



**Universidad**  
Zaragoza

# Trabajo Fin de Grado

**Grado en Ciencias de la Actividad Física y del Deporte**

Relación entre la imagen corporal y la adicción al ejercicio, la ortorexia y la satisfacción al servicio deportivo recibido.

Relationship between body image and exercise addiction, orthorexia and satisfaction with the sports service received.

Autor

Alberto Sarmiento Espiau

Director

Víctor Murillo Lorente

Dpto. de Fisiatría y Enfermería

Facultad de Ciencias de la Salud y del Deporte

Curso Académico 2018/2019

Fecha de presentación: 4 de julio de 2019

## **Resumen:**

El estudio realizado forma parte de una gran investigación la cual pretende establecer diferentes relaciones entre las variables analizadas que puedan llegar a explicar la construcción que cada sujeto forma de su imagen corporal respecto a la actividad física que realizan. El tamaño de la muestra fue de 361 usuarios adultos que hacen uso habitualmente de centros deportivos o gimnasios, quiénes fueron encuestados sobre diferentes preguntas acerca de las variables que confeccionan la imagen corporal. Para este estudio, se escogieron 4 constructos: “Adicción al ejercicio”, “Ortorexia”, “Imagen corporal” y “Satisfacción al servicio deportivo recibido” con la finalidad de comprobar si existían relaciones entre ellas que explicasen el objetivo del estudio. Los resultados que obtuvimos fueron que la variable “Adicción al ejercicio” se relaciona con la “Ortorexia” y con la “Satisfacción al servicio deportivo recibido”, la “Ortorexia” se relaciona con la variable “Imagen corporal” y que la “Imagen corporal” y la “Ortorexia” no tienen relación directa con la variable “Satisfacción al servicio deportivo recibido”. Podemos afirmar que estos constructos modifican en cierta medida la imagen corporal que puede llegar a crear un sujeto sobre sí mismo pero que siguen siendo necesarias un mayor número de investigaciones de estas características para corroborar nuestro descubrimiento.

Palabras clave: imagen corporal, adicción al ejercicio, ortorexia, satisfacción al servicio deportivo recibido, actividad física.

The study is part of a large research which aims to establish different relationships between the analyzed variables that may explain the construction that each subject forms of their body image with respect to the physical activity they perform. The sample size was 361 adults users who regularly use sports centers or gyms, who were surveyed on different questions about the variables that make the body image. For this study, 4 constructs were chosen: “Addiction to exercise”, “Orthorexia”, “Body image” and “Satisfaction to sports service received” in order to check if there were relations between them that explained the objective of the study. The results we obtained were that the variable “Addiction to exercise” is related to “Orthorexia” and “Satisfaction to sports service received”, “Orthorexia is related to the variable “Body image” and the “Body image” and “Orthorexia” have no direct relationship with the variable “Satisfaction to sports service received”. We can affirm that these constructs modify to a certain extent the corporal image that a subject can create on himself but that a greater number of investigations of these characteristics are still necessary to corroborate our discovery.

Key words: body image, exercise addiction, ortorexia, satisfaction to sports service received, physical activity.

# ÍNDICE

<b>Introducción.....</b>	<b>1</b>
<b>Material y métodos.....</b>	<b>6</b>
<i>Sujetos.....</i>	6
<i>Instrumentos .....</i>	8
<i>Procedimiento .....</i>	10
<i>Modelo .....</i>	12
<b>Análisis de datos .....</b>	<b>13</b>
<b>Resultados .....</b>	<b>15</b>
<i>Resultados descriptivos .....</i>	15
<i>Inferencial.....</i>	18
<b>Discusión .....</b>	<b>20</b>
<b>Conclusiones .....</b>	<b>24</b>
<b>Bibliografía .....</b>	<b>25</b>
<b>Anexos .....</b>	<b>31</b>
<i>Anexo 1. Carta de presentación a los centros deportivos.....</i>	31
<i>Anexo 2. Herramienta de recogida de datos “Kobotoolbox”..</i>	33

# Introducción

Actualmente, la mayor parte de la población adulta mundial vive con una preocupación constante por la adquisición de una imagen corporal desacorde a sus demandas. De esta forma, este hecho puede conllevar consigo actitudes negativas en las personas de tal manera que afecten en su personalidad, carácter, estados de ánimo, etc. Para evitar esta condición, surge la posibilidad de practicar actividad física para que, la perspectiva de cada sujeto, se vea modificada positivamente.

Las dimensiones que vamos a utilizar para relacionar la percepción que tienen los adultos españoles de su imagen corporal en relación a la actividad física que realizan son las siguientes:

- Imagen corporal
- Adicción al ejercicio físico.
- Ortorexia.
- Satisfacción al servicio deportivo recibido.

Mediante la definición individualmente de las dimensiones pueden surgir relaciones directas entre ellas o, incluso con otro tipo de términos que tengan también relación con el estudio que vamos a llevar a cabo, como por ejemplo “Imagen corporal – Ortorexia” (Barnes & Caltabiano, 2017); “Adicción al ejercicio físico – Satisfacción al servicio deportivo recibido” (Murray & Howat, 2002), “Adicción al ejercicio físico – Ortorexia” (Rudolph, 2018), etc. Este hecho se debe a la existencia de similitudes entre las dimensiones que estén involucradas debido a la naturaleza de los conceptos que estén implicados.

Según Hayes, Giles, Mahoney & Kanarek (2018), la **imagen corporal** es “una construcción multidimensional que se refiere a la manera en que un individuo piensa, evalúa y percibe su propio cuerpo” y que “va construyéndose evolutivamente” (Salaberria, Rodríguez & Cruz, 2017). Dicho concepto está compuesto por diferentes componentes de tal manera que existen dos variables importantes en su formación: “la importancia de la imagen corporal para la autoestima” y, por otro lado, “la satisfacción o insatisfacción con la misma” (Grajera, Quiñones & Bento, 2018).

Es por ello que, la imagen corporal, al ser un constructo tan complejo y arraigado en la persona, tiene complejas relaciones con otros conceptos de importancia como el género y la edad (Grajera, Quiñones & Bento, 2018). Respecto al género podemos afirmar que las mujeres se preocupan más por su imagen corporal que los hombres, es decir, están más “insatisfechas” a la hora de valorar su apariencia física (Raich, 2004) mientras que, en cuanto a la edad, existen discrepancias entre diversos autores.

En relación a lo comentado por estos dos autores anteriores, sería importante hablar de lo evidenciado por Miñano, García & Galiano (2006) “la imagen corporal creada depende del tipo de modalidad deportiva practicada por cada sujeto y también del género” y por Cangur, Yaman, Ercan, Yaman, & Tok (2017) que comentan que “el tipo de deporte practicado es un factor influyente” estableciendo una relación directa de las variables ejercicio físico y género.

Existen muchas personas que padecen el denominado TIC (Trastorno de la Imagen Corporal). Por ello, la gente que padece este trastorno “devalúa su apariencia intensamente, imagina que la otra gente se fija y se interesa por su defecto (...) con lo que tienden a subestimarse” (Raich, 2004). En base a lo comentado por Raich (2004), habría que añadir las causas por las que los sujetos habitualmente crean una mala imagen

corporal sobre sí mismos. Esto es debido a una baja autoestima, la internalización de los síntomas y a una alimentación desordenada (Hayes, Giles, Mahoney & Kanarek, 2018). Actualmente, según Grajera, Quiñones & Bento (2018), las alteraciones de la imagen corporal no se pueden asociar a un único factor, sino que pueden estar provocadas por diferentes factores como la familia, la cultura, las relaciones interpersonales, etc. Además, “la insatisfacción corporal parece aumentar y muestra un mayor crecimiento durante la transición a la edad adulta temprana” (Hoffmann & Warschburger, 2018). Es por esto, que esta alteración de la perspectiva de la imagen corporal debe ser tratada desde una edad temprana para poder evitar que se convierta en algo más alarmante.

En el mundo en el que vivimos, tanto en los países desarrollados como en los países en desarrollo, existe una “gran insatisfacción con la imagen corporal”. Por ello, “la cultura es la fuente principal del pensamiento común de que un cuerpo más delgado hace que una persona sea más bella” (Zhang, Qian & Fu, 2018).

Para que un comportamiento se pueda considerar “adicción”, cabe destacar la existencia de varios síntomas como la tolerancia, la abstinencia, la falta de control y la ocupación compulsiva que conforman dicha condición (Lichtenstein, Griffiths, Hemmingsen & Støving, 2018). Estos síntomas pueden ser consecuencia de mecanismos fisiológicos que se desencadenan en nuestro organismo y también de procesos psicológicos. Algunos de estos mecanismos fisiológicos pueden estar relacionados con el ejercicio físico que afectan de forma diferente al sistema nervioso provocando lo que conocemos como “adicción al ejercicio físico” (Adams & Kirkby, 2003).

Según Berczik et al., (2014), la necesidad de realizar un alto volumen de ejercicio y una pérdida de control sobre él se conoce como "**adicción al ejercicio**". Además, “la adicción al ejercicio puede afectar de forma negativa a la población respecto a los niveles de salud”

(Márquez & De la Vega, 2015). De la Vega, Parastatidou, Ruiz-Barquin & Szabo (2016) creen que la “adicción al ejercicio” se debe a dos motivos fundamentalmente: “pasión obsesiva” y “dedicación al deporte”, lo cual nos adentra en aspectos psicológicos. También, esta conducta puede verse asociada a “las actitudes alimentarias adoptadas por cada sujeto” (Lichtenstein, Griffiths, Hemmingsen & Støving, 2018).

Un sinónimo de adicción al ejercicio físico puede ser el término “vigorexia”. Dicho término resulta de difícil definición debido a las múltiples acepciones existentes. No obstante, lo más adecuado sería clasificarlo como “dismorfia muscular” en el cual “el sujeto se percibe como débil, flaco o pequeño” (Molina, 2007).

Por otra parte, para saber si un sujeto es adicto al ejercicio físico, es necesario que se utilicen diferentes instrumentos validados clínicamente que confirmen este hábito como puede ser el “EAI” (Márquez & De la Vega, 2015). En cuestionarios de este estilo se deben obtener resultados válidos con los cuales se obtengan diagnósticos positivos o negativos sobre la existencia o no de este hábito. La “metodología Delphi” (Macfarlane, Owens & Cruz, 2016) puede ser un método apropiado para establecer las preguntas de los cuestionarios a realizar a la población para obtener resultados con los cuales configurar un diagnóstico ya que se trata de una técnica novedosa en la actualidad.

Se entiende por **ortorexia** a la “obsesión por la comida sana, hasta un nivel que cabe considerar patológico” (Sánchez & Moreno, 2007). Sin embargo, dicha “patología” aún no está reconocida como un diagnóstico médico en las clasificaciones internacionales (American Psychiatric Association, 2013). Estos síntomas pueden llegar a afectar desde “un porcentaje bajo de la población hasta al 50% de la misma” (Ramacciotti et al., 2011) y “sin tener en cuenta el género” (Brytek-Matera, Donini, Krupa, Poggiogalle & Hay, 2015).

Según Clifford & Blyth (2018), los pacientes con ortorexia pueden llegar a “eliminar grupos enteros de alimentos lo cual puede ocasionarles deficiencias nutricionales, desnutrición y pérdida de peso” pudiendo llegar a “sufrir problemas de salud mental (ansiedad o depresión)” y a “aislarse socialmente debido a sus rígidos patrones de alimentación”. Las características de la ortorexia se centran especialmente en la exclusión de determinados alimentos, centrándose de este modo en la calidad de los alimentos (Bağci, Camur & Güler, 2007). Se diferencia de las prácticas alimentarias sanas y no patológicas por la existencia de pensamientos obsesivos, comportamientos compulsivos e impacto físico, psicológico y social negativo (Almeida, Borba & Santos, 2018).

La ortorexia también tiene relación con la adicción al ejercicio físico, es decir, la “obsesión por comer alimentos saludables” está condicionada en muchas ocasiones por la “idea” de realizar ejercicio físico a una intensidad y frecuencia determinadas con el objetivo de conseguir un cuerpo musculoso o delgado.

Aunque la investigación relacionada con la ortorexia aún está en curso (Vanderycken, 2011), debe considerarse “un tema nuevo y emergente”.

## Material y métodos

### *Sujetos*

La muestra estuvo compuesta por 360 sujetos (hombres y mujeres) en edad adulta de usuarios de centros deportivos de las provincias de Zaragoza y Huesca perteneciente a la Comunidad Autónoma de Aragón. Las edades estuvieron comprendidas entre 18 y 64 años, siendo la media de edad de  $28 \pm 30$  (29,06 años) (*Tabla 1*). Del tamaño de la muestra, tal y como se muestra en la *tabla 2*, 217 (60,1 %) son hombres y 144 (39,9 %) son mujeres (*Tabla 2*). Además, la duración media de minutos por día que estos usuarios practican actividad física es de 90,50 minutos (*Tabla 1*).

Variables sociodemográficas ( <i>Tabla 1</i> )					
	N	Mínimo	Máxim o	Media	DS
Edad	361	18	64	29,06	11,407
Peso (kgs)	361	44	120	69,41	12,553
Talla (cms)	361	148	193	171,42	8,861
Duración (minutos)	361	60	180	90,50	27,382

<b>Variables sociodemográficas (Tabla 2)</b>			
		Frecuencia	Porcentaje
Género	Femenino	144	39,9
	Masculino	217	60,1
	Total	361	100,0

Muchos de los usuarios (142 personas) afirmaron ser diplomados/as, es decir, tener un título universitario, lo cual suponía un 39,3% del tamaño del estudio. Sin embargo, la mayor parte de estos usuarios (51,5%) tenían estudios medios (FP y/o bachillerato), suponiendo de esta manera más de la mitad del tamaño total de la muestra (Tabla 3).

<b>Nivel educativo/Género (Tabla 3)</b>					
		Género			Porcentaje total
		Femenino	Masculino	Total	
Nivel educativo	ESO	8	25	33	9,1
	Bachillerato	68	118	186	51,5
	Diplomado	68	74	142	39,3
Total		144	217	361	100

Por otra parte, la frecuencia de práctica deportiva semanal era diferente respecto al género. No obstante, el mayor porcentaje de frecuencia de práctica de actividad física coincidió en 3 días a la semana (36,3%) seguido de 4 y 2 días, respectivamente (Tabla 4).

Frecuencia (d/sem)/Género (Tabla 4)					
		Género			
		Femenino	Masculino	Total	Porcentaje
		total			
Frecuencia	1	3	1	4	1,1
(d/sem)	2	35	24	59	16,3
	3	52	79	131	36,3
	4	28	54	82	22,7
	5	15	40	55	15,2
	6	6	12	18	5,0
	7	5	7	12	3,3
Total		144	217	361	100

Los centros deportivos de los que se recogieron las muestras fueron 8: Gimnasio Municipal de Cariñena, San José Fitness, AltaFit Zaragoza, Gimnasio del SAD de Huesca, Avant Fitness Club, Holmes Place Zaragoza, Fitness DR y One Fitness.

### *Instrumentos*

Para la obtención de datos, se utilizó un cuestionario que recogía un total de ítems. Éstos, contenían dos tipos de variables: sociológicas (demográficas) y variables relacionadas con las diferentes dimensiones del estudio. Los apartados de las dimensiones del estudio se obtuvieron a partir de seis cuestionarios validados que se presentan a continuación:

- Spanish version of the Body Appreciation Scale (Lobera & Ríos, 2011). Analiza los aspectos positivos de la **imagen corporal**. El análisis llevado a cabo por Lobera & Ríos en 2011 reveló una estructura unifactorial con adecuada consistencia interna (coeficiente alfa de Cronbach=0,908) y validez de constructo.
- Escala de Orientación hacia Cuerpo Delgado y Orientación hacia Cuerpo Musculoso (Granero-Gallegos, Lucas, Sicilia, Medina-Casabón & Alcaraz-Ibáñez, 2018). Mide el deseo que mujeres y hombres presentan hacia el ideal de **cuerpo delgado y musculoso**. Es una adaptación y al español del BCI de Ricciardelli y McCabe (2002), correctamente validado en el estudio realizado por Granero et al en 2018.
- Validación española del “intention to partake in leisure-time physical activity” (Gallegos, Extremera, Quero, Camacho, & Amador, 2014). En el artículo se ha concluido que el instrumento adaptado al español es válido y fiable para desarrollar otros estudios. El cuestionario tiene como objetivo analizar las **intenciones futuras de practicar actividad física**.
- Teruel Orthorexia Scale (Barrada & Roncero, 2018): El objetivo de este estudio fue validar la posibilidad de medir de forma bidimensional la **ortorexia**: saludable y nerviosa. Según Barrada & Roncero (2018), “esta dimensión representa una preocupación patológica con una dieta saludable”.
- Inventario de adicción al ejercicio – EAI: Es una escala utilizada para medir la **adicción al ejercicio** de la población. El objetivo de este estudio fue validar al español el Inventario de Adicción al Ejercicio (EAI) (Alias-García, Ferriz & Moreno-Murcia, 2013)
- Escala de autoestima de Rosenberg-RSE: Se trata de una de las escalas más utilizadas para la medición global de la **autoestima**. En dicho estudio, el objetivo

es aportar nuevos datos sobre la fiabilidad y validez de la EAR en población adulta. (Vázquez-Morejón Jiménez, Jiménez García-Bóveda & Vázquez-Morejón, 2004).

- Cuestionario de valoración de servicios deportivos (EPOD2): mide **la calidad percibida, la satisfacción y valor del servicio deportivo** al que los sujetos están inscritos. Según Nuviala et al. (2013) trata de un cuestionario nuevo diseñado por las limitaciones existentes de otros cuestionarios como NEPTUNO, Q-10, QUESC e ICPAF.

No obstante, de este cuestionario formado por diferentes partes de cada uno de los mencionados anteriormente, en este estudio únicamente se han utilizado las variables de “Imagen corporal”, “Adicción al ejercicio físico”, “Ortorexia” y “Satisfacción al servicio deportivo recibido” debido a que el mismo se encuentra dentro de un proyecto mayor dónde se estudian el resto de variables comentadas.

### *Procedimiento*

Antes de comenzar con la recogida de datos, establecimos conversaciones con los diferentes centros deportivos/gimnasios donde íbamos a desarrollar el muestreo. Para ello, nos pusimos en contacto vía e-mail con estos establecimientos explicándoles el motivo de la investigación y, más concretamente, adjuntamos también una carta online en formato Word donde se explicaba todo lo relacionado con nuestro trabajo con la finalidad de disipar cualquier duda que les pudiera surgir tras la lectura del mensaje. En dicha carta también nos presentábamos como alumnos del grado de Ciencias de la Actividad Física y del Deporte del campus de Huesca de la Universidad de Zaragoza.

Los datos se recogieron en el intervalo temporal del 6 al 14 de febrero de 2019 en los respectivos centros deportivos mencionados con anterioridad mediante la utilización de las tabletas electrónicas de modelo Samsung Galaxy Tab A 10.1.

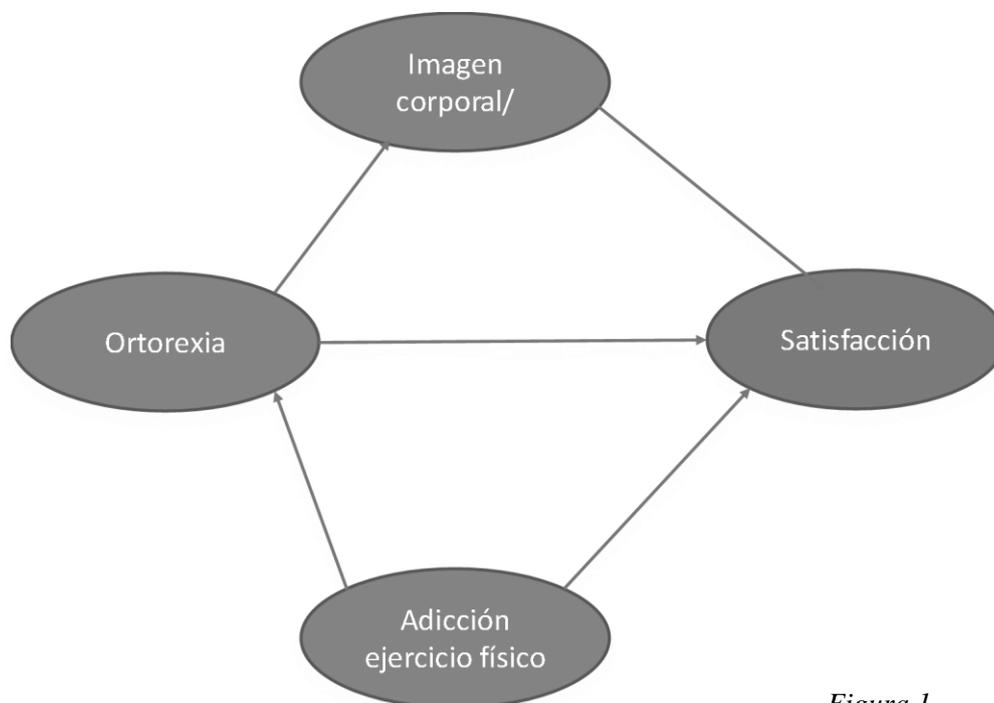
Dentro de estos dispositivos tecnológicos, estaban registrados los cuestionarios a través de la herramienta proporcionada por los docentes. Dicha herramienta puede ser utilizada a través de ordenadores (interfaz web) recibiendo el nombre de “KoBoToolbox” o mediante una aplicación para dispositivos móviles denominada KoBoCollect (Android). Se trata de una misma aplicación con dos interfaces diferenciadas que permite recopilar datos offline relativos a numerosos aspectos. Una vez realizado el cuestionario, tras conectarse a una red de internet los datos se transcribían a una base de datos.

En cada centro deportivo, los datos se recogían a la salida de los usuarios para no interferir en su entrenamiento o rutina diaria. Por centro se encontraba un investigador que llevaba consigo y ponía a disposición de los usuarios 2 tabletas para que procedieran a rellenar los cuestionarios. Además, en alguna ocasión se juntaban dos investigadores por centro para efectuar una recogida de datos de un mayor número de personas. En total, estuvieron cuatro investigadores y, por lo tanto, se utilizaron 8 tabletas que facilitaban el trabajo de campo de los mismos.

Por último, los sujetos rellenaban individualmente y con privacidad los cuestionarios, pudiendo preguntar cualquier tipo de duda que surgiera durante la cumplimentación del mismo al investigador. El tiempo aproximado para rellenar la encuesta oscilaba entre los 5-10 minutos, aunque podía variar en función del sujeto que la cumplimentase.

## *Modelo*

Sobre la base de investigaciones anteriores, se postuló un modelo de mediación que consta de cuatro factores latentes: “Adicción al ejercicio”, “Ortorexia”, “Imagen corporal” y “Satisfacción con el centro deportivo”. El modelo de mediación se muestra, a continuación, en la *figura 1*.



*Figura 1*

## **Análisis de datos**

Antes de empezar a analizar los datos obtenidos en una investigación de estas características, sería conveniente definir la herramienta que hemos utilizado para la recogida de datos: el cuestionario. Según Martín (2004), se trata de “un instrumento utilizado para la recogida de información, diseñado para poder cuantificar y universalizar la información y estandarizar el procedimiento de la entrevista” y cuya finalidad es “conseguir la comparabilidad de la información”. Por ello, utilizaremos técnicas cuantitativas para interpretar los datos obtenidos.

Se analizarán los datos tras ser tabulados y mecanizados informáticamente, mediante el programa informático SPSS 25.0, el cual facilitará la realización de las técnicas estadísticas oportunas para llevar a cabo esta investigación.

En primer lugar, debemos determinar el tipo de datos que nos podemos encontrar durante la investigación con el objetivo de poder establecer las operaciones estadísticas que realizaremos. En esta investigación, hallamos tanto datos cuantitativos que pueden tomar distintos valores ordenados siguiendo una escala establecida entre las diferentes respuestas, como nominales, que permiten establecer relaciones de igualdad/desigualdad entre los sujetos que están rellenando el cuestionario.

Entre los componentes estadísticos que hemos utilizado, la forma de distribución es uno de los más importantes. Esta se calcula de forma directa a través de las frecuencias, que se trata del número de veces que se repite cada valor de la muestra.

Por otra parte, en cuanto a variables cuantitativas el estadístico más utilizado es la media que la obtenemos al sumar todos los números en el conjunto de datos y dividir entre el número de valores en el conjunto de aquello que consideremos oportuno (en nuestro caso de las variables sociodemográficas: edad, peso, talla, etc.).

Otro estadístico que tendremos en cuenta es la comparación de medias. La comparación de medias que vamos a llevar a cabo es entre el grupo denominado “Género” y las variables de la figura 1 mediante la prueba t con el programa SPSS 25.0 mencionado con anterioridad.

Por último, utilizaremos la desviación estándar que indica qué tan dispersos están los datos con respecto a la media. Dicho componente estadístico será utilizado como el resto con el objetivo de establecer relaciones entre el grupo seleccionado y las variables del estudio.

A continuación, se realizó un análisis del modelo que permitiese confirmar las relaciones entre los diferentes constructos con el programa AMOS v.21. Para comprobar el ajuste del modelo se utilizaron varios indicadores. Se utilizaron GFI (Goodness of Fit Index), CFI (Comparative Fix Index), IFI (Incremental Fit Index), AGFI (Adjusted Goodness of Fit Index), RMR (Root mean square residual), RMSEA (Root Mean Square Error of Approximation) y el cociente de Chi-cuadrado partido por los grados de libertad ( $\chi^2 / D.F$ ). Finalmente, se calcularon los coeficientes de regresión estandarizados para las relaciones en el modelo.

## Resultados

En este apartado, se recoge información sobre los resultados obtenidos en la investigación dividiéndolos en dos apartados denominados “Resultados descriptivos” e “Inferencial”.

En cada uno de estos, se distinguen diferentes categorías en relación a las variables que se han decidido escoger para llevar a cabo el estudio.

### *Resultados descriptivos*

*Tabla 7: Resultados mediante la comparación de medias de las variables sociodemográficas*

<b>Variable</b>	<b>Categoría</b>	<b>Media</b>	<b>DS</b>	<b>t</b>	<b>Sig.</b>
Edad	Masculino	28,88	10,794		
	Femenino	29,31	12,308	-,339	,735
	Total	29,09			
Peso (kgs)	Masculino	76,24	9,910		
	Femenino	59,11	8,411	17,059	,000
	Total	67,67			
Talla (cms)	Masculino	176,64	6,304		
	Femenino	163,55	5,826	19,902	,000
	Total	170,09			
Frecuencia (d/sem)	Masculino	3,79	1,228		
	Femenino	3,38	1,317	3,023	,003
	Total	3,58			

En la *tabla 7*, se han analizado algunas de las variables sociodemográficas que recoge el estudio. Se han seleccionado estas variables porque son las más comunes de analizar en investigaciones de estas características y creemos que se pueden sacar conclusiones valiosas. Estas variables son: “Edad”, “Peso” (en kilogramos), “Talla” (altura en centímetros) y “Frecuencia (d/sem) (es decir, los días que los usuarios realizan actividad física en su centro deportivo)”. Se ha seguido el mismo procedimiento mencionado en el apartado anterior (véase “Análisis de datos”) utilizando el programa estadístico SPSS 25.0 con los apartados correspondientes como son la media, la desviación estándar, t y sig.

Respecto a la variable “Edad”, podemos observar que no existen diferencias significativas entre género masculino y género femenino. Por otra parte, en relación a las otras tres variables analizadas (“Peso”, “Talla” y “Frecuencia”) podemos afirmar que sí existen diferencias significativas si lo comparamos con el género en las tres debido a los valores que nos aporta la última columna de la tabla.

De esta manera, podemos concluir que la variable “edad” podemos descartarla respecto a las otras tres restantes debido a que se trata de una variable que no va a modificar en exceso los resultados del estudio. En cambio, las variables “peso”, “talla” y “frecuencia” son aspectos a tener en cuenta en la investigación ya que podrían modificar los resultados de la misma si los comparásemos con otras categorías que no fueran la analizada.

Tabla 8: Resultados mediante la comparación de medias de las variables del estudio 1.

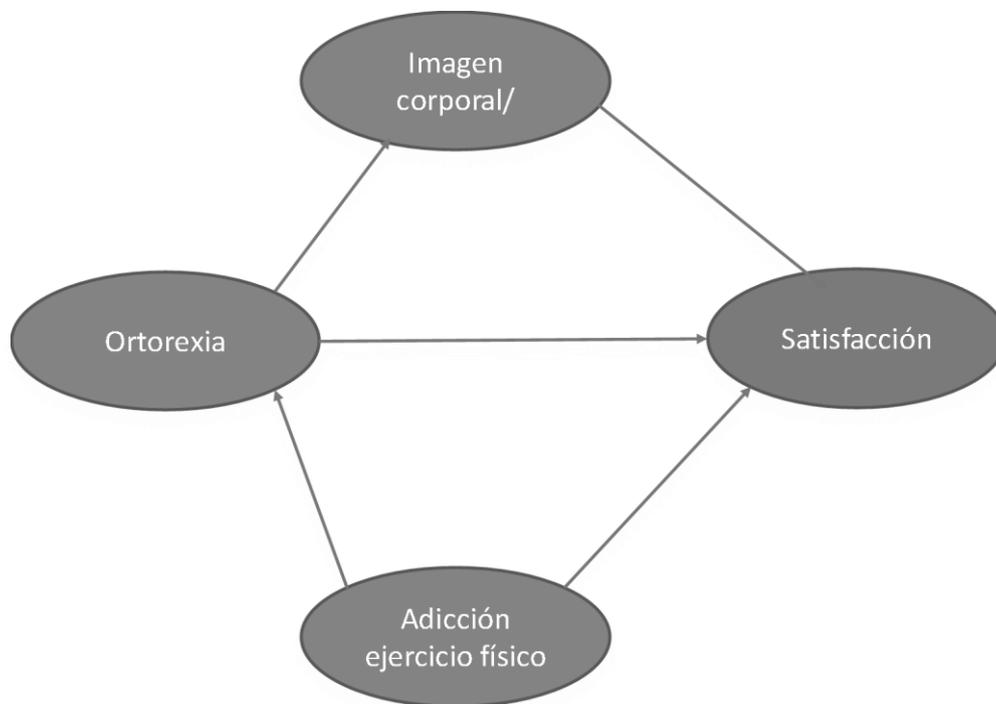
Variable	Categoría		Media	DS	t	Sig.
Ortorexia	Masculino	217	3,0968	,61225		
	Femenino	144	3,1111	,62423		
	Total	361	3,1040		-,216	,829
Imagen corporal	Masculino	217	3,7182	,55831		
	Femenino	144	3,6118	,52327	1,817	0,70
	Total	361	3,665			
Adicción al ejercicio	Masculino	217	3,1579	,84835		
	Femenino	144	3,1079	,90032	,535	,593
	Total	361	3,1329			
Satisfacción al servicio deportivo recibido	Masculino	217	4,2251	,71745		
	Femenino	144	4,3363	,72085	-1,439	,151
	Total	361	4,2807			

En la *tabla 8*, se han analizado las variables del estudio 1. Estas variables son las que aparecen en la figura 1: Ortorexia, Imagen corporal, Adicción al ejercicio y Satisfacción. Se ha seguido el mismo procedimiento que en la tabla anterior utilizando el programa estadístico SPSS 25.0 con los apartados correspondientes como son la media, la desviación estándar, t y sig. Aquí, se han comparado medias entre el género y las variables que abarca nuestro estudio.

Analizando a fondo la tabla podemos observar que en ninguna de las variables expuestas se aprecian diferencias significativas en relación a la categoría “género” debido a los valores que nos ofrecen las columnas de este cuadro.

### *Inferencial*

El modelo teórico hipotetizado, compuesto por 4 constructos (Figura 1), obtuvo unos índices de ajuste correctos (GFI = .932; CFI = .918; IFI = .919; AGFI = .903; RMR = .55; RMSEA = .59;  $\chi^2 / gl = 2.271$ ).



*Figura 1. Modelo que relaciona adicción al ejercicio, ortorexia, imagen corporal y satisfacción con el centro deportivo.*

Los datos de la tabla 9 muestran que el constructo o variable “Adicción al ejercicio (EAI)” se relaciona con la “Ortorexia (TOS)” y la “Satisfacción al servicio deportivo recibido (4)”. La variable “Ortorexia (TOS)” se relaciona con la variable “Imagen corporal (BAS). Por otra parte, la “Imagen corporal (BAS)” y la “Ortorexia (TOS) no tiene relación directa con la variable “Satisfacción al servicio deportivo recibido (4)”.

			Beta	P
Ortorexia (TOS)	<---	Adicción al ejercicio (EAI)	.342	***
Imagen Corporal (BAS)	<---	Ortorexia (TOS)	.510	.011
Satisfacción (4)	<---	Imagen Corporal (BAS)	.071	.234
Satisfacción (4)	<---	Ortorexia (TOS)	.098	.226
Satisfacción (4)	<---	Adicción al ejercicio (EAI)	.322	***

*Tabla 9. Coeficientes de regresión estandarizados y nivel de significación del modelo que relaciona la adicción al ejercicio, ortorexia, imagen corporal y satisfacción con el centro deportivo.*

## Discusión

Una parte de nuestros resultados demuestran que la frecuencia (días/semana que se hace ejercicio físico) es una variable a tener en cuenta a la hora de realizar este tipo de investigaciones ya que puede modificar los resultados de las mismas tal y como proponen Eriksson, Baigi, Marklund & Lindgren (2008) donde establecen que “la frecuencia del ejercicio podría explicar la variación en los resultados de su investigación”.

Esta conclusión obtenida por estos autores, sugiere que debemos tener en cuenta las diferentes variables sociodemográficas que analicemos en nuestros estudios debido a la posible influencia que éstas pueden llegar a tener en las investigaciones. Sin embargo, creemos que es necesario realizar un mayor número de estudios de la misma o similar naturaleza del llevado a cabo por nosotros para poder establecer algún tipo de conclusión respecto a las otras dos variables sociodemográficas mencionadas en nuestros hallazgos ya que no disponemos de artículos en los cuales corroborarlos.

Nuestro trabajo sugiere que cualquiera de las variables puede ser estudiada independientemente del género de cada persona, resultado similar al obtenido en los estudios realizados por Brytek-Matera, Donini, Krupa, Poggiogalle, & Hay, 2015; Brytek-Matera, Fonte, Poggiogalle, Donini, & Cena, 2017; MODOIO et al., 2011; Dunaev, Markey & Brochu, 2018; Gonzalez-Carcelen, Lopez-Sanchez, Sanchez-Garcia, Ibanez Ortega, & Diaz Suarez, 2018; Murray & Howat, 2002. Esto puede explicarse debido a que, en sus investigaciones, se han centrado prioritariamente en el constructo del que querían obtener conclusiones más que en la variable sociodemográfica utilizada (este caso, el género), la cual quizás solo era empleada para establecer relaciones entre los dos tipos de variables.

Respecto al tercer descubrimiento obtenido durante la investigación, obtuvimos que la adicción al ejercicio se trata de la variable que mayor relación directa presenta con otros constructos como la ortorexia y la satisfacción al servicio deportivo recibido. Por una parte, respecto a la relación establecida entre la adicción al ejercicio y la ortorexia podemos deducir que ambas variables pueden conllevar consecuencias negativas en los sujetos debido a la obsesión que éstas producen en relación a la práctica de actividad física.

De esta manera, nuestro resultado coincide con lo descubierto por Rudolph (2018) quien determina que “la adicción al ejercicio y la ortorexia pueden conducir a un comportamiento patológico en los practicantes de fitness, demostrando que se tratan de dos fenómenos muy graves y que requieren de una mayor investigación”. Por lo tanto, en base a lo mencionado por Rudolph (2018) sobre la idea de que los entrenadores en los clubes de fitness deben ser conscientes de que los miembros pueden estar en riesgo de estos fenómenos, podemos añadir que, además de ser conscientes de este posible peligro en los usuarios de los respectivos centros deportivos, deben tener la obligación ética, moral y profesional de informar a sus clientes desde el primer momento que observen algún posible síntoma para así evitar esta situación. Además, esta idea se ve corroborada en la investigación realizada por Segura-García et al. (2012) quienes indican que “los entrenadores deben considerar importante detectar los síntomas de la ortorexia en sus atletas”. No obstante, siguen siendo necesarias un mayor número de investigaciones para caracterizar estos tipos de trastornos y, de esta manera, deducir antes y con mayor seguridad los síntomas de los mismos (Rudolph, 2018; Segura-García et al., 2012).

Por otra parte, estos resultados demuestran que la satisfacción al servicio deportivo recibido por cada sujeto puede ser una causa o uno de los motivos por los que surge la adicción al ejercicio en las personas, de tal manera que, cuanta más satisfacción

encuentren los deportistas con sus instalaciones y servicios deportivos, mayor motivación por realizar actividad física puede llegar a crear en ellos mismos, lo cual se ve reflejado en un probable incremento sobre la futura intención por hacer deporte.

Por ello, nuestros resultados son similares a los encontrados por Murray & Howat (2002) donde establecen que “la satisfacción es un antecedente sólido de las futuras intenciones de los clientes en un contexto deportivo y de ocio”, afirmación o conclusión que confirma nuestra deducción. Esta afirmación se ve corroborada por el estudio llevado a cabo por Nuviala, Grao-Cruces, Pérez-Turpin & Nuviala (2012) que comentan que la satisfacción al servicio deportivo recibido dependen principalmente de las actividades propuestas en cada centro deportivo o gimnasio. Es decir, para que la satisfacción respecto al servicio deportivo recibido sea más elevada en los usuarios, es recomendable que en las instalaciones deportivas se realicen modificaciones a la hora de programar las actividades que se ofertan.

Además, nuestros resultados demuestran que entre la ortorexia y la imagen corporal existe una relación directa. Este descubrimiento es similar a lo encontrado por Barnes & Caltabiano (2017) donde establecen que la ortorexia comparte similitudes con la anorexia y la bulimia con respecto a las actitudes de la imagen corporal. Esto puede ser debido a que la ortorexia se trata de un trastorno alimenticio que puede conllevar consigo a una modificación de la imagen corporal de cada persona al padecer este tipo de dificultad a la hora de consumir según qué tipo de alimentos concluyendo, en los más extremos de los casos, en algunos de los otros trastornos mencionados con anterioridad como pueden ser la anorexia o la bulimia influyendo en la personalidad y estado de salud de cada sujeto lo cual es perjudicial para él mismo.

Estos trastornos, asociados con cambios en la percepción de la imagen corporal y, por lo tanto, que pueden conllevar a una adicción negativa al ejercicio, deben ser estudiados mediante nuevas investigaciones que ayuden a obtener mayor información sobre ello (Modoio et al., 2011). La necesidad de llevar a cabo este tipo de estudios es crucial debido a que si no se realizan, “la adicción al ejercicio puede conllevar consigo a niveles más elevados de insatisfacción corporal” (Lichtenstein, Griffiths, Hemmingsen & Støving, 2018) provocando que, trastornos como la anorexia o bulimia nerviosa o similares a los mencionados anteriormente, se incrementen de manera negativa en los sujetos.

Cabe destacar que en el estudio realizado por Brytek-Matera, Donini, Krupa, Poggiogalle, & Hay (2015) no hubo diferencias estadísticamente significativas en los niveles de comportamientos de ortorexia entre mujeres y hombres respecto a su imagen corporal. Este hecho confirma lo mencionado con anterioridad al principio de este apartado sobre que cualquier variable del estudio puede ser investigada independientemente de la variable sociodemográfica conocida como género.

Como último hallazgo, encontramos que no existe relación entre la imagen corporal y la ortorexia con la satisfacción al servicio deportivo recibido. Esta afirmación hace que nos planteemos la posibilidad de realizar nuevos estudios sobre estos tres constructos que certifiquen esta conclusión que hemos obtenido a partir del análisis de datos realizado anteriormente y, de este modo, encontrar una explicación válida a este hecho que hemos alcanzado en nuestra investigación.

## Conclusiones

1. Los métodos de campo en este estudio han demostrado ser adecuados para la obtención de los resultados de algunas de las variables que constituyen la imagen corporal consiguiendo conclusiones tanto nuevas como similares a las obtenidas en otras investigaciones.
2. Destacar que algunas de las variables sociodemográficas recogidas pueden ser obviadas ya que no son significativas a la hora de analizar los resultados. Del mismo modo, se planteó la posibilidad de que existieran resultados diferentes entre hombres y mujeres, lo cual no influyó en nuestro estudio.
3. Respecto a las variables analizadas que conforman la imagen corporal, cabe recalcar que la “Adicción al ejercicio” es aquella que presenta mayor relación con variables como la “Ortorexia” y la “Satisfacción al servicio deportivo recibido” obteniendo un nivel de significancia óptimo para ser investigado. De esta conclusión, podemos concluir que, tanto la variable “Adicción al ejercicio” como la “Ortorexia”, pueden producir en el sujeto una obsesión negativa por realizar actividad física. De esta manera, los entrenadores deben ser quienes detecten estos trastornos en sus centros deportivos para modificar este hecho. Asimismo, es obligación del entrenador o monitor que el sujeto encuentre la mayor satisfacción posible respecto al servicio deportivo recibido lo cual motivará al deportista a realizar más actividad física.
4. Subrayar que la variable “Ortorexia” presenta una relación directa con la variable “Imagen corporal”, mientras que, por otra parte, no existe relación entre estos dos constructos y la “Satisfacción al servicio deportivo recibido”.

## Bibliografía

- Adams, J., & Kirkby, R. J. (2003). El exceso de ejercicio como adicción: una revisión. *Revista de toxicomanías*, 34, 10-22.
- American Psychiatric Association. (2013). Diagnostic and statistical manual of mental disorders (5th ed.). Arlington, VA: American Psychiatric Association.
- Alías-García, A., Ferriz, R., & Moreno-Murcia, J. A. (2013). Spanish adaptation and validation of the Exercise Addiction Inventory (EAI). *Psicothema*, 25(3), 377-383.
- Almeida, C., Borba, V. V., & Santos, L. (2018). Orthorexia nervosa in a sample of Portuguese fitness participants. *Eating and Weight Disorders-Studies on Anorexia, Bulimia and Obesity*, 23(4), 443-451.
- Bağcı, A. T., Camur, D., & Güler, C. (2007). Prevalence of orthorexia nervosa in resident medical doctors in the faculty of medicine (Ankara, Turkey). *Appetite*, 49(3), 661-666. doi: 10.1016/j.appet.2007.04.007.
- Barnes, M. A., & Caltabiano, M. L. (2017). The interrelationship between orthorexia nervosa, perfectionism, body image and attachment style. *Eating and Weight Disorders-Studies on Anorexia, Bulimia and Obesity*, 22(1), 177-184.
- Barrada, J. R., & Roncero, M. (2018). Bidimensional structure of the orthorexia: Development and initial validation of a new instrument. *Anales De Psicología/Annals of Psychology*, 34(2), 283-291.
- Berczik, K., Griffiths, M. D., Szabo, A., Kurimay, T., Kokonyei, G., Urbán, R., & Demetrovics, Z. (2014). Exercise addiction – The emergence of a new disorder. *Australasian Epidemiologist*, 21(2), 36–40.

- Brytek-Matera, A., Donini, L. M., Krupa, M., Poggiogalle, E., & Hay, P. (2015). Orthorexia nervosa and self-attitudinal aspects of body image in female and male university students. *J Eat Disord*, 3(1), 2. doi: 10.1186/s40337-015-0038-2.
- Brytek-Matera, A., Fonte, M. L., Poggiogalle, E., Donini, L. M., & Cena, H. (2017). Orthorexia nervosa: relationship with obsessive-compulsive symptoms, disordered eating patterns and body uneasiness among Italian university students. *Eating and Weight Disorders-Studies on Anorexia, Bulimia and Obesity*, 22(4), 609-617.
- Cangur, S., Yaman, C., Ercan, I., Yaman, M., & Tok, S. (2017). The relationship of anthropometric measurements with psychological criteria in female athletes. *Psychology, health & medicine*, 22(3), 325-331.
- Clifford, T., & Blyth, C. (2018). A pilot study comparing the prevalence of orthorexia nervosa in regular students and those in University sports teams. *Eating and Weight Disorders-Studies on Anorexia, Bulimia and Obesity*, 1-8.
- De La Vega, R., Parastatidou, I. S., Ruiz-Barquin, R., & Szabo, A. (2016). Exercise addiction in athletes and leisure exercisers: the moderating role of passion. *Journal of behavioral addictions*, 5(2), 325-331.
- Dunaev, J., Markey, C. H., & Brochu, P. M. (2018). An attitude of gratitude: The effects of body-focused gratitude on weight bias internalization and body image. *Body image*, 25, 9-13.
- Eriksson, L., Baigi, A., Marklund, B., & Lindgren, E. C. (2008). Social physique anxiety and sociocultural attitudes toward appearance impact on orthorexia test in fitness participants. *Scandinavian journal of medicine & science in sports*, 18(3), 389-394.

- Granero-Gallegos, A., Lucas, J. M. A., Sicilia, Á., Medina-Casaubón, J., & Alcaraz-Ibáñez, M. (2018). Análisis de los estereotipos socioculturales hacia cuerpo delgado y cuerpo musculoso: diferencias en función del sexo y discrepancia con el peso. *Revista de Psicodidáctica*, 23(1), 26-32.
- Gallegos, A. G., Extremera, A. B., Quero, F. J. P., Camacho, M. D. M. O., & Amador, C. B. (2014). Validación española del «intention to partake in leisure-time physical activity». *Retos: nuevas tendencias en educación física, deporte y recreación*, (26), 40-45.
- Gonzalez-Carcelen, C. M., Lopez-Sanchez, G. F., Sanchez-Garcia, C., Ibanez Ortega, E. J., & Diaz Suarez, A. (2018). Body composition and body image of Sport Sciences students. *SPORTIS-SCIENTIFIC TECHNICAL JOURNAL OF SCHOOL SPORT PHYSICAL EDUCATION AND PSYCHOMOTRICITY*, 4(3), 411-425.
- Grajera, M. J. A., Quiñones, I. T., & Bento, M. S. D. (2018). Percepción de la imagen corporal de los adolescentes de Huelva atendiendo al género ya la edad. *Retos: nuevas tendencias en educación física, deporte y recreación*, (34), 40-43.
- Hayes, J. F., Giles, G. E., Mahoney, C. R., & Kanarek, R. B. (2018). Breakfast food health and acute exercise: Effects on state body image. *Eating behaviors*, 30, 22-27.
- Hoffmann, S., & Warschburger, P. (2018). Patterns of body image concerns in adolescence and early adulthood: A latent profile analysis. *Eating behaviors*, 29, 28-34.
- Lichtenstein, M. B., Griffiths, M. D., Hemmingsen, S. D., & Støving, R. K. (2018). Exercise addiction in adolescents and emerging adults—Validation of a youth

version of the Exercise Addiction Inventory. *Journal of behavioral addictions*, 7(1), 117-125.

- Lobera, I. J., & Ríos, P. B. (2011). Spanish version of the Body Appreciation Scale (BAS) for adolescents. *The Spanish journal of psychology*, 14(1), 411-420.
- Macfarlane, L., Owens, G., & Cruz, B. D. P. (2016). Identifying the features of an exercise addiction: A Delphi study. *Journal of behavioral addictions*, 5(3), 474-484.
- Márquez, S., & De La Vega, R. (2015). La adicción al ejercicio: un trastorno emergente de la conducta. *Nutricion hospitalaria*, 31(6), 2384-2391.
- Martín, M. C. (2004). Diseño y validación de cuestionarios. *Matronas profesión*, 5(17), 23-29.
- Miñano, M. J. C., García, E. F., & Galiano, M. I. R. (2006). Imagen Corporal y práctica de actividad física en las chicas adolescentes: Incidencia de la modalidad deportiva.(Body image and physical sport practice in adolescent girls: Analysis of the sport type.). *RICYDE. Revista Internacional de Ciencias del Deporte*. doi: 10.5232/ricyde, 2(3), 1-19.
- Modoio, V. B., Antunes, H. K. M., Gimenez, P. R. B. D., Santiago, M. L. D. M., Tufik, S., & Mello, M. T. D. (2011). Negative addiction to exercise: are there differences between genders?. *Clinics*, 66(2), 255-260.
- Molina, J. M. R. (2007). Vigorexia: adicción, obsesión o dismorfia; un intento de aproximación. *Salud y drogas*, 7(2), 289-308.
- Murray, D., & Howat, G. (2002). The relationships among service quality, value, satisfaction, and future intentions of customers at an Australian sports and leisure centre. *Sport Management Review*, 5(1), 25-43.

- Nuviala, A., Grao-Cruces, A., Pérez-Turpin, J. A., & Nuviala, R. (2012). PERCEIVED SERVICE QUALITY, PERCEIVED VALUE AND SATISFACTION IN GROUPS OF USERS OF SPORTS ORGANIZATIONS IN SPAIN. *Kinesiology*, 44(1).
- Nuviala, A., Grao-Cruces, A., Tamayo, J. A., Nuviala, R., Álvarez, J., & Fernández-Martínez, A. (2013). Diseño y análisis del cuestionario de valoración de servicios deportivos (EPOD2).
- Ramacciotti, C. E., Perrone, P., Coli, E., Burgalassi, A., Conversano, C., Massimetti, G., & Dell'Osso, L. (2011). Orthorexia nervosa in the general population: a preliminary screening using a self-administered questionnaire (ORTO-15). *Eat Weight Disord*, 16(2), e127-130.
- Raich, R. M. (2004). Una perspectiva desde la psicología de la salud de la imagen corporal. *Avances en Psicología latinoamericana*, 22(1), 15-27.
- Rudolph, S. (2018). The connection between exercise addiction and orthorexia nervosa in German fitness sports. *Eating and Weight Disorders-Studies on Anorexia, Bulimia and Obesity*, 23(5), 581-586.
- Salaberria, K., Rodríguez, S., & Cruz, S. (2007). Percepción de la imagen corporal. *Osasunaz*, 8(2), 171-183.
- Sánchez, R. M., & Moreno, A. M. (2007). Ortorexia y vigorexia: ¿Nuevos trastornos de la conducta alimentaria?. *Trastornos de la conducta alimentaria*, (5), 457-482.
- Segura-García, C., Papaianni, M. C., Caglioti, F., Procopio, L., Nisticò, C. G., Bombardiere, L.,... & Capranica, L. (2012). Orthorexia nervosa: a frequent eating disordered behavior in athletes. *Eating and Weight Disorders-Studies on Anorexia, Bulimia and Obesity*, 17(4), e226-e233.

- Vanderycken, W. (2011). Media hype, diagnostic fad or genuine disorder? Professionals' opinions about night eating syndrome, orthorexia, muscle dysmorphia, and emetophobia. *Eating Disorders: The Journal of Treatment & Prevention*, 19(2), 145-155.
- Vázquez-Morejón Jiménez, R., Jiménez García-Bóveda, R., & Vázquez Morejón, A. J. (2004). Escala de autoestima de Rosenberg: fiabilidad y validez en población clínica española. *Apuntes de Psicología*, 22 (2), 247-255.
- Zhang, L., Qian, H., & Fu, H. (2018). To be thin but not healthy-The body-image dilemma may affect health among female university students in China. *PLoS one*, 13(10), e0205282.

## **Anexos**

### *Anexo 1. Carta de presentación a los centros deportivos.*

Estimado director/a de Centro Deportivo/Gimnasio:

Somos Alberto Sarmiento y Mario Rodríguez, alumnos de cuarto curso del grado de Ciencias de la Actividad Física y el Deporte de la Universidad de Zaragoza.

Este año estamos elaborando la asignatura denominada “Trabajo Fin de Grado”. Nuestro TFG consiste en realizar un estudio sobre la relación de la imagen corporal y el cuerpo delgado-musculoso con las intenciones de práctica deportiva en población adulta de centros deportivos y gimnasios.

Este estudio consta de una investigación que desarrollaremos junto a nuestro profesor y tutor de dicha asignatura Víctor Murillo y en colaboración con diferentes universidades de nuestro país: Universidad de Almería, Universidad de Cádiz y Universidad Pablo Olavide de Sevilla.

Para poder llevarlo a cabo, compararemos una serie de variables como son: variables demográficas (edad, género, talla, peso, estudios...), imagen corporal, autoestima, cuerpo delgado/musculoso, adicción al ejercicio físico, ortorexia, satisfacción con el centro deportivo e intención de seguir practicando actividad física.

Además, para la comparación y análisis de lo mencionado en el párrafo anterior, procederemos a una recogida de datos mediante la utilización de un cuestionario de 65 preguntas correctamente validado. Este cuestionario se va a implantar de la siguiente forma:

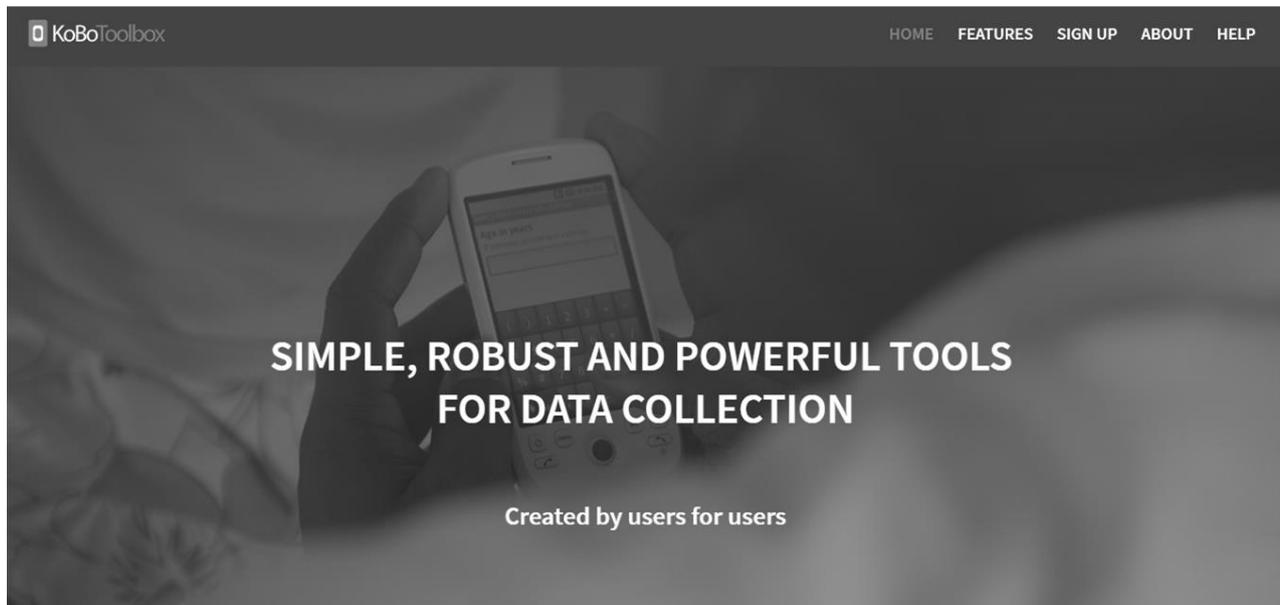
- En centros y gimnasios deportivos mediante la utilización de tablets.
- Totalmente voluntario para los usuarios de vuestros centros deportivos o gimnasios, y sin interrumpir sus entrenamientos o clases.
- Con el programa electrónico offline Kobototools que contiene nuestro cuestionario.
- En tres períodos de tiempo: Enero, Abril y Septiembre.

Por ello, os pedimos, si no es molestia, vuestra colaboración y ayuda para que esta investigación y nuestro TFG pueda salir adelante.

Recibid un cordial saludo,

Alberto y Mario.

## Anexo 2. Herramienta de recogida de datos “Kobotoolbox”.



The image shows the KoBoToolbox web application interface. At the top left is the KoBoToolbox logo. To its right is a breadcrumb trail: "La imagen corporal y su relación con la calidad percibida del servicio y las intenciones futuras de práctica de AF en población ad..." followed by "339 entradas de datos". Below the breadcrumb is a navigation bar with tabs: RESUMEN (selected), FORMULARIO, DATOS, and CONFIGURACIÓN. On the left side is a sidebar menu with icons and labels: "NUEVO", "Implementado 2", "Borrador 0", and "Archivado 0". The main content area is divided into sections: "Descripción" with a table of project details, a text description, and "Entradas de datos" with filters for "Últimos 7 días" and "Últimos 31 días". On the right side is a "Enlaces rápidos" (Quick links) section with buttons for "Recolectar datos", "Share project", "Editar formulario", and "Previsualizar formulario". Below that is a "Datos" section with buttons for "Reportes", "Tabla", "Galería", and "Descargas".

Descripción	
Pais del proyecto	Sector
Spain	Artes, Entretenimiento, y Recreación

Se va observar la influencia que puede llegar a tener la imagen corporal y la percepción propia de las personas de cuerpo delgado o musculoso, en sus intenciones futuras para realizar AF. Por otro lado, se comprobará si existe relación con variables cómo la calidad o la satisfacción percibida de las AF que realizan habitualmente. La población de estudio serán personas adultas que realizan AF en centros deportivos. Para la recogida de datos se utilizarán cuestionarios validados. Los datos se analizarán a través de correlaciones estadísticas para obtener resultados. Estos resultados se compararán con los recogidos por otros estudios para establecer comparaciones y aportaciones.

Entradas de datos

Últimos 7 días   Últimos 31 días

Enlaces rápidos

- Recolectar datos
- Share project
- Editar formulario
- Previsualizar formulario

Datos

- Reportes
- Tabla
- Galería
- Descargas

