2), pp. 113–123.

Anshel, M.H. y Eom, H. (2003). Exploring the dimensions of perfectionism in sport. *International Journal of Sport Psychology*, 34(3), 255-271.

Anexo

Adjunto aquí el enlace del cuestionario utilizado para la realización del estudio:

https://docs.google.com/forms/d/1seuPhyJRheTzv0IRpc5U_YrNxKhr2RjZBxjHf6OY-4c/edit

