



Ansia por la comida, conductas bulímicas y estado de ánimo en judocas de élite

Escobar, R., Rodríguez-Ruiz, S., Carratalá, V., Piñar, M. I., y Escobar, M. T.

Objetivos. Determinar los efectos de conductas purgativas y no purgativas para reducir el peso corporal. Verificar que éstas se aprenden y provocan trastornos alimentarios.

Material y Método: Participaron 144 judocas de élite (78 hombres y 66 mujeres), pertenecientes a las categorías cadete=45, sub20=31, sub23=37 y senior=31. Fueron agrupados según los años de experiencia en la alta competición. El grupo de principiantes (menos de 6 años) se constituyó con los cadetes y sub20 (41 hombres y 35 mujeres) mientras que los veteranos (más de 6) por los sub23 y senior (37 y 31 respectivamente). La batería de tests psicológicos administrada incluyó la Escala de Restricción Alimentaria modificada para los judocas, el Bulimic Inventory Test Edinburgh, el Food Craving Questionnaire-Trait y el Positive and Negative Affect Schedule.

Resultados. Los veteranos fueron más restrictivos, informaron de mayor severidad de sintomatología bulímica, ansia por la comida y detectamos diferencias significativas en los *factores Planes, Reforzamiento positivo, Reforzamiento negativo y Hambre*. Las mujeres, veteranas y principiantes, puntuaron significativamente más que los hombres en el factor *Emoción*. Hubo una tendencia a la significación para el estado de ánimo, en la interacción grupo por género, para la escala de estado de ánimo positivo, siendo las féminas principiantes las que menor estado de ánimo positivo presentaron comparadas con los hombres.

Conclusiones. Los veteranos son más restrictivos y practican más conductas purgativas bulímicas antes de la competición, provocando ansia por la comida que les incita a comer para evitar estados de ánimo negativos. Los principiantes, sobre todo las chicas, presentan peor estado de ánimo positivo, pues no realizan estrategias tan severas para conseguir el peso deseado. Por tanto, la restricción alimentaria y las conductas purgativas se aprenden con la experiencia porque consiguen el peso ideal, aunque constituyen una amenaza para ambos grupos al desencadenar sintomatología bulímica y cambios de estado de ánimo.

Palabras clave (máximo 3): judocas de élite, restricción alimentaria y conductas purgativas.