

PS
403/0876





**CARACTERÍSTICAS DE PERSONALIDAD E IDEAS IRRACIONALES DE LOS
ADOLESCENTES ENTRE 14 Y 20 AÑOS DE EDAD CON BULIMIA Y
OBESIDAD QUE ASISTEN AL CENTRO OVEREATERS ANONYMOUS DE LA
CIUDAD DE BARRANQUILLA**

UNIVERSIDAD SIMON BOLIVAR
BIBLIOTECA
BARRANQUILLA

No INVENTARIO 4030876

PRECIO _____

FECHA 01-11-2008

CANJE _____

**CARACTERÍSTICAS DE PERSONALIDAD E IDEAS IRRACIONALES DE LOS
ADOLESCENTES ENTRE 14 Y 20 AÑOS DE EDAD CON BULIMIA Y
OBESIDAD QUE ASISTEN AL CENTRO OVEREATERS ANONYMOUS DE LA
CIUDAD DE BARRANQUILLA**

**BELKYŚ GUERRERO ESCOBAR
ROSALIM NARVÁEZ ACOSTA
KARELYS ORTIZ ARREDONDO
DIANA SANTAMARÍA MORENO**

**CORPORACIÓN EDUCATIVA MAYOR DEL DESARROLLO SIMÓN BOLÍVAR
UNIDAD ACADÉMICA DE PSICOLOGÍA
BARRANQUILLA**

2002

**CARACTERÍSTICAS DE PERSONALIDAD E IDEAS IRRACIONALES DE LOS
ADOLESCENTES ENTRE 14 Y 20 AÑOS DE EDAD CON BULIMIA Y
OBESIDAD QUE ASISTEN AL CENTRO OVEREATERS ANONYMOUS DE LA
CIUDAD DE BARRANQUILLA**

**BELKYS GUERRERO ESCOBAR
ROSALIM NARVÁEZ ACOSTA
KARELYS ORTIZ ARREDONDO
DIANA SANTAMARÍA MORENO**

Informe final presentado al Comité de Investigación de la Unidad Académica de
Psicología.

**CORPORACIÓN EDUCATIVA MAYOR DEL DESARROLLO SIMÓN BOLÍVAR
UNIDAD ACADÉMICA DE PSICOLOGÍA
BARRANQUILLA**

2002

NOTA DE ACEPTACIÓN

Jurado

Jurado

Jurado

Barranquilla, Diciembre de 2002

Barranquilla, 10 de diciembre de 2002

Señores
COMITÉ ACADÉMICO DE PSICOLOGÍA
Corporación Educativa Mayor del Desarrollo Simón Bolívar
La ciudad

Yo **LIZETH REYES**, identificada con la cédula de ciudadanía número 32.759.419 de Barranquilla, presenta ante el Comité de Investigación el Informe Final de la cual fui asesora y cuyo título es: "**CARACTERÍSTICAS DE PERSONALIDAD Y CREENCIAS IRRACIONALES EN ADOLESCENTES CON TRASTORNOS DE OBESIDAD Y BULIMIA ENTRE 14 Y 20 AÑOS QUE ASISTEN AL CENTRO OVEREATERS ANONIMOUS DE LA CIUDAD DE BARRANQUILLA**", y cuyos autores son los estudiantes: ROSALIM NARVÁEZ, KARELIS ORTIZ, DIANA SANTAMARÍA, BELKYS GUERRERO.

Atentamente,

VoBo



LIZETH REYES
Asesora

A Dios por acompañarme en todos los momentos y llenarme de fuerzas y optimismo.

A mi mamá por su apoyo y amor incondicional que me brindó a lo largo de este informe de investigación.

A mis compañeras por comprenderme, por su dedicación y empeño

Bethys

A Dios por iluminarme, y darme fuerza para obtener este logro y salir adelante y superar las dificultades

A mis padres por su constante apoyo y comprensión.

A mis hermanos por darme fortaleza para seguir adelante.

Rosalim

A Dios por iluminar mi camino y por darme
fortaleza

A mis padres por su apoyo incondicional

A mis hermanos por colaboración y
motivación

Karelys

A Dios por brindarme esta experiencia tan maravillosa en mi vida de lo cual estoy segura crecí personal y profesionalmente.

A mis padres y hermanos por confiar en mí y brindarme su apoyo incondicional a lo largo de mi carrera.

A mi novio por haberme apoyado en mi carrera y por su valiosa comprensión.

A mis compañeros con los cuales comencé mi carrera y con los que conté en la elaboración de esta tesis.

Diana

AGRADECIMIENTOS



Mediante las siguientes palabras, las autoras de la presente investigación, queremos expresar nuestros más grandes y sinceros agradecimientos a:

Dra, LISETH REYES, por su asesoría y apoyo incondicional para la realización de la investigación.

A los Docentes Victor Ovalle y Patricia Ruiz por brindarnos sus conocimientos y encaminarnos hacia la investigación a lo largo de nuestra carrera.

Al Centro Overeaters Anonymous por permitirnos indagar en su institución, para llevar a cabo esta investigación.

A todos ellos gracias

Belkys, Rosalim, Karelys y Diana

CONTENIDO

	Pág
INTRODUCCIÓN	
2. DESCRIPCIÓN Y FORMULACIÓN DEL PROBLEMA	19
3. JUSTIFICACIÓN	21
4. OBJETIVOS	24
4.1. OBJETIVO GENERAL	24
4.2. OBJETIVOS ESPECÍFICOS	24
5. MARCO TEÓRICO	26
5.1. ADOLESCENCIA	26
5.1.1. Cambios físicos	27
5.1.2. Cambios fisiológicos	27
5.1.3. Cambios emocionales	28
5.2. TRASTORNOS ALIMENTICIOS: BULIMIA	28
5.2.1. Criterio de diagnóstico (C 10)	30
5.2.2. Tipos de bulimia nerviosa	31
5.2.3. Síntomas de la bulimia	31
5.2.4. Síntomas físicos	32
5.2.5. Síntomas mentales y emocionales	33
5.2.6. Tratamiento de la bulimia nerviosa	33
5.2.7. Causas de la bulimia nerviosa	33
5.3. OBESIDAD	34
5.3.1. Tipos de obesidad	36
5.3.1.1. Obesidad endógena	36
5.3.1.2. Obesidad exógena	36

5.3.2. Causas	36
5.3.2.1. Factores genéticos	36
5.3.2.2. Factores sociales	37
5.3.2.3. Factores endocrinos y metabólicos	37
5.3.2.4. Factores Psicológicos	38
5.3.3. Síntomas y signos	39
5.3.4. Diagnóstico	40
5.3.5. Complicaciones	40
5.3.6. Pronostico y tratamiento	41
5.4. PERSONALIDAD	43
5.4.1. Definición	43
5.4.2. Determinante de la personalidad	47
5.4.2.1. Determinantes biológicos en el desarrollo de la personalidad	48
5.4.2.1.1 Constitución física y temperamento	48
5.4.2.1.2. Determinación del papel de la herencia en la personalidad	54
5.4.2.1.3. Genética de la conducta	55
5.4.2.1.4. Posiciones actuales sobre el temperamento	56
5.4.2.2. Determinantes sociales en el desarrollo de la personalidad	58
5.4.2.2.1. Ambiente físico	59
5.4.2.2.2. Ambiente social	60
5.4.2.2.3. Rol de la cultura	61
5.4.2.2.4. Proceso de socialización	62
5.4.2.2.5. Controversia, cultura/persona	63
5.4.2.2.6. Cultura y personalidad	64
5.4.3 Trastornos a la personalidad asociados a la bulimia	70
5.4.3.1. Trastorno de la personalidad evitativa	70
5.4.3.2. Trastorno de la personalidad narcista	72
5.4.4. Descripción de Los Factores	72
5.5. IDEAS IRRACIONALES	78
5.5.1. Creencias Irracionales	90

6. DEFINICION DE VARIABLES	92
6.1. DEFINICION CONCEPTUAL	92
6.1.1. Personalidad	92
6.1.2. Ideas irracionales	92
6.2. DEFINICION OPERACIONAL	93
7. CONTROL DE VARIABLES	95
7.1. VARIABLES CONTROLADAS	95
7.2. VARIABLES NO CONTROLADAS	95
8. METODOLOGÍA	96
8.1. PARADIGMA	96
8.2. TIPO DE INVESTIGACIÓN	96
8.3. POBLACIÓN	97
8.4. MUESTRA	97
8.5. TÉCNICAS E INSTRUMENTOS	98
8.6. PROCEDIMIENTO	114
9. RESULTADOS	116
10. CONCLUSIONES	126
11. DISCUSIONES Y RECOMENDACIONES	129
BIBLIOGRAFÍA	131
ANEXOS	

LISTA DE ANEXO

	Pág
Anexo A: TEST 16PF	138
Anexo B: HOJA DE RESPUESTA	148
Anexo C: TEST IBT	150

LISTA DE TABLAS

	Pág
Tabla 1. DE LOS FACTORES PRIMARIOS USADOS EN EL 16 PF	44, 107
Tabla 2. DESCRIPCIÓN DE LOS FACTORES DE SEGUNDO ORDEN DEL CUESTIONARIO 16PF	47, 109
Tabla 3. PUNTUACIÓN MEDIAS Y DESVIACIONES ESTANDARDS EN LA POBLACIÓN NORMAL Y EN PACIENTE PARA CADA UNO DE LOS CUESTIONARIOS	111

LISTA DE GRÁFICAS

	Pág
Gráfica 1 CARACTERÍSTICA (N) SUTILEZA	134
Gráfica 2 CARACTERÍSTICA (O) CONCIENCIA	134
Gráfica 3 CARACTERÍSTICA (Q2) CERTEZA INDIVIDUAL	135
Gráfico 4 CARACTERÍSTICA (Q4) ESTADO DE ANSIEDAD	135
Gráfico 5 NECESIDAD DE APROBACIÓN	136
Gráfico 6 ANSIEDAD POR PREOCUPACIÓN	136
Gráfica 7 INFLUENCIA DEL PASADO	137

INTRODUCCIÓN

La obesidad y la bulimia son trastornos de la alimentación que se presentan en la adolescencia con ideas recurrentes de atracones y de ingesta que pueden llegar a generar consecuencias tanto físicas como psicológicas, que afectan su entorno personal, familiar y social.

El presente estudio tiene como objetivo describir las características de personalidad, ideas irracionales que se presentan en adolescentes entre 14 – 20 años con trastornos de obesidad y bulimia que existen al Centro Overeaters Anonymous de la ciudad de Barranquilla.

Las ideas irracionales “son aquellas creencias que debido a su irracionalidad impiden un análisis objetivo generando consecuencias contraproducentes y autodestructivas”¹. Esto lleva a que la persona maneje pensamientos deformados que no les permitan vivir su calidad. Las características de personalidad “son

¹ <<<http://www.com.es/delgasd/balares/trabajo/terapiacc.htm/>.

patrones de conducta de experiencias, previas y de la historia genética de la persona.”²

Para la realización de este estudio se tiene en cuenta el modelo comportamental cognitivo de Albert Ellis y Walter Rizzo quienes son uno de los personajes más relevantes en el estudio de las ideas irracionales como también Raymon Cattell que nos habla de las características de personalidad evaluadas en el 16 PF.

Esta investigación esta basada en el paradigma Empírico – Analítico el cual pretende la predicción de los fenómenos explicativos, analíticos y pretende dominar y fortalecer el mundo material.

Dicho estudio se basa en un estudio descriptivo trata de obtener información del estado actual de los fenómenos, no se explica ni se controla tratamiento. El objetivo es describir lo que existe no busca comprobar hipótesis.³

Dentro de los instrumentos a utilizar para medir las variables tenemos el 16PF y el Test IBT.

De la población conformada por veinte (20) adolescentes se tomo una muestra de ocho sujetos entre los 14 – 20 años con trastornos de obesidad y bulimia que

² <<[http://www.warref/escuela de psicología/publicaciones.html](http://www.warref/escuela_de_psicologia/publicaciones.html).

³ <<<http://diamigomed.edu.colpaisesm/pues1.3/wimarin.htm>.

asisten al Centro Overeaters Anonymous de la ciudad de Barranquilla seleccionado por el muestreo aleatorio intencional.

A través de los instrumentos aplicados se espera que en la población se tengan resultados es decir soportes estadísticos que ayuden a mostrar los rasgos de personalidad e ideas irracionales que se presentan en estos adolescentes.

2. DESCRIPCIÓN Y FORMULACIÓN DEL PROBLEMA

En la actualidad en nuestra sociedad se están vivenciando frecuentemente trastornos de alimentación como obesidad y bulimia, que afecta con mayor impacto a los adolescentes, ya que el consumo excesivo de alimentos chatarras, es decir todos aquellos alimentos que no proporcionan ningún valor nutricional y que contribuyen a que aparezca la obesidad, llevando a contrarrestar este trastorno estos jóvenes adoptan conductas no favorables como: atracones, exceso de ejercicios, utilización de diuréticos conllevándoles a otros trastornos alimenticios (Bulimia).

Planteando esta problemática vemos que afecta el desarrollo de los adolescentes a nivel social, y el medio donde se desenvuelve la persona, generando aislamiento e inseguridad, alterando las relaciones interpersonales, familiares y sociales. Estos adolescentes adoptan estas características de personalidad, por que generalmente la sociedad exige cada día cuerpos esbeltos y una imagen física adecuada.

Otro aspecto que repercute en esta enfermedad es el medio económico, ya que muchos jóvenes no cuentan con recursos para someterse en un tratamiento adecuado, por tal razón llegan a tomar soluciones inadecuadas.

Para la realización de esta investigación se contó con la colaboración del Centro Overeaters Anonymous de la ciudad de Barranquilla, la cual es una institución sin ánimo de lucro donde asisten adolescentes que en procura de mejorar su apariencia física y sentirse bien consigo mismo buscan ayuda, para así lograr bajar de peso y fortalecer su autoestima.

Esta investigación quiso dar respuesta al interrogante: ¿Cuáles son las características de personalidad e ideas irracionales de los adolescentes entre 14 a 20 años con bulimia y obesidad que asisten al Centro Overeaters Anonymous de la ciudad de Barranquilla.

3. JUSTIFICACIÓN

Los trastornos de obesidad y bulimia han sido uno de los problemas psicológicos que se manifiestan negativamente en la personalidad y forma de pensar; produciendo en los adolescentes, pensamientos negativos hacia si mismo como poca aceptación, baja autoestima, bajo autocontrol de si mismo.

Entendiéndose por bulimia como un trastorno de la conducta alimentaría caracterizado por atracones. Recurrentes y conductas compensatorias para regular el peso⁴; y por obesidad como una enfermedad metabólica resultante del exceso absoluto, relativo del consumo de calorías, ingeridas a través de la alimentación.⁵

En la actualidad es frecuente escuchar caso de bulimia y obesidad, sin embargo existen instituciones en las cuales tratan esta problemática, llevando a cabo un plan de tratamiento para que así el joven conozca sobre enfermedades y la manera como afrontarlo de manera positiva.

⁴ GISPERT, Carlos. *Diccionario de Psicología*. Barcelona: Océano.

⁵ MALDONADO. Jorge. *Revista Médica* p. 18.

Las investigadoras se dieron a la tarea de trabajar las características de personalidad a través del Test 16 PF y las ideas irracionales a través del IBT, puesto que estas se ven notoriamente marcadas en los adolescentes que presentan estos trastornos de Obesidad y Bulimia y al mismo tiempo, servirán de ayuda para ampliar el conocimiento, existente sobre el tema.

En el ámbito profesional es de gran importancia sobre todo para aquellas instituciones que desean en un futuro profundizar más como las características de personalidad, creencias irracionales se presentan en los adolescentes con trastornos alimenticios de Obesidad y Bulimia a través de programas avanzados que estén dirigidos a los jóvenes con la edad aquí establecida y que contribuyan a un mejor tratamiento y un adecuado manejo de sus rasgos de personalidad.

A nivel de la población esta investigación lo que pretende es describir como las características de personalidad e ideas irracionales en la vida de los adolescentes con trastornos alimenticios de Obesidad y Bulimia que asisten al Centro Overeaters Anonymous de la ciudad de Barranquilla.

Al realizar la presente investigación en el marco de la Corporación Educativa Mayor del Desarrollo Simón Bolívar se lograron describir las características de personalidad e ideas irracionales que se presentaron en la población y con base a los datos obtenidos en dicho estudio se pudo contribuir en el fomento de nuevas investigaciones que puedan seguir en esta directriz que se inició en esta

Institución y crear programas de prevención dirigidos a la calidad de vida de la Institución.

4. OBJETIVOS

4.1. OBJETIVO GENERAL

Describir las características de personalidad e ideas irracionales de los adolescentes entre 14 y 20 años de edad con Bulimia y Obesidad, que asisten al Centro Overeaters Anonymous de la ciudad de Barranquilla.

4.2 OBJETIVOS ESPECÍFICOS

- Describir las características de personalidad con el test I6PF de los adolescentes entre 14 y 20 años de edad con bulimia y obesidad, que asisten al Centro Overeaters Anonymous de la ciudad de Barranquilla.
- Describir las creencias irracionales, con el test IBT, en de los adolescentes entre 14 y 20 años de edad con bulimia y obesidad, que asisten al Centro Overeaters Anonymous de la ciudad de Barranquilla.

- Identificar que al menos un sujeto de la muestra presenta un indicador de personalidad o una idea irracional.

5. MARCO TEÓRICO

5.1. ADOLESCENCIA

La adolescencia es un período de transición entre la niñez y la edad adulta. Por lo general, se considera que comienza alrededor de los 12 años y termina hacia los 20, comienza con la pubertad, el proceso que conduce a la madurez sexual, los cambios biológicos que señalan el final de la infancia se traduce en un rápido crecimiento y aumento de peso, cambio en las proporciones y la forma del cuerpo.

En la adolescencia se presentan muchos cambios físicos, fisiológicos y psicológicos emocionales.

“La adolescencia es una etapa de cambios y desarrollo psíquico. En este período el (la) joven toman conciencia de su propio ser como individuo y se esfuerza por consolidar su personalidad”.⁶

⁶ GISPERT, Carlos. *Consultor de Psicología Infantil y Juvenil. Vol III. Colombia – Océano 1991 p. 18.*

En esta fase del desarrollo el joven supera la etapa de operaciones concretas y alcanza las formales y adquiere nuevas capacidades.

5.1.1. Cambios Físicos. Durante los años de primaria las niñas son tan grandes o hasta más grande que los niños de su grupo. La diferencia en el tamaño puede darle a las niñas ventajas en las actividades físicas. El ritmo de crecimiento es más pronunciada al principio de la pubertad que es una serie de cambios que abarcan casi todo el organismo, los cambios físicos que se presentan en la adolescencia tienen efectos importantes sobre la identidad del individuo. Para los jóvenes, la maduración física temprana parece ser menos importante para determinar el nivel social.

5.1.2. Cambios Fisiológicos. La pubertad es el período de las grandes transformaciones físicas, sexuales y psicológicas. La pubertad se sitúa, para la mayoría de los jóvenes entre los 12 y 15 años. A partir de ese momento, están preparados fisiológicamente para la reproducción, las hormonas funcionan a toda velocidad.

- Aparecen el vello púbico alrededor de los labios mayores y se observa también como sobresalen, ligeramente la papila de la mama.
- Los senos crecen progresivamente pero todavía no se desarrollan el pezón ni la areola.

- Aparecen vellos en las axilas.

Todo este trabajo se hace lentamente, de manera que poco a poco los órganos genitales femeninos van madurando para poder llevar a cabo la instalación de la función reproductora.

5.1.3. Cambios Emocionales. La adolescencia es un período de malestar, en el que se plantean grandes dudas, contradicciones, tanteos exceso de todo tipo, que son necesarios en esta etapa que sirve para afirmarse. Ser indulgentes, no llevarles la contraria, ayudarles a describir su personalidad. Las transformaciones de su cuerpo, el adolescente descubre que tiene que hacer una cosa más y que es muy importante hacerse cargo de su vida personal (y entra en la crisis de identidad, porque no sabe quien es y para ello pasará por varias etapas como la duda, el rechazo, la provocación, las experiencias, la ansiedad, la depresión, etc. Son bastante egocéntricos, no les gusta que se les moleste en su manera de vivir.

5.2. TRASTORNOS ALIMENTICIOS: BULIMIA

La palabra bulimia proviene del griego bous – buey, límos, hambre y significa “hambre de buey”. En 1940 este trastorno se consideró un síndrome y 1980 la

sociedad americana incluyó a la bulimia en el manual de Psiquiatría como una enfermedad diferente a la anorexia.⁷

Es un trastorno que se presenta en la adolescencia, con predominio en el sexo femenino, las características de la bulimia se refiere a la cantidad excesiva de alimento consumido, sino también a la forma en que se desarrolla la alimentación. Por lo general, la ingesta es rápida, compulsivo, con escasa masticación, los episodios de alimentación abusiva suelen tener consecuencias penosas para él, se pueden presentar problemas digestivos, tales como dolores estomacales.

Estos síntomas surgen de sentimientos de auto reproche, angustia o depresión. Este trastorno se relaciona con la obesidad; algunos autores como Kilota y Balier distinguen dos tipos de obesidad; uno constitucional y otra por polifagia (aumento exagerado de la sensación de hambre).

Las personas que padecen de obesidad, desde el punto de vista psicológico, generalmente se trata de personas introvertidas, que tienden a aislarse del resto.

El centro de sus pensamientos suelen ser "tengo que adelgazar para tener un cuerpo perfecto, siente que no los quieren que la gente les mira que se burlan, suelen afectar a personas inseguras que no se sienten satisfechas consigo misma

⁷ <<<http://www.paniamor.or.cr/novedades/aportes/bulimia.shtml>.

y que se obsesionan por el peso corporal. El aspecto de las personas afectadas suelen ser saludable; difícil de detectar exteriormente”.⁸

5.2.1. Criterio de diagnóstico (CI 10). Para que una persona pueda ser diagnosticada como enferma de bulimia nerviosa debe cumplir con los siguientes criterios:

- Episodio recurrente de atracones, un episodio de atracción se caracteriza por los siguientes elementos:
 - a. Ingesta en un período corto (unas dos horas de una cantidad de comida evidentemente más grande que la mayoría de la gente come durante un período similar o en circunstancias similares).
 - b. Una sensación de falta de control sobre la ingesta durante el episodio, (ejemplo: una sensación de no poder cesar de comer o de no controlar de comer o de no controlar que cuanto esta comiendo).
- Comportamiento compensatorio recurrente e inadecuado para prevenir el aumento de peso, tal como: vomito autoinducido, exceso de laxantes, diuréticas o otros medicamentos, ayudan o exceso de ejercicio.

⁸ <<<http://salud y alimentación, consumir es bulimia/uno.html>.

- Los atracones y los comportamientos compensatorios inadecuados ocurren con un promedio de por lo menos dos veces a la semana por un período de tres meses.
- La percepción de si misma esta excesivamente influida por la forma corporal y el peso.
- El trastorno no aparece exclusivamente durante episodios de bulimia nerviosa.

5.2.2. Tipos de Bulimia Nerviosa

- a. Purgativo: La persona se embarca seguramente en vómitos autoinducidos en el uso excesivo de laxantes y/o diuréticos”⁹
- b. “No purgativos. La persona utiliza otros comportamientos compensatorios inadecuados, como ayuno, ejercicio excesivo pero no realiza vómitos autoinducidos ni usa forma excesiva de laxantes y/o diuréticos”¹⁰

5.2.3. Síntomas de la bulimia. Los síntomas de la bulimia pueden ser muy sutiles, ya que las mujeres con este trastorno lo practican en secreto y aunque pueden pesar menos de lo normal, no siempre son anoréxicos; las jóvenes

³ *Ibid* p. 67.

⁹ *Ibid* p. 67.

10. TANEHAUS, Nora. *Anorexia y Bulimia*, Ed. Plaza y Janes. p. 66.

preocupadas con comida abusan de los laxantes, las pastillas para la dieta, la eméticos (drogas que inducen vómitos) a los diuréticos (medicamentos que reducen los líquidos).

- Son compulsivos con el ejercicio.
- El esfuerzo de vomitar, puede causar ruptura de los vasos sanguíneos en ojos.
- Glándulas salivales hinchadas que aparecen debajo de las esquinas de la boca.
- Los dientes son propensos a las caries y a los erosiones de esmalte debido al ácido excesivo.
- Las encías pueden estar infectadas salpullidos y acné pueden brotar en la piel.

5.2.4. Síntomas Físicos

- Presión arterial baja.
- Trastornos menstruales.
- Tensión muscular.
- Enfermedades renales.
- Trastorno urinarios.
- Deshidratación.
- Mala circulación sanguínea.
- Disminución de electrolitos (sodio y potasio)
- Ruptura esofágica y desarrollo de úlceras.

- En casos extremos puede haber muerte por indigestión.

5.2.5. Síntomas mentales y emocionales

- Trastornos severos de la imagen corporal
- Pánico o engordar
- Dificultad de concentración
- Afloramiento de estados depresivos y obsesivos
- Excesivo ejercicio corporal.

5.2.6. Tratamiento de la bulimia nerviosa

- Hospitalización: Enfermeras y especialistas en dietética puede controlar de manera estricta sus comidas.
- Terapia grupal e individual.
- Terapia familiar, los padres e hijas afronta el conflicto sin hacerles reproche, animándola y comprendiéndola.
- Naturopatía, autoayuda a métodos para adelgazar.
- Tratamientos farmacológicos.

5.2.7. Causas que provocan la bulimia nerviosa

La bulimia se manifiesta la mayoría de las jóvenes por: conflictos

- Los conflictos con los padres son más difíciles.
- Las relaciones de la madre con la hija no son nada fácil.
- Se echa la culpa de los problemas que pasan “Mi madre no me ayuda, se burla en mí, es una mala madre”¹¹
- La no aceptación de los cambios corporales durante la adolescencia.

5.3. OBESIDAD

Se entiende por la acumulación excesiva de tejidos adiposo, resultado de un desequilibrio en la homeostasis entre la ingesta de calorías, la termogénesis y la actividad física.¹²

La obesidad se caracteriza por presentar un exceso de masa corporal que supera un 20% por más del estimado normal, por esta razón es una enfermedad metabólica resultante del exceso absoluto relativo porque hay personas que tienen (termostato o próstata calórico acelerado) y otros que tienen la “chispa atrasada”.

Los del grupo termostato tienen tendencia a aumentar de peso con un consumo calórico o dietético dentro del límite aceptado como normales en tanto que la de segundo grupo gozan del privilegio de ingerir en exceso dentro de ciertos límites sin que sufran como consecuencia, aumento de peso.

¹¹ CRISPO ROSINA. *Amonoxia Bulimia 1ª Ed. Barcelona: Gedisa. 1996*

¹² VELEZ, Hernán y Otros. *Fundamentos de Medicina. Endocrinología. 5ª Ed. Colombia: C.I.B. 2.000 p. 359*

Esta nueva visión del problema tiene fundamentos genéticos en el hallazgo de hormonas, como la leptina directamente relacionada con el metabolismo cerebral. En el sobrepeso hay factores que pueden ser compartidos de manera familiar pero los más importantes son los genes.

El elemento fundamental de la obesidad o del exceso de peso es la ingestión de calorías por encima de las necesidades y utilización de las mismas.¹³

El incremento del exceso de peso puede ser consecuencia de predisposiciones genéticas, los hábitos alimentarios de la niñez o la sobrealimentación en el adulto debido a múltiples factores:

Trastornos endocrinológicos.

- Conductas alimentarias (bulimia)
- Hábitos mal sanos
- Strees

Cuando el obeso sigue un régimen hipocalórico y el peso desciende por debajo del punto de regulación el hambre aumenta y el metabolismo disminuye por lo que se queman menos calorías y el sujeto pierde peso cada vez más lentamente.¹⁴

¹³ MALDONADO, Jorge. *Revista Médica*. 2000. Bogotá p. 5

¹⁴ GISPERT, Carlos. *Enciclopedia de Psicología*. Océano Tomo IV. p. 145

5.3.1. Tipos de Obesidad

5.3.1.1. Obesidad Endógena. Obesidad producida por disfunciones de los sistemas endocrinas o metabólicos.

5.3.1.2. Obesidad Exógena. Obesidad debido a un ingesta calórica superior a la necesaria para cubrir las necesidades metabólicas del organismo.

5.3.2. Causas: No están claras las razones por las cuales las personas son obesas. Pero el mecanismo es simple ingestión de más calorías de las que se pueden consumir y a la vez eliminar el metabolismo. Existen factores que pueden contribuir a la obesidad como los siguientes:

5.3.2.1. Factores genéticos. Los hijos de padres obesos tienen diez veces más la probabilidad de ser obesos que los hijos de padres de peso normal. SE ha notado que si ambos padres son obesos, el 73% de los hijos lo serán. Si un solo progenitor lo es, el 41.2% de los hijos lo serán si ambos progenitores son flacos, solo el 94% de los hijos serán obesos.¹⁵ La influencia de la herencia ayuda a entender porque algunas personas son obesas y tienen dificultad para perder pesos.¹⁶

¹⁵ *Ibid p. 146*

¹⁶ *BERKOW, Robert. Manual Merck. Océano. Centrum p. 1100.*

5.3.2.2. Factores sociales. Son determinantes e importantes de la obesidad, en particular entre las mujeres, es mucho más prevalente. La clase social en la que nacen es un factor de prevención inverso del peso corporal posterior de la mujer. Aparentemente en función del estilo percibido para los varones la relación entre la clase social es menos clara. En las sociedades en vía de desarrollo existe una relación directa entre la clase social y la obesidad entre los varones y las mujeres probablemente como consecuencia de la disponibilidad de alimentos.¹⁷

5.3.2.3. Factores Endocrinitos y metabólicos: Las hormonas en especial la insulina, los glucocorticoides y la hormonas sexuales, modifican el contenido de la grasa corporal – los glucocorticoides: son esenciales para la preservación del tejido adiposo y son necesarios para que se exprese toda obesidad.

La insulina en los obesos y en los diabéticos no insulino dependientes se encuentran para un nivel dado de glicerina, los niveles plasmáticos de insulina están por encima de lo normal lo que indica que hay una resistencia a la acción biológica de la insulina.

En situaciones extremas de obesidad el tejido adiposo se vuelve resistente a la insulina y esta se acompaña de hiperglucemia.

¹⁷ *Ibid p. 1101*

- **Hormonas Sexuales:** En el astroso vascular del tejido adiposo reside alomatanzas, enzimas que catalizan la conversión de androtenediona, a estronos y destestoterona a astradio... A más adiposidad mayor actividad de la encimas con la que la relación andrógenos, estrógenos se alteran y en consecuencia se reducen los niveles de las proteínas ligantes de las hormonas sexuales.¹⁸

Estas hormonas se asocian al desarrollo y mantenimiento de la obesidad. Aunque es a menudo difícil cual es la causa y cuál es el efecto “Las personas obesas pueden tener un metabolismo basal muy bajo o necesitan poca calorías por ser físicamente activos”.¹⁹

5.3.2.4. Factores psicológicos. El comer puede constituir, en muchas ocasiones, un motivo importante de preocupación e incluso de sufrimiento ya sea porque se come poco, se come mucho o se come mal. La conducta del comer es el prototipo de un proceso motivacional se entiende por proceso motivacional aquello que pone en marcha nuestra conducta, que nos activa a fin de que busquemos y consigamos los que nuestro organismo necesita. Siempre hay una conducta un pensamiento irracional que motivo a las personas obesas a comer hasta la sociedad como puede ser una inestabilidad emocional (pérdida o duelo) que le producen a la persona estados de ansiedad y depresión que les llevan a generar esa conducta. El rechazo, el aislamiento, muchos individuos que

¹⁸ VELEZ, Hernán y otros. *Fundamentos de Medicina. Endocrinología. Medellín – Colombia C.I.B. 2000 p. 362 – 363.*

¹⁹ BERKOW, Robert. *Op cit p. 1102.*

presentan un trastorno alimenticio como la obesidad padecen estados emocionales, depresivos y ansiosos que son reforzados por la sociedad, por buscar una esbeltez corporal genera en los obesos poca aceptación de si mismo, constituyendo un factor de riesgo para este trastorno de la conducta alimentaría.

5.3.3. Síntomas y Signos. La obesidad consiste en un aumento de peso corporal y en la masa evidente de los tejidos adiposos. Pueden constituir un peligro para la vida. Esto determina una disminución de la capacidad respiratoria que puede producir disnea, incluso ante esfuerzos mínimos.

En la obesidad masiva ese estado puede conducir al síndrome de Pick – Wick caracterizado por hipoventilación, retención del CO_2 en reducciones de su efecto estimulante sobre el centro respiratorio, apenas nocturna recurrente la que lleva a la hipoxemia y luego a la hipercapnia la que despierta a cada momento al sujeto, y este pasa al día siguiente con somnolencia propia de la deprivación del sueño.

La obesidad puede ocasionar una serie de alteraciones ortopédicas incluyendo dolor lumbar, agravamiento de la artrosis, en particular de rodillas y tobillas. A menudo grandes callosidades en los pies y en los talones.

En los grados leves de obesidad puede presentarse amenorrea e irregularidades menstruales, también presentan alteraciones de la piel; en lo que baja relación entre la superficie y la masa corporal produce una alteración en la perdida de calor

y un aumento en la sudoración sobre todo después de las comidas. El sudor atrapado en las secreciones de la piel, en los pliegues cutáneos constituye un medio de cultivo al crecimiento bacterial y a las infecciones. El movimiento produce fricción, cubre los pliegues cutáneos. Es frecuente observar edema leve o moderado de piel.

La obesidad y bulimia son trastornos alimenticios catalogados por la sociedad como una mala alimentación de las personas que inciden muy frecuentemente en los adolescentes ya que están acostumbrados a cambiar su metabolismo de alimentación al ingerir comidas chatarras, calorías carbohidratos etc. y a dejar de ingerir comidas nutricionales que los pueden llevar a aumentar de peso o disminuir de peso debido a los atracones de comida (vómitos inducidos).

5.3.4. Diagnóstico: La obesidad puede cuantificarse por la medida de peso y estatura, expresada como un índice de masa corporal. Recientemente sé esta prestando mucha atención a la distribución de la grasa en el cuerpo según las dimensiones de la mitad corporal superior o inferior.

5.3.5. Complicaciones: La obesidad aumenta el riesgo de enfermedad, la hipertensión y el ictus son dos veces más probables entre las personas obesas que entre las personas delgadas, las cardiopatías coronarias es especialmente común entre los varones obesos de menos de 40 años. La diabetes mellitus del adulto es cinco veces mas frecuente entre las obesas que entre los que no lo son

y el riesgo de padecerla aumenta con el grado y duración de la obesidad. Los aumentados progresivos de peso en el hombre van asociados con el riesgo de padecer cáncer de colon, recto y próstata. En el caso de las mujeres el incremento de peso representa un aumento progresivo de padecer cáncer de mama, útero y cerviz. La artrosis puede agravarse con la obesidad. El exceso de peso que tienen de sostentar las caderas, las rodillas y la espalda representan un esfuerzo perjudicial para estas articulaciones, perder peso no cura la enfermedad, pero alivia el estrés y el dolor.

5.3.6. Pronóstico y tratamiento: El pronóstico de la obesidad es malo, sin tratamiento tiende a progresar los intentos de perder peso puede causar complicaciones, en un 50% de los pacientes sometidos a tratamientos médicos aparecen síntomas de ansiedad y depresión.

El objetivo de todo tratamiento para la obesidad consiste en establecer un déficit calórico reduciendo el número de calorías ingeridas en forma de alimentos por debajo del número de calorías gastada como energía.

En el tratamiento de la obesidad es donde más se encuentran procedimientos que apelan al pensamiento mágico o a la ingenuidad de las pacientes, con promesas de métodos eficaces en lo que no se requiere esfuerzo de parte de los afectados.

La estrategia en el tratamiento busco reducir el ingreso calórico y aumentar el gasto energético. La reducción de ingreso calórico se lograría con dieta, agentes anorexiantes, recondicionamiento del comportamiento y procedimientos quirúrgicos.

Para llevar a cabo un buen tratamiento se le debe recordar continuamente a los pacientes que las calorías son calorías, no importa bajo que forma se ingieran y que no hay alimentos que no engorden.

Algunos tratamientos manejados con obesos se tratan con drogas anorexiantes, buscando ejercer su efecto por liberación de norepinefrina de las terminaciones axonales, las drogas utilizadas para este tratamiento son: (Mazindol (teronac), Clorhidrato de Fenoproporex (Fenisec).

Varios estudios han mostrado que estas drogas inducen mayor merma en la ingestión de alimentos. Pérdida de peso más rápida que los placebos.

- **Procedimiento Quirúrgicos:** Se han diseñado varias cirugías para limitar el ingreso calórico. Un tipo de cirugía, es donde estrangulan el estomago en su segmento superior dejando una estrecha conexión (un centímetro de diámetro). Entre la bolsa superior y al inferior que representa el 90% de la capacidad gástrica. Este procedimiento es reversible e induce a la pérdida de peso por

saciedad precoz con un éxito comparable al de la cirugía por derivación al intestino delgado.

5.4. PERSONALIDAD

5.4.1. Definición: Desde el punto de vista conductual la personalidad se define como “una colección de patrones de conductas que son productos de experiencias previas y de la historia genética de la persona. Así la personalidad solo podría conocerse a través de conclusiones sobre las conductas de las personas, y serían producto del aprendizaje.”²⁰

La personalidad es el conjunto de características que el individuo va adquiriendo a lo largo de su vida tanto por factores genéticos y ambientales lo que va a ir consolidando la personalidad, ya que esta contribuye a que el individuo se diferencie de otro teniendo su propio carácter, hábito, cultura para poder manejar sus propios actos y poder ser enfrentados con responsabilidad.

²⁰ CATTEL, Raymond. *Cuestionario de 16 factores de la Personalidad, México Ed. Manual Moderno Año 1980.*

16 FACTORES DE LA PERSONALIDAD:

TABLA 1
DE LOS FACTORES PRIMARIOS USADOS EN EL 16 PF

FACTOR – DENOMINACION	PUNTUACIÓN BAJA: 1 a 3 estenes (-)	PUNTUACIÓN ALTA: 8 a 10 estenes (+)
A EXPRESIVIDAD EMOCIONAL. Punt.máx.*64	SOLILOQUIA (Sizothymia)Discreto, desprendido, inflexible.	SOCIABILIDAD (Affectothymia) Afectuoso, complaciente, participante.
B INTELIGENCIA. Punt.máx.42	INTELIGENCIA BAJA (Low Intelligence) Torpe, lerdo.	INTELIGENCIA ALTA (High Intelligence) Brillante, vivo, rápido.
C FUERZA DEL YO Punt.máx.76	DEBILIDAD DEL YO O INESTABILIDAD EMOCIONAL. (Emotional instability or Ego weakness) Alterable, voluble, sentimental.	FUERZA SUPERIOR DEL YO (Higher Ego strenght) Maduro, calmado, realístico.
E DOMINANCIA. Punt..máx.76	SUMISIÓN (Submissiveness) Servil, dócil, moldeable.	ASCENDENCIA (Dominance or Ascendence) Agresivo, competitivo, terco.

F IMPULSIVIDAD Punt.máx.76	RETRAIMIENTO (Desurgency) Sobrio, taciturno, serio.	IMPETUOSIDAD (Surgency) Entusiasta, atolondrado, despreocupado.
G LEALTAD GRUPAL Punt.máx.64	SUPEREGO DEBIL (Low superego strengrh, lack of acceptance of group moral standards) Oportunista, omite reglas.	SUPEREGO FUERTE (Superego strength or character) Conciente, perseverante.
H APTITUD SITUACIONAL Punt.máx.76	TIMIDEZ (Threctia) Vergonzoso, aprensivo.	AUDACIA (Parmia) Aventurero, socialmente peculiar.
I EMOTIVIDAD Punt.máx.64	SEVERIDAD (Harria) Determinado, ilusiones, realista.	SENSIBILIDAD EMOCIONAL (Premsia) Afectuoso, sobreprotegido, sensitivo.
L CREDIBILIDAD Punt.máx.64	CONFIANZA (Alaxia) Confiado, acepta condiciones, plegable.	DESCONFIANZA (Protension) Celoso, desconfiado, tiránico.
M ACTITUD COGNITIVA Punt.máx.76	OBJETIVIDAD (Praxernia) Práctico, preocupaciones reales, prosaico.	SUBJETIVIDAD (Autia) Imaginativo, bohemio, distruido, caprichoso.
N SUTILEZA Punt.máx.64	INGENUIDAD (Naiveté) Ingenuo, modesto, sincero, sin pretensiones.	ASTUCIA (Shrewdness) Culto, socialmente alerta, mundano.

O CONCIENCIA Punt.máx. 76	ADECUACION SERENA (Untroubled adequacy) Apacible, complaciente, autoconfiado, obstinado.	PROPENSIÓN A LA CULPABILIDAD (Guilt proneness) Atormentado autorecriminante, problemático, escrupuloso.
Q1 POSICION SOCIAL Punt.máx.76	CONSERVADURISMO (Conservatism of temperament) Conservador, respeta ideas establecidas, tolerantes ante dificultades tradicionales.	RADICALISMO (Radicalism) Liberal, experimentador analítico, pensamientos liberales.
Q2 CERTEZA INDIVIDUAL Punt.máx.64	DEPENDENCIA GRUPAL (Group dependency) Depende socialmente del grupo, sigue fiel.	AUTOSUFICIENCIA (Self – sufficiency) Autodecisivo, lleno de recursos, briosos.
Q3 AUTOESTIMA Punt.máx.64	INDIFERENCIA (Low self – sentiment integration) Flojo, indisciplinado, sigue sus impulsos.	CONTROL (High strength of self – sentiment) Fuerte voluntad, controlado socialmente preciso.
Q4 ESTADO DE ANSIEDAD Punt.máx.76	TRANQUILIDAD (Low ergic tensión) Relajado, apático, sereno, no frustrado.	TENSIÓN (High ergic tensión) Tenso, impulsivo sobreexcitado, malhumorado.

TABLA 2.

**DESCRIPCIÓN DE LOS FACTORES DE SEGUNDO ORDEN DEL
CUESTIONARIO 16 PF**

FACTOR	PUNTUACIÓN BAJA	PUNTUACIÓN ALTA	FACTORES PRIMARIOS SIGNIFICATIVAMENTE RELACIONADOS.
QS1	INTROVERSIÓN (Invia)	EXTROVERSION (Exvia)	(A+),(E+),(H+),(Q2-)
QS2	POCA ANSIEDAD (Adjustment)	MUCHA ANSIEDAD (Anxiety)	(C-),(H),(L+),(O+), (Q3-),(Q4+)
QS3	SUSCEPTIBILIDAD (Pathemia)	TENACIDAD (Cortertia)	(A-),(I-),(M-),(E+),(I+)
QS4	DEPENDENCIA (Subduedness)	INDEPENDENCIA (Independence)	(E+),(L+),(M+),(Q1+), (Q2+)

5.4.2. Determinantes De La Personalidad. En la configuración de la personalidad de cada individuo influyen diversos factores y variables, y prácticamente todos los autores están de acuerdo en la dificultad y complejidad que supone la distinción de variables que la afectan y determinan. Existen posiciones que destacan en mayor medida la influencia de los aspectos biológicos y genéticos en la configuración de la personalidad: estas posiciones se denominan

biologicistas. Otras en cambio, destacan las influencias ambientales y sociales como las determinantes más importantes en la configuración de la personalidad: son las posiciones ambientalistas.

5.4.2.1 Determinantes biológicos en el desarrollo de la personalidad. Dentro de los determinantes biológicos que influyen en la determinación y desarrollo de la personalidad, se pueden incluir los aspectos genéticos, hereditarios y los referentes al "temperamento".

Así por ejemplo, Allport (1966) señala que la constitución física, el temperamento y la inteligencia (entendida como capacidad potencial) constituyen los "materiales" a partir de los cuales se consolida la personalidad del sujeto. Allport habla de estos elementos como materiales "en bruto" porque dependen en gran parte de la herencia del sujeto. Sin embargo, estos elementos también pueden verse influido a lo largo de la vida por otros factores: nutrición, salud / enfermedad, aprendizaje, experiencias de vida, etc.

5.4.2.1.1. Constitución física y temperamento. Los antiguos griegos estaban convencidos que la forma del cuerpo de una persona (constitución física) se relacionaba con su tipo de temperamento. De este modo, el establecimiento de los tipos biológicos (biotipologías) incluye ciertas características psicológicas que se supone están asociadas específicamente a aquellos. Esta creencia encuentra su expresión máxima en las tipologías propuestas por Kretschmer (1925) y Sheldon

(1942), quienes postulaban una correspondencia entre el tipo corporal de un sujeto y su temperamento.

Kretschmer (1929). Psiquiatra interesado en los trastornos psicológicos, elaboró una clasificación de la gente basada en tres tipos de estructura física: delgada, muscular y obesa. De este modo, establece cuatro tipos somáticos:²¹

a) Tipo leptosómico (estructura física delgada): el rasgo anatómico fundamental es la existencia de un cuerpo estrecho, con formas alargados y predominio de estructuras verticales (delgadez, tórax largo y estrecho, hombros estrechos, etc.).

b) Tipo pícnico (estructura física obesa): el rasgo anatómico principal es la tendencia hacia formas corporales redondeadas y predominio de estructuras horizontales y gruesas (incremento de grasa y cavidades viscerales, cuello corto y grueso, extremidades redondeadas, manos anchas y cortas, etc.)

c) Tipo atlético (estructura física muscular): Algunas de sus características morfológicas son un notable desarrollo de las estructuras musculares, óseas y epidérmicas, extremidades muy desarrolladas (sobre todo manos y pies) y hombros y tórax anchos y fuertes.

²¹ <<[http://www. Escueladepsicología/publicaciones.html](http://www.Escueladepsicología/publicaciones.html)

d) Tipo displásico: No se trata de un verdadero somatotipo, sino que hace referencia a formas somáticas de los tres tipos antes mencionados y se caracteriza por la asimetría.

Estas categorías fueron consideradas por Kretschmer como dimensiones discretas y no continuas. Sus observaciones concluyeron que cada una de estas estructuras físicas eran susceptibles de patologías diferentes. El obeso (tipo pícnico) tiende al trastorno maníaco-depresivo y el delgado (tipo leptosomático) a la esquizofrenia. La relación entre somatotipo y cierto tipo de psicopatología llevó a Kretschmer a pensar en una hipótesis más amplia, es decir, en una relación entre tipo somático y temperamento.

Para este autor, el temperamento se refiere a la naturaleza afectiva general del sujeto y está determinado por la herencia.

Postula la existencia de tipos temperamentales asociados a los somatotipos anteriores:

a) Esquizotímico (correspondiente al tipo leptosómico): son individuos predominantemente insociables, reservados, serios, tímidos, nerviosos y sensibles. Tienden a la esquizofrenia como patología.

b) Ciclotímico (correspondiente al tipo pícnico): son individuos que tienden a ser sociables, alegres, con alto sentido del humor, amables, calmados y con cierta tendencia a exhibir cambios cíclicos que oscilan entre la hipomanía y la tristeza. Tienden a la patología maníaco-depresiva.

c) Viscoso (correspondiente al tipo atlético): Se caracteriza por un predominio del carácter lento, tranquilo, tenaz y serio, con un modo de pensar sencillo y reposado. Tienden a las neurosis.

En todo caso, debe tenerse en cuenta que la población con la cual trabajó Kretschmer era de tipo psiquiátrica.

Sheldon (1942). A diferencia de Kretschmer, Sheldon considera que las categorías a las cuales se refiere deben considerarse dimensiones de variabilidad y no categorías discontinuas. Por otra parte, este autor trabaja con personas normales y sin patología psiquiátrica.

Considera la existencia de tres tipos corporales (somatotipo), de acuerdo a un esquema de puntuación basado en la medición de diversas longitudes y diámetros.

Los somatotipos a los cuales se refiere son los siguientes:

a) Endomorfo: se caracteriza por su tendencia a la gordura. Los cuerpos endomórficos son suaves y redondos y no son muy adecuados para el esfuerzo físico intenso.

b) Mesomorfo: se caracterizan por su tendencia a la musculatura. Refleja cierta prevalencia de huesos, músculos y tejido conectivo. Son cuerpos duros y rectangulares, fuertes y resistentes, adecuados para el ejercicio físico intenso.

c) Ectomorfo: Se caracteriza por su tendencia a la delgadez. Existe un predominio del sistema nervioso. Estos cuerpos son delicados, frágiles, lineales. En comparación con su cuerpo, el cerebro es grande. No resultan apropiados para el trabajo físico.

De acuerdo a Sheldon, cada uno de estos somatotipos está asociado a un temperamento básico. Para este autor el temperamento es el nivel de personalidad situado por encima de las funciones fisiológicas y por debajo de las actitudes y creencias adquiridas. De acuerdo al orden anterior, estos temperamentos son:

a)Viscerotónico: prevalecen características de relajación, la tolerancia, la sociabilidad, la calidez, el gusto por la comodidad y la facilidad de trato (buena voluntad).

b) Somatotónico: incluye las características de intrepidez, deseo de aventuras, el riesgo y la actividad física.

c) Cerebrotónico: Comprende una gran intensidad mental, inhibición y evitación de la interacción social, restricción física y emocional. Y tendencia a la privacidad.

Tanto en el caso de los somatotipos como de los temperamentos, la mayoría de la gente presenta cierto grado de cada uno de ellos, siendo raro que una persona sea el paradigma perfecto de una sola categoría.

Los modelos biotipológicos asumen que la conducta humana depende prioritariamente de variables del organismo relativamente estables, mucho más que de las variables situacionales. Sin embargo, esta orientación constitucionalista no excluye la influencia de las variables situacionales o ambientales, ya que los biotipos no son solamente un producto de lo hereditario sino que también se conforman bajo la influencia de los factores congénitos y constitucionales postnatales.

Las ideas de Sheldon recibieron el apoyo de estudios posteriores que emplearon calificaciones de niños pequeños, autorreportes de personalidad y formas más indirectas de evaluación. En general, los estudios presentan evidencias que el tipo corporal se relaciona con diferencias de personalidad. Sin embargo, cabe la interrogante en qué dirección se ejerce la influencia es la personalidad resultado directo de la estructura física o se trata de un proceso más indirecto. Por ejemplo, los somatotipos están asociados con estereotipos que aprendemos conforme crecemos e incluyen expectativas del comportamiento del individuo que puede inducir a comportarse de la manera "esperada" (Gacsaly y Borges, 1979, en Carver y Scheir, 1997). En este sentido, se podría también postular una asociación entre el somatotipo y la conducta basada más en la presión social que en el tipo corporal per se. De este modo, es difícil estar seguro de por qué existen esas asociaciones entre el tipo corporal y la personalidad.

5.4.2.1.2. Determinación del papel de la herencia en la personalidad. ¿A cómo se puede decidir si los rasgos son heredados? Los estudios del parecido familiar presentan muchos problemas. El conocimiento de que dos miembros de una familia tienen personalidades similares puede deberse porque al estar siempre cerca han aprendido las mismas conductas o bien puede deberse al efecto de la herencia. Quienes estaban interesados en el influjo de la herencia sobre el comportamiento acudieron a la ciencia de la genética.

5.4.2.1.3 Genética de la conducta. La genética de la conducta (mezcla de la psicología y la genética) se refiere al estudio de las influencias genéticas sobre características conductuales como las tendencias de acción abierta, disposiciones de personalidad, las anomalías psicológicas e incluso los procesos emocionales y cognoscitivos.

La genética conductual suele utilizar el estudio de gemelos, un método de estudio que examina parejas de gemelos idénticos (gemelos monocigóticos) y fraternos (gemelos dicigóticos) del mismo sexo. Los miembros de cada pareja son comparados sobre la variable de interés, calculando una correlación separada para cada tipo de gemelo. Una de esas correlaciones se resta de la otra. Al multiplicar esta diferencia por dos se obtiene un índice de variabilidad de la característica, una estimación de la varianza que puede ser explicada por la herencia.

También se utiliza el método conocido como estudio de adopción, con el que se analiza el parecido del niño adoptado con los padres biológicos y los adoptivos. Se considera que el parecido con los padres biológicos tiene una base genética, mientras que la semejanza con los adoptivos se atribuye al ambiente.

Los métodos señalados precedentemente han sido empleados durante más de tres décadas para estudiar la influencia de la genética sobre diversas características de la personalidad. Una aproximación al estudio de la herencia de

la personalidad se concentra en los temperamentos, término empleado de modo diferente por diversos investigadores.

5.4.2.1.4 Posiciones actuales sobre el temperamento. El mejor ejemplo del uso contemporáneo de este término se encuentra en el trabajo de Arnold Buss y Robert Plomin (1984, en Carver y Scheir, 1997), quienes emplean el plural temperamentos para referirse a los "rasgos de personalidad heredados que se encuentran presentes desde la temprana infancia". En su opinión, existen varios temperamentos y lo que los distingue de los rasgos es el hecho de tener una base genética. Otra idea implícita es que la influencia y el alcance de los temperamentos es mayor que en otros rasgos (Buss, 1995; en Carver y Scheir, 1997). Un aspecto que no forma parte de la definición de Buss y Plomin, pero que ellos consideran importante, es que los temperamentos deberían afectar a la personalidad adulta y no únicamente la de los niños pequeños. Es decir, los temperamentos tendrían que mostrar continuidad a lo largo del ciclo vital. Sin embargo esta continuidad no es perfecta básicamente por dos razones: (1) los genes no operan continuamente, sino que se activan y desactivan durante el desarrollo, lo que puede interrumpir la continuidad, y (2) a pesar de su base genética, los temperamentos pueden ser modificados por la experiencia.

Buss y Plomin afirman que existen tres disposiciones normales de personalidad que merecen el nombre de temperamentos: el nivel de actividad, la sociabilidad y

la emocionalidad. En cada una de estas dimensiones, como en todos los rasgos, es posible encontrar una amplia gama de diferencias individuales.

1) El nivel de actividad es el gasto global de energía o conducta. Considera dos aspectos o facetas: (a) el vigor, la intensidad o amplitud de la conducta. Los actos vigorosos requieren mucha energía, y la gente con mucho vigor suele preferir las actividades intensas, y (b) el ritmo o velocidad de las actividades. La gente cuyo ritmo es elevado prefiere actividades aceleradas y tiende a terminar con rapidez las cosas que emprende, mientras que las personas cuyo ritmo es más lento se aproximan de manera más pausada a las actividades cotidianas.

2) La sociabilidad es la preferencia por hallarse con otras personas en lugar de estar solo. Consiste en el deseo de compartir actividades y recibir de los demás la atención, responsabilidad y estimulación que forman parte de la interacción social. De acuerdo a Buss y Plomin esta dimensión supone valorar intrínsecamente el proceso de interactuar con otras personas.

3) La emocionalidad es definida por Buss y Plomin como la tendencia a activarse fisiológicamente, fácil e intensamente, en situaciones perturbadoras. Sostienen que este temperamento se refiere a tres emociones: la aflicción, la ira y el temor.

El temperamento en la actualidad se refiere a características psicológicas derivadas de los procesos fisiológicos heredados. El temperamento representa la

excitabilidad habitual del cerebro y del sistema nervioso autonómico y endocrino de una persona. Estas diferencias entre individuos se deben a las diferencias genéticas entre ellos por lo que son diferencias de naturaleza principalmente biológica (Reeve, 1995).

Una de las características de personalidad que se ha postulado sea de naturaleza temperamental es la dimensión de introversión-extraversión. De este modo, la posición sostenida por Eysenck se refiere a una base neurofisiológica para explicar las diferencias en esta dimensión entre diferentes personas. Eysenck relaciona el temperamento con la introversión-extraversión mediante el concepto de "nivel óptimo de arousal" (Reeve, 1995). De este modo, los introvertidos alcanzan un nivel óptimo de arousal a niveles de estimulación relativamente bajos y evitan la estimulación fuerte. Los ambivertidos (las personas que participan tanto de la introversión como de la extraversión) alcanzan niveles óptimos de arousal a niveles moderados de estimulación. Por último, los extravertidos alcanzan niveles óptimos de estimulación a niveles altos de estimulación externa. Varios estudios psicofisiológicos y farmacológicos confirman la idea básica de la teoría de extraversión de Eysenck, mostrando que los introvertidos muestran mayor reactividad cortical y electrodérmica que los extravertidos (Reeve, 1995).

5.4.2.2 Determinantes sociales en el desarrollo de la personalidad. Una serie de estudios e investigaciones han demostrado el papel fundamental que tiene el medio ambiente físico y cultural en la determinación de la personalidad de un

individuo. Estos elementos se encuentran presentes durante todo el transcurso de su vida en distintos ámbitos, le van configurando su personalidad, y van generando puntos en común con otras personas con quienes comparten su ambiente, a la vez que se van diferenciando de personas que habitan ambientes distintos. El objetivo de este punto es revisar los distintos ambientes en los cuales se desenvuelve la persona, y su influencia en la determinación de la personalidad.

5.4.2.2.1 Ambiente Físico. El ambiente físico en el cual se desenvuelve una persona considera los siguientes aspectos:

Condiciones geográficas del lugar: Altura, planicie, tipo de vegetación, cercanía al agua, etc.

Condiciones climáticas: clima, temperatura, humedad.

Condiciones del -espacio físico en el que se habita: ciudad versus campo, condiciones de hacinamiento, diseño arquitectónico, uso del color, etc.

Una serie de estudios han relacionado las condiciones de hacinamiento con aumento en la agresividad, y aumento de sentimientos negativos como ansiedad, desesperanza, y desmotivación. Las personas que viven en climas cálidos se caracterizan por ser extrovertidos, alegres, expresivos en sus afectos y más relajados, mientras que aquellos que habitan en lugares fríos se caracterizan por

ser introvertidos, poco expresivos de sus afectos, fríos en el trato, de un estilo más racional, y con mayores niveles de trabajo y estrés.

5.4.2.2 Ambiente social. Todos los autores concuerdan en afirmar la enorme importancia que tiene la cultura como determinante de la personalidad de un individuo. Toda persona se encuentra imbuida desde su nacimiento, en una cultura, la cual le impone demandas, normas, valores, presiones, etc.

Linton propone que es esencial diferenciar entre la cultura real y la construcción cultural. La cultura real es flexible, y aunque establece límites para el desarrollo de la personalidad, deja espacio para un amplio margen de libertad, de lo que se considera culturalmente como una conducta aceptable. Por ejemplo, en nuestra cultura, hombres y mujeres deben ir vestidos, pero el margen permitido para el tipo de vestimenta es bastante amplio. La cultura real por tanto genera solamente algunas semejanzas entre los diferentes miembros de una misma cultura. Es importante considerar que el margen permitido varía de cultura en cultura. Por ejemplo la cultura japonesa valora la uniformidad, al grupo por sobre el individuo, lo cual acorta el margen, mientras que la cultura occidental y su valoración del individualismo, lo amplían.

La construcción cultural en cambio no toma en cuenta el margen de conducta aceptable. Sólo nos informa de lo que es usual y corriente. Por ejemplo, decir que todos argentinos son demasiado extrovertidos, cuando también existe en ese país

gente introvertida. La construcción cultural es una simplificación excesiva, que nos presenta lo esencial de un patrón, pero no todas las personalidades de un grupo se amoldan a ese patrón.

Para la Psicología, a diferencia de otras ciencias como la Antropología o la Sociología, lo importante es el individuo y no la cultura. Ningún individuo reproduce exactamente la construcción cultural o el tipo promedio de la cultura a la cual pertenece. Aplicar directamente esta construcción a las personas es un falseamiento de la situación real, y no reconoce la diversidad de personalidades que se dan en una cultura. Por tanto, es la cultura real la que nos moldea y determina.

5.4.2.2.3 Rol de la cultura. La cultura moldea la personalidad principalmente porque proporciona soluciones, ya preparadas y ensayadas, para muchos de los problemas de la vida. Le ofrece soluciones quizá no siempre precisas, pero sí disponibles en cualquier momento. Es un esquema de vida preestablecido.

El rol de la cultura consiste en socializar a sus miembros, enseñarles cómo comportarse, cómo pensar, cómo expresar sus sentimientos, qué actitudes y valores tener hacia la vida, etc. Todo ello con el objetivo de perpetuarse en el tiempo.

La cultura se encarga de prescribir la conducta normada, es decir, determinar como debe y no debe comportarse la persona. Además prescribe el desempeño de roles, genera la concepción del sí mismo a través de la interacción social, y regula la permisividad cultural que permitirá la manifestación de las predisposiciones biológicas y psicológicas.

5.4.2.2.4 Proceso de socialización. Aunque la influencia cultural se da durante toda la vida de la persona, su mayor influencia ocurre durante la infancia. Existen dos mecanismos a través de los cuales se produce el intercambio entre la persona y su cultura:

La socialización es el proceso a través del cual una cultura influye en sus miembros, entregándole todos los aprendizajes e influencias. En este proceso la dirección es desde la cultura hacia el individuo, y está a cargo de los agentes socializadores entre los que se cuentan la familia, colegio, grupo de pares, medios de comunicación.

La endoculturación es el proceso a través del cual la persona interioriza los aspectos de la cultura. Este es un proceso dinámico, selectivo, y la dirección es desde el individuo hacia la cultura.

La alta influencia que tiene la cultura como determinante de la personalidad se debe a que en los primeros años, el niño es un ser indefenso, que depende de

otros para sobrevivir y desarrollarse, lo cual lo hace permeable a las influencias del entorno. Otro elemento que aumenta esta permeabilidad, es la gran capacidad del ser humano de adaptarse a distintos tipos de entornos y climas; de hecho, la especie humana es la que vive en la mayor diversidad de ambientes existentes.

5.4.2.2.5 Controversia cultura/persona. En las distintas ciencias sociales ha existido una controversia sobre si la cultura moldea a la persona, o si la persona es la que crea la cultura. Sobre este dilema existen las siguientes posturas:

1. **Nominalismo o Psicologicismo:** plantea el predominio y prioridad lógica y psicológica del individuo sobre el grupo.
2. **Sociologismo o Realismo :** considera la realidad substancial de la sociedad con respecto a sus miembros. Prima el grupo por sobre el individuo, los individuos cambian o desaparecen, pero la cultura permanece en el tiempo.
3. **Universalismo:** Posición intermedia, que plantea una coincidencia total entre la sociedad y el individuo. La sociedad está internalizada en la conciencia del individuo, existiendo por tanto una conciencia "individual" que está centrada en el yo, y una conciencia "colectiva", centrada en el nosotros. Ambas conciencias se relacionan recíprocamente.

Esta postura plantea además distintos niveles en la persona; los más superficiales estarían más influidos por lo social, mientras que aquellos más profundos se verían afectados por variables individuales.

Gordon Allport pertenecería por ejemplo a esta postura. El describe la personalidad como "un sistema contenido en una matriz de sistemas socioculturales. Es una Estructura interior encajada en Estructuras exterior y en interacción con ellas. Las estructuras exteriores (colectivas) no podrían existir si se destruyesen los sistemas de la personalidad constituyentes. Pero tampoco el sistema de la personalidad en un individuo cualquiera podría ser lo que es, ni persistir mucho tiempo, sin los sistemas colectivos entre los que se encuentra (Allport, 1966, pp.236-237).

5.4.2.2.6 Cultura y personalidad. Existen dos tradiciones que se han preocupado de estudiar la relación ente personalidad y cultura : la primera es la aproximación clásica perteneciente a la antropología psicológica, y la segunda es una aproximación más reciente (década del 60) y pertenece a la psicología transcultural.

La aproximación clásica se caracteriza por haber sido desarrollada principalmente por antropólogos, y por considerar a la personalidad desde una aproximación no científica en Psicología al estudio de esta disciplina.

De acuerdo a Báguena (1996) existirían cuatro acercamientos al dilema sobre la relación cultura-personalidad, en esta primera aproximación. Los tres primeros se centran en el análisis de una única cultura, centrando su interés en el papel de los procesos de socialización y los factores de personalidad dentro de un grupo cultural. El último aborda comparaciones entre culturas distintas, concentrándose en el intento por identificar los procesos generales a través de los cuales la cultura moldea y es moldeada por los factores de personalidad en las distintas culturas.

Estos cuatro acercamientos son los siguientes:

1. Acercamiento configuracional: (1920-1940) (Benedict, Mead, Sapir). La personalidad es vista como una configuración distintiva de experiencia que tiende a formar una unidad psicológicamente significativa, de lo cual la cultura sería una copia. En otras palabras, la cultura sería la personalidad de una sociedad.

Una autora destacada dentro de esta línea es Ruth Benedict, quien desarrolla la teoría configuracionista de la personalidad. Propone que las culturas son pautas más o menos integradas en la persona, y que se estructuran alrededor de una configuración central, por ejemplo, la valoración de la existencia. En cada cultura se destacan ciertos elementos por sobre otros, los cuales marcan la personalidad de sus miembros.

Benedict utilizó tipos psicológicos individuales para caracterizar las culturas y analizar sus diferencias. Incorporó primero los tipos nietzscheanos basados en la valoración de la existencia. Estos tipos son el Apolíneo, en el cual prima la moderación, y el Dionisiaco, en el que predomina el desenfreno y luego los tipos psiquiátricos.

Otros aportes importantes lo constituyen los estudios de Margaret Mead en Samoa. Ella estudió la fuerza del condicionamiento cultural en la ocurrencia, forma y manifestación de la "adolescencia tormentosa" como se la denominaba en aquella época, y estableció diferencias con la cultura occidental, atribuyendo por tanto ciertas características no a variables evolutivas propias de la especie humana, sino que a variables culturales.

2.- Acercamiento a la personalidad básica y modal (1935-1955) (Kardiner, Linton y DuBois). Este acercamiento supone una cadena causal entre cultura y personalidad, no una semejanza o identidad, como lo proponía el enfoque anterior.

Abraham Kardiner describe la "personalidad básica", la cual incluye los rasgos compartidos por los miembros de una misma cultura, por el hecho de haber compartido experiencias tempranas similares. Describe la existencia de instituciones primarias de la cultura (marco socioeconómico, organización familiar, o prácticas de crianza) que influyen en la personalidad básica, y ésta en las instituciones secundarias de la cultura (religión, mitos, folklore). Las instituciones

secundarias son producto de las primarias, y la personalidad básica media entre estas dos instituciones.

Ralph Linton desarrolla un concepto de "personalidad de status" el cual alude a que las sociedades están estratificadas, y a cada estrato le corresponden características específicas, que constituyen tipos de personalidad característicos a cada grupo.

DuBois, en un intento de validar el concepto de Kardiner y Linton, habla de personalidad modal en vez de básica (noción estadística), la cual expresaría la mayor frecuencia de una cultura, más que la idea de una personalidad fundamental o uniformidad básica. En la cultura existirían además personalidades multimodales, más que una personalidad unimodal.

3.- Acercamiento del carácter nacional: (a partir de 1940) Se basa en estudios sobre Estados-naciones contemporáneos y culturas industrializadas, lo cual fue propiciado por el conflicto bélico de la Segunda Guerra Mundial. En esta línea se desarrollaron una serie de estudios sobre el carácter japonés, alemán, americano, ruso o inglés (Benedict, Mead, Kluckhohn, Gorer, Leighton o Bateson).

Mead aborda este carácter nacional como carácter cultural, mientras que Fromm lo conceptualiza como carácter social, e Inkeles y Levinson como personalidad modal.

4.- Acercamiento transcultural : (a partir de 1950) (Whiting y Child, y Le Vine). Los estudios se centran en culturas tradicionales a pequeña escala y generalmente no industrializadas. Este acercamiento surge del desplazamiento de la atención desde el examen intensivo de culturas simples y la personalidad colectiva de sus miembros, al examen extensivo de las relaciones entre variables culturales y personalidad.

La aproximación más reciente, perteneciente por la psicología transcultural, se inicia en la década del 60. En ella predomina el interés por el nivel individual, a diferencia de la anterior donde interés está puesto en el nivel poblacional. Además en esta aproximación, y a diferencia de la anterior, en los estudios se ignoran o minimizan las diferencias entre grupos, mientras que se acentúa o maximiza las diferencias intra grupo.

Esta aproximación se caracteriza por:

- Ser un trabajo realizado principalmente por psicólogos.
- Defender una concepción científica de la personalidad.
- Destacar la perspectiva de una aproximación social al estudio de la personalidad asentada en una defensa del paradigma de las diferencias individuales.

Existen una serie de estudios en esta línea, siendo los modelos más importantes y representativos los de Triandis y Berry.

La gran gama de estudios realizados en este tema pueden resumirse en:

- Aquellos en que la idea central es la de identificar las relaciones causa-efecto entre cultura y conducta.

- Otros que se interesan por la generabilidad del conocimiento psicológico actual.

- Otros que insisten en identificar las clases de experiencias culturales que pueden representar los factores que promueven la diversidad conductual humana.

- En otros, la preocupación se encuentra en el cambio cultural y su relación con la conducta individual.

- En otros se destacan dos aspectos cruciales: la diversidad de la cultura humana en el mundo, y la conexión entre la conducta individual y el contexto cultural en el que ocurre.

Finalmente están aquellos que abordan el estudio de las semejanzas y diferencias en el funcionamiento psicológico individual en varios grupos étnicos y culturales de las relaciones entre variables psicológicas y variables biológicas, ecológicas y socioculturales; y de los cambios normales en estas variables.

5.4.3 Trastornos de La Personalidad asociados A La Bulimia: Vinculados a este trastorno alimentario se encuentran los siguientes trastornos de la personalidad evasiva y la narcisista.

5.4.3.1 Trastorno de personalidad evitativa. Se caracteriza por baja autoestima, temor a la evaluación negativa y una abstinencia conductual, emocional y cognoscitiva de la interacción social.²² Las personalidades evitativas expresan un deseo de afecto, aceptación y amistad; sin embargo, poseen pocos amigos e intima pocos con otras personas. El temor al rechazo desempeña un papel clave para que estas personas se alejan de las relaciones personales. No establecen una relación a menos de que la otra persona les ofrezca una garantía poco común de aceptación sin crítica.

Los individuos con este trastorno de la personalidad evitativa parecen tímidas y aislados, y quizá también fríos y extraños, para aquellas personas que tienen un contacto superficiales con ellas. Sin embargo, para aquellas que los conocen bien, parecen ansiosos y en extremo sensibles.

Un mecanismo de control que los individuos con este trastorno utilizan es la hipervigilancia. Evalúan en forma continua todos sus contactos con los seres humanos para encontrar señales de humillación, decepción o reacciones negativas.

²² SARASON. Irwin. *Psicología Anormal*, Edt. Prentice Hall. p. 274

Estas personas reducen la cantidad de actividades que emprenden con el objeto de evitar estímulos molestos; exageran los peligros potenciales de ciertas situaciones; sus vidas están controladas por el temor a parecer absurdas o sentirse avergonzadas. Una consecuencia de este retraimiento para el contacto con los demás y las experiencias nuevas, es que les queda más tiempo para preocuparse por sus propios pensamientos y para recordar experiencias dolorosas anteriores.

Algunos estudios indican que un tercio de las anoréxicas restrictivas son de personalidad evasiva; es decir, tienden a ser perfeccionistas y están emocional y sexualmente inhibidos.²³

Tienen una vida de fantasía, rara vez se rebelan y se les percibe por lo general como personas que siempre son buenas. El logro de la perfección es la única manera de lograr amor; esto significa el convertirse en una persona libre de dificultades y el no exigir nada (incluyendo comida). Como parte de este paquete de perfección está una imagen de delgadez que nunca puede lograrse.

Cuando el fracaso inevitable ocurre, el proceso de no comer se convierte en un acto de venganza pasiva contra aquellos cuyo amor está siempre fuera del alcance: “¿ves? estoy desapareciendo lentamente, y vas a estar muy triste cuando ya no esté.”

²³ *Ibid p. 274*

Personas anoréxicas tienen una autoestima baja, son sumamente sensibles al fracaso, y cualquier crítica, no importa cuán leve, refuerza su propia creencia de que “ no son buenas”.

5.4.3.2 Trastornos de la personalidad narcisista. La persona tiene una sensación extrema de importancia de sí mismo y la expectativa de favores especiales, una necesidad de atención constante, autoestima frágil y carencia de simpatía o atención hacia los demás.²⁴

También se preocupan por fantasías de éxito ilimitado, inteligencia, poder, belleza y relaciones amorosas ideales; presentan un comportamiento o actitudes arrogantes y altaneros. Además presentan una hipersensibilidad a la crítica o a la derrota.

5.4.4. Descripción de los Factores de Personalidad

- Factor A: Expresividad Emocional

Las personas que puntúa bajo tiende a ser dura, fría, escéptica y a mantenerse alejada, le gustan más las cosas que las personas, trabajar en solitario y evitar las opiniones comprometidas. Suele ser precisa y “rígida en su manera de hacer las

²⁴ <http://www.noah.cuny.edu/sp/wellconn/speatdisorders.html>

cosas y en sus criterios personales, rasgos que son deseables en muchas ocupaciones. En ocasiones puede ser crítica, obstaculizadora e inflexible.

La persona que puntúa alto tiende a ser afable, reposada, emocionalmente expresiva.

Factor B: Inteligencia

La persona que puntúa bajo tiende a ser lenta para aprender y captar las cosas, "corta" es inclinada a interpretaciones concretas y literales. Su cortedad puede ser debida a una escasa capacidad intelectual o a la influencia de factores psicopatológicos que limitan su actuación.

La persona que puntúa alto tiende a ser rápida en su comprensión y aprendizaje de las ideas. Existe alguna relación con el nivel cultural y con la viveza mental.

Factor C: Fuerza del Yo

La persona que puntúa bajo tiende a presentar poca tolerancia a la frustración; cuando las condiciones no son satisfactorias es voluble, plástica, evade las necesidades y demandas de la realidad neuróticamente fatigada, displicente de emoción y turbación fácil, activa cuando se encuentra insatisfecha.

La persona que puntúa alto tiende a ser emocionalmente madura, estable, realista acerca de la vida, tranquila, con buena firmeza interior y capacidad para mantener una sólida moral de grupo. A veces puede presentar ajustes conformistas, en el caso de problemas no resueltos.

Factor E: Dominancia

La persona que puntúa bajo tiende a ceder ante los demás, a ser dócil, y a conformarse. Es, a menudo, dependiente, acepta la idea de los otros, y se muestra ansioso por una actitud obsesiva. Esta pasividad es parte de muchos síndromes neuróticos.

La persona que puntúa alto es dogmática, segura de sí misma, de mentalidad independiente. Tiende a ser austera, autorreguladora, hostil y extrapunitiva, autoritaria (en el manejo de los demás), y a hacer caso omiso de toda autoridad.

Factor F: Impulsividad

La persona que puntúa bajo tiende a ser reprimida, reticente, introspectiva. A veces es terca, pesimista, indebidamente cauta; es considerada por los demás como presumida y estiradamente correcta. Suele ser una persona sobria y digna de confianza.

La persona que puntúa alto tiende a ser jovial, activa, charlatana, franca, expresiva, acalorada y descuidada.

Factor G: Lealtad Grupal

La persona que puntúa bajo suele ser inestable en sus propósitos.

La persona que puntúa alto tiende a ser de carácter exigente, dominada por el sentido del deber, perseverante, responsable.

Factor H: Aptitud Situacional

La persona que puntúa bajo suele ser tímida, alejada, cautelosa, retraída, que permanece al margen de la actividad social.

La persona que puntúa alto tiende a ser sociable, atrevida, dispuesta a intentar nuevas cosas, espontánea, de numerosas respuestas emocionales.

Factor I: Emotividad

La persona que puntúa bajo tiende a ser práctica, realista, varonil, independiente, responsable y a la vez, escéptica de las elaboraciones culturales subjetivas.

La persona que puntúa alto suele dejarse afectar por los sentimientos, idealista, soñadora, artista, descontentadiza, femenina.

Factor L: Credibilidad

La persona que puntúa bajo suele no presentar tendencia a los celos o envidia; es adaptable, animosa, no competitiva, interesada por los demás, buena colaboradora del grupo.

La persona que puntúa alto suele ser desconfiada y ambigua.

Factor M: Actitud Cognitiva

La persona que puntúa bajo suele mostrarse ansiosa por hacer las cosas correctamente, atenta a los problemas prácticos y sujeta a los dictados de lo que es evidentemente posible.

La persona que puntúa alto tiende a ser poco convencional, despreocupada de lo cotidiano, bohemia, motivada por si misma, creadora, imaginativa, preocupada.

Factor N: Sutileza

La persona que puntúa bajo suele ser sencilla, sentimental, llana, poco sofisticada.

La persona que puntúa alto suele ser refinada, experimentada y astuta.

Factor O: Conciencia

La persona que puntúa bajo suele placida, de ánimo invariable.

La persona que puntúa alto suele ser depresiva, preocupada, llena de presagios e ideas largamente gestadas.

Factor Q1: Posición Social

La persona que puntúa bajo confía en lo que le han enseñado a creer y acepta lo conocido y verdadero.

La persona que puntúa alto suele interesarse por cuestiones intelectuales y dudar de los principios fundamentales.

Factor Q2: Certeza Individual

La persona que puntúa bajo prefiere trabajar y tomar decisiones con los demás, le gusta y depende de la aprobación social.

La persona que puntúa alto es temperamentamente independiente, acostumbrada a seguir su propio camino, tomar sus decisiones y actúa por su cuenta.

Factor Q3: Autoestima

La persona que puntúa bajo no está preocupada por aceptar y ceñirse a las exigencias sociales.

La persona que puntúa alto suelen tener mucho control de sus emociones y conducta en general y ser cuidadosa y abierta a lo social.

Factor Q4: Estado de Ansiedad

La persona que puntúa bajo suele ser sosegada, relajada, tranquila y satisfecha.

La persona que puntúa alto suele ser tensa, excitable, intranquila, irritable e impaciente.

5.5. IDEAS IRRACIONALES

Las creencias irracionales, son aquellas que debido a su irracionalidad nos impiden un análisis objetivo generando consecuencias contraproducentes y autodestructivas. Ellis pone de manifiesto que la forma de pensar, de

emocionarnos o de comportarnos irracionalmente tiene una base de características biológicas. Por fundamento biológico, este autor entiende que "una característica o rasgo tiene unos orígenes marcadamente innatos (así como también adquiridos) y que en parte brotan de la fácil y natural predisposición del organismo a comportarse en una forma típica". Esto no implica una base puramente instintiva, sino que como aclara Ellis se refiere a que, "a consecuencia de su naturaleza genética y/o congénita, una persona desarrolla fácilmente su rasgo y encuentra dificultad modificarlo o eliminarlo".²⁵

La mayor parte de estas creencias irracionales surgen y perpetúan un tipo particular de ansiedad al que denominamos "necesidad perturbadora". A esta "necesidad-perturbadora" podemos describirla como un programa escondido en nuestro cerebro que posee tres conceptos básicos:

- Tengo que actuar bien para ganar la aprobación de los demás;
- Los demás deben actuar correctamente hacia mí;
- Las condiciones de mi vida deben ser fáciles para conseguir lo que quiera sin mucho esfuerzo.
- También detectamos creencias irracionales en:

²⁵ <<http://www.cop.es/delegaci/art_baleares/trabajo2/terapiacc.htm.

- Ideas de catastrofismo, toda situación puede ser aun peor;
- Generalizaciones, lo que me sale mal me va a salir mal siempre;
- Incapacidad para tolerar determinadas situaciones;
- Auto evaluación surgida de una escala de valores equivocada o ajena;
- Ideas de merecimiento y condena;
- Mandatos como "tengo que...", "debería..."

Un breve análisis de nosotros mismos pone rápidamente de manifiesto la cantidad de ideas similares que todos poseemos. Como decíamos anteriormente, si bien la mayor parte de estas creencias se producen tempranamente y su presencia es constante en la génesis de las patologías, para la RET no es fundamental cuándo ni cómo se originaron. Lo importante resulta su presencia y sobre todo, el reforzamiento constante que hacemos de las mismas en el transcurso de la vida.

Con estos mecanismos de creencias irracionales: generalización, sobregeneralización, certeza absoluta, merecimiento y condena, condena

extrema, permanentemente generamos problemas sobre problemas, es decir, ansiedad sobre ansiedad, angustia sobre angustia, depresión sobre la depresión inicial. Utilizando nuestras creencias racionales en cambio, podríamos cumplir con una vieja plegaria que postula tener la serenidad para cambiar las cosas modificables, coraje para aceptar las que no y sabiduría para reconocer la diferencia.

Según la TRE (terapia racional emotiva) la autoestima es una creencia irracional más y poco tiene que ver con el eje central de un individuo y su personalidad.

La autoestima surgiría de una combinación de los siguientes factores o ideas irracionales:

- Su historia de éxitos y fracasos;
- Las valoraciones y aspiraciones personales;
- El tratamiento o reconocimiento obtenido de los demás;
- La forma de mantener la autoestima lograda.

Estas ideas irracionales se fundamentan a su vez en otras creencias irracionales básicas y a través de distintos mecanismos de generalización se concluye que:

1. La gente es igual a sus rasgos: Encontramos en esta creencia un ejemplo más de sobregeneralización por la cual una parte es igual al todo. Tener un rasgo negativo o alguna conducta inadecuada me convierte en una mala persona y disminuye mi autoestima, el tener un rasgo positivo o una conducta apropiada me convierte en una buena persona y mi autoestima aumenta. El error al efectuar esta categorización parte de no considerar la multiplicidad de rasgos y conductas que tiene una persona, y aferrarse sólo a alguna de ellas para describir o caracterizar a un individuo y por lo tanto condicionar su autoestima. Como dice Ellis: "Una manzana podrida en un cajón no implica que todo el cajón lo esté".

2. La gente debe triunfar en la vida, lo que le posibilita no sólo ganar el amor de los demás y ser feliz, sino también elevar la autoestima.

En esta creencia encontramos una conclusión irracional a través de mecanismos del "debería" y de inferencia arbitraria. Si falla alguno de estos preceptos, la autoestima inmediatamente cae. Este concepto es evidentemente demasiado absolutista. El concepto de triunfo y fracaso es totalmente relativo y de ningún modo universal. Nadie es tan infalible como para tener éxito siempre. Generalmente utilizamos nuestras metas alcanzadas, fracasos y muchas de

nuestras creencias irracionales como vara de medición para el resto, actitud de por sí poco objetiva para efectuar una evaluación. Relacionar además estas dos situaciones con la cantidad o calidad de sentimientos que podemos despertar en nosotros mismos o en los demás, carece de toda base científica.

3. La gente debe tener una alta autoestima para poder valorarse, respetarse y aceptarse como medio, además para poder ser valorado, respetado y aceptado por los demás.

Una vez más las sobregeneralizaciones y las inferencias arbitrarias generan una creencia que carece de toda base objetiva. La comprobación de esta sentencia es prácticamente imposible como para respetarla a ciegas. El incluir como concepto de felicidad la autoestima es descaradamente tautológico.

Salta a la vista como carácter común de estas creencias la relatividad absoluta de las mismas. Cualquiera de ellas pueden variar según el momento vital de un individuo, según su nivel intelectual, según las características del medio socio-económico-cultural donde se mueve, etcétera. Aun suponiendo que alcanzar una autoestima respetable pueda ayudar a obtener una mejor calidad de vida, mantenerla en el nivel deseado o intentar aumentarla genera una ansiedad latente casi permanente que interfiere con nuestra capacidad de dedicarnos a lograr metas más importantes.

Cierto es que una baja autoestima es un riesgo psicológico, pero no transforma una personalidad en inadecuada. Como contrapartida, no podría considerarse una alta autoestima como un riesgo psicológico, pero sí lo es tratar de mantenerla a ultranza o vivir la pérdida de la misma como un fracaso vital.

Resumiendo, podríamos concluir, junto con Branden, Rand y otros, que la autoestima significa que un individuo se valora a sí mismo cuando ha actuado inteligente, correcta y competentemente. Al no existir reglas fijas o universales sobre qué es actuar inteligente, correcta y competentemente, y sobre quién sería el juez de estas conductas, nos enfrentamos con el dilema de no saber si lo estamos haciendo bien o no. Además corremos el riesgo de permanecer en esta evaluación indefinidamente sin poder nunca alcanzar nuestra anhelada autoestima, perdiendo el tiempo y el esfuerzo necesarios para entablar búsquedas no sólo más entretenidas, sino definitivamente más beneficiosas.

El concepto de autovaloración es para la RET una de sus concepciones básicas. En abierta contraposición con el concepto de autoestima, Ellis propone el de "autoaceptación y autovaloración". Expresándolo más concretamente con sus palabras, Ellis propone que "el hombre vale porque decide permanecer vivo y valorar su existencia".

La autoaceptación, en cambio, significa que el individuo se acepta total e incondicionalmente. Esta aceptación no depende de si se comporta o no

inteligente, correcta o competentemente ni de que los demás lo acepten, respeten o amen (Ellis, 1962). Obviamente, entonces, todos somos capaces de sentir autoaceptación y no necesitamos demasiado esfuerzo o energía para conseguirla o conservarla. Como individuos somos demasiado complejos para ser valorados o clasificados sólo por algunos de nuestros rasgos o conductas. Legítimamente sólo podemos ser "valorados" por nosotros mismos basándonos en hechos empíricos, como ser:

- Existir;

- Tener la capacidad de seguir existiendo tratando de experimentar más satisfacción que dolor;

- Poder soportar tanto el dolor como la felicidad;

- Seguir "mereciendo existir y disfrutar".

Considerada de esta manera, la autoaceptación se convierte en un concepto fundamental de la RET y en una de sus metas terapéuticas. A partir de esta autoaceptación y autovaloración se renuncia al difícil e inútil juego de clasificarnos a nosotros mismos o al resto de las personas. Gracias a esto, podemos actuar, sentir y pensar con mucha mayor libertad. Gracias a esta mayor libertad, podremos tener éxitos y fracasos, equivocarnos y rectificarnos e inclusive volver a

equivocarnos sin poner en juego nuestros sentimientos o ninguna parte vital de nuestra personalidad y consecuentemente daremos la misma posibilidad a los demás.

Debemos incluir en esta meta terapéutica lograr que nuestros pacientes no caigan nuevamente en una clasificación y redimensión de su autoestima a partir de su autoaceptación y de sus valoraciones personales. Recordemos siempre que la autoaceptación incluye hechos científicamente comprobables y no impide a la gente lograr sus metas básicas, sino que al contrario les facilita el camino.

Otro punto a resaltar es que no origina los problemas emocionales que surgen al mantener, aumentar o impedir que decaiga la tan mentada autoestima. Obviamente, a partir de una autoevaluación descubriremos nuestros rasgos positivos y negativos, los cuales en su conjunto nos permitirán o no alcanzar una meta determinada. Pero éste es el punto final de la autoevaluación. Caer nuevamente en un proceso de clasificación según los rasgos útiles o perjudiciales que encontremos nos lleva de vuelta a la lucha estéril por la autoestima alejándonos años luz de nuestras metas.

La TRE mantiene que casi siempre las distorsiones provienen de los "debo de". Algunas de las más frecuentes son las siguientes (Ellis y Dryden, 1987).²⁶

²⁶ CCABALLO, Vicente. *Manual de técnicas de Terapia y Modificación de Conductas. Siglo XXI, España 1993. p. 479-480.*

1. Pensamiento de "todo o nada". "Si fracaso en un hecho importante, como no debo, ¡soy un fracaso total! y completamente indeseable".
2. Saltando a las conclusiones y nos sequiturs negativos. "Puesto que me han visto fallar estrepitosamente, como no debería haberlo hecho, me verán como un idiota incompetente".
3. Adivinar el futuro. "Como se están riendo de mí por fallar, saben que debería haber tenido éxito, y en consecuencia me despreciarán para siempre".
4. Centrándose en lo negativo. "Como no puedo soportar que las cosas vayan mal, y no deben ir mal, no veo que esté sucediendo nada bueno en mi vida".
5. Descalificando lo positivo. "Cuando me hacen un cumplido sobre las cosas buenas que he hecho, sólo están siendo amables y olvidándose de las estupideces que no deberían haber cometido".

6. Siempre y nunca. "Como las condiciones de la vida deberían ser buenas y en realidad son malas e intolerables, siempre serán de esta manera y nunca seré feliz".

7. Minimización. "Mis logros son el resultado de la suerte y no son importantes. Pero mis errores, que no debería haber cometido, son tremendamente malos y totalmente imperdonables".

8. Razonamiento emocional. "Como he actuado de forma tan incompetente, y no debería haberlo hecho, ¡me siento como un estúpido total y mis fuertes sentimientos demuestran que no soy bueno!".

9. Etiquetado y sobregeneralización. "Como no debo de fallar en un trabajo importante y lo he hecho, ¡soy un perdedor y un fracaso completo!".

10. Personalización. " Puesto que estoy actuando mucho peor de cómo lo debería hacer y como ellos se están riendo, estoy seguro de que sólo se están riendo de mí, y eso es terrible".

11. Falseamiento. “Cuando no o hago tan bien como lo debería hacer y me siguen aceptando y alabando, ¡soy un verdadero farsante y pronto les mostraré mi verdadera cara y lo despreciable que soy! ”.

12. Perfeccionismo. “Se que lo hice bastante bien, pero una tarea como esa debería haberla hecho perfectamente y, por lo tanto, ¡soy un verdadero incompetente!”.

Aunque los terapeutas de la TRE descubren, a veces, todos los pensamientos ilógicos que se acaban de describir, se centran especialmente en los incondicionales “ tengo que ” y “ debo de”, que parecen constituir el núcleo filosófico de las creencias irracionales que conducen a las perturbaciones emocionales. Los clínicos de la TRE sostienen que si no descubren y ayudan a los pacientes a abandonar estas creencias básicas, dichos pacientes muy probablemente continuarán manteniéndolas y desarrollando nuevas variaciones irracionales de ellas.

Los terapeutas de la TRE exploran también los “ tremendísimos ”, los “ no puedo – soportantitis” y las “condenas” , y les muestran a los pacientes cómo provienen casi invariablemente de sus “ debo de ” y que se pueden abandonar si renuncian a sus demandas absolutistas sobre sí mismos, sobre los demás y sobre el mundo.

Al mismo tiempo, los terapeutas racional – emotivo animan habitualmente a sus pacientes para que tengan deseos y preferencias fuertes y persistentes, y que eviten los sentimientos de abandono, retiro y falta de implicación.

5.5.1. Creencias Irracionales

- **“Necesidad de aprobación.** Esta idea consiste en una necesidad extrema para el ser humano adulto de ser amado y aprobado por prácticamente cada persona significativa de su sociedad”.

- **Autoexigencia:** Tal creencia se manifiesta en que “para considerarse uno mismo valioso se debe ser competente suficiente y capaz de lograr cualquier cosa en todo los aspectos posibles”.

- **Culpar a otros:** Se expresa en “la vida de que cierta clase es vil, malbado o infame y que debe ser seriamente culpabilizado y castigado por su maldad.

- **Reacción a la frustración:** Según esta creencia resulta tremenda o catastrófico el hecho de que las cosas no vayan por el camino que a uno le gusta que fuese.

- **Irresponsabilidad Emocional:** Se resume esta idea en pensar que la desgracia humana se origina por causa externa que la gente tiene ninguna o poca capacidad para controlar sus penas o perturbaciones.
- **Ansiedad por preocupación:** según esta idea "si algo es o puede ser peligroso o temible hay que sentirse temiblemente inquieto, por ello, se deberá pensar constantemente la posibilidad que esto ocurre.
- **Dependencia:** Por esta idea se supone que "se debe depender de las demás y siempre se necesita alguien más fuerte en quien confiar.
- **Influencia del pasado:** por esa idea se considera que la historia pasada del individuo es un determinante decisivo de la conducta actual, ya que algo que ocurrió alguna vez y le conmociona debe seguir afectándole indefinidamente.
- **Perfeccionismo:** Esta creencia supone que existe invariablemente una solución precisa correcta que perfecta para los problemas humanos y que esta solución perfecta no se encuentra sobre viene la catástrofe."²⁷

²⁷ RIZZO, Walter. *Entrenamiento Asertivo Aspectos Conceptuales. Evaluativos y de Intervención. México. Norma. 1996. p. 65*

6. DEFINICIÓN DE VARIABLES

6.1. DEFINICIÓN CONCEPTUAL

6.1.1. Personalidad: "Colección de patrones de conductas que son producto de experiencias previas, y de la historia genética de la persona. Así, la personalidad solo podría conocerse a través de conclusiones sobre las conductas de las personas, y serían producto del aprendizaje."²⁸

6.1.2. Ideas irracionales: "Son aquellas creencias que debido a su irracionalidad impiden un análisis objetivo, generando consecuencias contraproducentes u autodestructivas."²⁹

²⁸ <<[http://www.puc/varrer/escuela de psicología/publicaciones.html](http://www.puc/varrer/escuela_de_psicología/publicaciones.html)

²⁹ <<<http://www.cop.es/delegasi/baleares/trabajo2/terapiacc.htm>

6.2. DEFINICIÓN OPERACIONAL

DEFINICIÓN CONCEPTUAL	DIMENSION	INDICADORES	INDICES
IDEAS IRRACIONALES	1. Necesidad de aprobación 2. Autoexigencia 3. Culpar a otros 4. Reacción a la frustración 5. Irresponsabilidad emocional 6. Ansiedad por preocupación 7. Dependencia 8. Influencia del pasado 9. Perfeccionismo	1. Pensamiento de todo o nada 2. Saltando a las conclusiones y nos sequiturs negativos. 3. Adivinar el futuro 4. Centrándose en lo negativo Descalificando lo positivo 5. Razonamiento emocional 6. Siempre y nunca Minimización Etiquetado y sobregeneralización 7. Personalización 8. Falseamiento 9 Perfeccionismo	79 preguntas con 5 propuestas opcionales.

PERSONALIDAD	1. Expresividad emocional.	1. Soliloquio – sociabilidad.	Puntuación baja 1 a 3 sentenes (-)
	2. Inteligencia	2. Inteligencia baja – Inteligencia Alta	Puntuación alta 8 a 10 sentenes (+)
	3. Fuerza del Yo	3. Fuerza Superior del Yo.	
	4. Dominancia	4. Sumisión - Ascendencia	
	5. Impulsividad	5. Retraimiento – Impetuosidad	
	6. Lealtad grupal	6. Super ego debil	
	7. Aptitud situacional	7. Timidez audacia	
	8. Emotividad	8. Severidad – sensibilidad emocional	
	9. Credibilidad	9. Confianza – Desconfianza	
	10. Actitud Cognitiva	10. Objetividad – Subjeitividad	
	11. Sutileza	11. Ingenuidad – astucia	
	12. Conciencia	12. Adecuación serena	
	13. Posición actual	13. Conservadorismo radicalismo	
	14. Certeza individual	14. Dependencia grupal autosuficiencia	
	15. Autoestima	15. Indiferencia – control	
	16. Estado de Ansiedad	16. Tranquilidad – tensión	

7. CONTROL DE VARIABLES

7.1. VARIABLE CONTROLADA

VARIABLE	QUE	COMO	PORQUE
SUJETO	Nivel de escolaridad	Los adolescentes que sepan leer y escribir para que puedan responder los test psicometricos que se les van a aplicar	Se requieren estas habilidades para poder manejar los contenidos de las pruebas psicometricas 16 PF, IBT
AMBIENTE	Influencia de otras personas, para la aplicación de las pruebas 16 PF, IBT.	Ubicando a los adolescentes en un espacio amplio donde tenga la capacidad para desarrollar favorablemente los test	De esta forma se obtendrá mayor concentración y sinceridad puede variar en presencia de otras personas.
INSTRUMENTOS	Validez y confiabilidad de los instrumentos 16 PF, IBT	Con la utilización de instrumentos que sean validos y confiables como el 16 PF, IBT.	

7.2. VARIABLES NO CONTROLADAS

QUE	PORQUE
Estado civil, ocupación, sexo, edad.	Estas variables no son de interés para la investigación porque se busca identificar las características de personalidad e ideas irracionales que se manifiestan en la muestra.

8. METODOLOGÍA

8.1. PARADIGMA

El paradigma empírico analítico o positivista es aquel el cual pretende el control y la predicción de los fenómenos explicativos, analíticos y pretende denominar y transformar el mundo material.³⁰ La investigación realizada está ubicada dentro de este paradigma porque describe e interpreta a nivel cuantitativo la forma como el total de la muestra, manifiesta que la obesidad y la bulimia afecta a su personalidad y formas de pensar.

8.2. TIPO DE INVESTIGACIÓN

El tipo de investigación utilizada fue descriptiva el cual trabaja sobre realidades de hechos, y su carácter fundamental, es la de presentarnos una interpretación correcta.³¹, puesto que busca describir las características de personalidad y creencias irracionales en los adolescentes.

³⁰ <<<http://www.diamigomed.edu.co/poesis/poesis.w.marin.htm>.

³¹ TAMAYO, Mario. *Proceso de la investigación científica*. México: Limusa.p. 118

Según el tipo de diseño es descriptivo, ya que tiene como objetivo conocer como las variables características de personalidad y creencias irracionales se presentan en las adolescentes con trastornos de obesidad y bulimia, que asisten al Centro Overeaters Anonymous de la ciudad de Barranquilla.

8.3. POBLACIÓN

La población esta conformada por 20 adolescentes con trastornos de obesidad y bulimia que asisten al Centro Overeaters Anonymous de la ciudad de Barranquilla cuyas edades oscilan entre 14 a 20 años.

8.4. MUESTRA

Se tomo una muestra no probabilística, porque en esta la elección de los sujetos dependen de que presenten las características específicas para ser sujeto de estudio.³²

Para la elección de la muestra se hizo uso de un muestreo intencionado, ya que en él investigador selecciona los elementos que a su juicio son representativos, lo cual exige al investigador un conocimiento previo de la población. A través de la historia clínica que fueron suministradas por el centro donde se permitía conocer si

³² *Ibid. p. 120*

tenía o no trastornos alimenticios de determinado las categorías que se pueden considerar como tipo representativo del fenómeno que se estudia.

Esta muestra está conformada por ocho adolescentes entre los 14 a 20 años con trastornos de obesidad y bulimia que asisten al Centro Overeaters Anonymous de la ciudad de Barranquilla.

8.5. TÉCNICAS E INSTRUMENTOS

La recolección de información del siguiente estudio se llevó a cabo mediante la aplicación de distintas pruebas en las cuales son instrumentos estructurados, a partir del enfoque comportamental cognitivo.

- Instrumento para medir personalidad.

- Cuestionario de los 16 factores de la personalidad "16 PF". El cuestionario de 16 factores de la personalidad (16PF) es un instrumento diseñado para la investigación básica en Psicología y para cubrir lo más ampliamente posible el campo de la personalidad en un corto tiempo. El cuestionario 16 PF fue diseñado para usarse con individuos mayores de 16 años.³³

³³ CATTELL, R.B., EBER, H. W *Cuestionario de 16 factores de la personalidad. Edit El Manual Moderno S.A. de C.V. México 1980.*

Las formas que se presentan aquí son más apropiadas para personas que saben leer y escribir, cuyo nivel educativo es aproximadamente equivalente a aquél de los estudiantes de secundaria. Los resultados pueden calificarse manualmente o por medio de máquinas.

La comprensión de la personalidad en su amplitud total, de una manera analizable, se basa en la medición de 16 dimensiones funcionalmente independientes y psicológicamente significativas, aislados y estudiadas durante más de 20 años de investigación de análisis factorial sobre grupos normales y clínicos. Aquéllos que aplican el " 16 PF " necesitan un poco de práctica para acostumbrarse a manejar tantos rasgos, pero las amplias posibilidades para entender la personalidad y predecir la conducta del sujeto compensará con creces el esfuerzo realizado.

El 16 PF constituye la forma más rápida de medir los factores primarios de la personalidad y ha demostrado comprensibilidad y buena capacidad predictiva en relación con el criterio de la vida diaria en psicología aplicada. Sin embargo, como todos los cuestionarios, en situaciones poco comunes debe usarse con mucho cuidado para evitar la distorsión de los resultados.

El 16 PF mide la validez y universalidad de sus fuentes de rasgos de la personalidad.

Aunque en los últimos cuarenta años se han publicado innumerables cuestionarios e inventarios, sólo dos o tres de ellos se han elaborado sobre estudios de análisis factorial con el criterio de estructura simple. Los estudios de este tipo, técnicamente adecuados y ampliamente repetidos son necesarios para demostrar que los rasgos separados o dimensiones de la personalidad, que miden las escalas del cuestionario 16 PF, corresponden a fuentes de rasgos definidos originalmente, funcionalmente unitarios y psicológicamente significativos. De este modo, el 16 PF no es un cuestionario compuesto de escalas arbitrarias, sino que consiste de escalas orientadas cuidadosamente hacia conceptos básicos de la estructura de la personalidad humana. Su publicación se realizó para cubrir las demandas de los psicólogos de un instrumento para medir la personalidad debidamente, validando con respecto a los factores primarios de la personalidad, y originados en psicología general. Otras propiedades del 16 PF en el área de validez son:

- a. Acción supresora entre los reactivos para reducir el efecto de los factores contaminantes (Cattell, 1951).

- b. Correlaciones de cada reactivo con el factor puro (Cattell, Eber y Deles, 1968).

- c. Relaciones establecidas entre los factores del cuestionario y los factores correspondientes en la clasificación de conducta, campo del " criterio "(Schaie, 1962).

- d. Relaciones examinadas de factores de la personalidad en la prueba objetiva (Séller y Cattell, 1958).

- e. Relación clara y calculadora entre las escalas primarias y las escalas derivables de factores de segundo orden (Gorsuch, Cattell, 1967).

- f. Cuadros sintetizados por computadoras de los cuales se puede obtener una mayor validez que de las escalas simples.

- g. Una estructura que puede emparentarse con los mismos factores medidos, en desarrollo continuo, en los rasgos infantiles y adolescentes.

- h. Validez concreta establecida en relación con varios criterios clínicos, industriales, educativos, y sociales de la vida real.

i. Una serie conceptual como fuentes de rasgos unitarios en otras culturas.

➤ **Aplicación Del Cuestionario 16 Pf.** El 16 PF consta de 187 preguntas con estas se quiere conocer sus actitudes y sus intereses, no hay respuestas “buenas” ni “malas” porque cada quién puede poseer sus propios puntos de vista. Para que se pueda obtener la mayor cantidad de información de sus resultados, usted deberá tratar de responder exacta y sinceramente.

En la parte superior de la hoja de respuestas escriba por favor su nombre y los demás datos que se le piden.

Primero, conteste las preguntas de ensayo que se encuentran más abajo. Si tiene algún problema con ellas por favor dígalos. En este cuadernillo usted solo va a leer las preguntas, ya que todas las contestaciones las hará en la hoja de respuestas, asegurándose de que el número que tienen ambas sea el mismo.

Hay tres respuestas posibles para cada pregunta. Lea los siguientes ejemplos. Lea los siguientes ejemplos y ponga sus contestaciones en la parte superior de la hoja de respuestas en donde dice “ejemplos”. Si su respuesta es (a) ponga una cruz dentro del cuadrado de la izquierda; si su respuesta es (b) ponga la cruz o una

X dentro del cuadrado del centro, si su respuesta es (c) ponga la marca dentro del cuadrado de la derecha.

El Test 16PF se califica a través de tres plantillas donde cada una ayuda a obtener resultados brutos de cada una de las características de personalidad que evalúa la prueba.

Cada una de las plantillas es colocada en las hojas de respuesta la cual permite seleccionar las respuestas correctas de cada característica.

Al obtener el puntaje bruto es llevado a la hoja de perfil, donde se ubican los puntos (1 – 10 estén Medio – bajo, para saber que características predominan en el individuo).

EJEMPLOS:

1. Me gusta ver juegos deportivos en equipos:

a. Sí b. En ocasiones c. No

2. Prefiero a la gente que es :

a. Reservada. b. Intermedio c. Hace amigos rápidamente

3. El dinero no trae la felicidad:

a. Sí (cierto) b. Intermedio. C. No (falso).

4. Mujer es a niña como gato es a :

a. Gatito b. Perro. C. niño.

En este último ejemplo hay una respuesta correcta: gatito. En el cuadernillo hay unas cuantas preguntas como ésta.

La letra (b) indica, por lo general, que usted está dudando acerca de lo que se le plantea. Hemos puesto varias frases y palabras distintas dentro de esta letra, pero todas tienen ese mismo significado.

Si algo no está claro, pregúntelo ahora, dentro de un momento el examinador le dirá que lea el cuestionario y comience a responder sobre la hoja de respuestas.

Al estar contestando recuerde estos 4 puntos:

1. No se le pide que medite sus respuestas, dé la primera respuesta que más pronto le venga a la mente, de un modo natural. Aunque las preguntas son demasiado cortas para darle todos los datos que usted desearía tener, trate de dar siempre la mejor respuesta a un ritmo de alrededor de 5 contestaciones por minutos; haciéndolo así usted terminará aproximadamente en 35 o 45 minutos.

2. Trate de no crear en el centro; en la letra (b), que son las respuestas de indecisión o de duda, excepto cuando le sea realmente imposible escoger cualquier otra opción.

3. Asegúrese de no saltarse ninguna pregunta, responda de manera apropiada a cada una de las preguntas. Algunas puede ser que no encajen con su situación. Algunas preguntas pueden parecerle demasiado personales, pero recuerde que su hoja de respuestas quedará en las manos confidenciales de un experto, y que no se trata de localizar ciertas respuestas especiales, sino de apreciarlas en conjunto. Por ello, esta prueba se califica con una plantilla construida ex profeso.

4. Responda con toda la honestidad posible lo que sea cierto para usted, evite marcar la respuesta que le parezca "la más aceptable" con el fin de impresionar al examinador.

Criterios Esenciales Que Recomienda El Uso Del 16 Pf:

1. Qué el cuestionario 16 PF está inserto dentro del amplio tejido o red de la teoría psicológica general.
2. Qué en su forma actual, la prueba se basa en un fundamento empírico de más de 10 investigaciones de análisis factorial, sobre una muestra de varios miles de reactivos.
3. Qué las propiedades psicométricas de las escalas (p. Ej, confiabilidad, validez, etc) han sido explorados y reportadas a partir de una gran variedad de muestras y condiciones.
4. Qué los datos científicos acerca del cuestionario (reportadas en números libros y artículos) proporcionan una rica base de evidencia y de criterio en Psicología industrial, clínica, social y educacional.

DE LOS FACTORES PRIMARIOS USADOS EN EL 16 PF1

FACTOR – DENOMINACION	PUNTUACIÓN BAJA: 1 a 3 estenes (-)	PUNTUACIÓN ALTA: 8 a 10 estenes (+)
A EXPRESIVIDAD EMOCIONAL. Punt.máx.*64	SOLILOQUIA (Sizothymia)Discreto, desprendido, inflexible.	SOCIABILIDAD (Affectothymia) Afectuoso, complaciente, participante.
B INTELIGENCIA. Punt.máx.42	INTELIGENCIA BAJA (Low Intelligence) Torpe, lerdo.	INTELIGENCIA ALTA (High Intelligence) Brillante, vivo, rápido.
C FUERZA DEL YO Punt.máx.76	DEBILIDAD DEL YO O INESTABILIDAD EMOCIONAL. (Emotional instability or Ego weakness) Alterable, voluble, sentimental.	FUERZA SUPERIOR DEL YO (Higher Ego strenght) Maduro, calmado, realístico.
E DOMINANCIA. Punt..máx.76	SUMISIÓN (Submissiveness) Servil, dócil, moldeable.	ASCENDENCIA (Dominance or Ascendence) Agresivo, competitivo, terco.
F IMPULSIVIDAD Punt.máx.76	RETRAIMIENTO (Desurgency) Sobrio, taciturno, serio.	IMPETUOSIDAD (Surgency) Entusiasta, atolondrado, despreocupado.
G LEALTAD GRUPAL Punt.máx.64	SUPEREGO DEBIL (Low superego strengrh, lack of acceptance of group moral standards) Oportunista, omite reglas.	SUPEREGO FUERTE (Superego strength or character) Conciente, perseverante.

H SITUACIONAL Punt.máx.76	APTITUD	TIMIDEZ (Threctia) Vergonzoso, aprensivo.	(Threctia) reprimido,	AUDACIA (Parmia) Aventurero, socialmente peculiar.
I EMOTIVIDAD Punt.máx.64		SEVERIDAD (Harria) Determinado, ilusiones, realista.	(Harria) rechaza	SENSIBILIDAD EMOCIONAL (Premsia) Afectuoso, sobreprotegido, sensitivo.
L CREDIBILIDAD Punt.máx.64		CONFIANZA (Alaxia) Confiado, acepta condiciones, plegable.	(Alaxia)	DESCONFIANZA (Protension) Celoso, desconfiado, tiránico.
M ACTITUD COGNITIVA Punt.máx.76		OBJETIVIDAD (Praxernia) Práctico, reales, prosaico.	(Praxernia) preocupaciones	SUBJETIVIDAD (Autia) Imaginativo, bohemio, distruido, caprichoso.
N SUTILEZA Punt.máx.64		INGENUIDAD (Naiveté) Ingenuo, modesto, sincero, sin pretensiones.	(Naiveté)	ASTUCIA (Shrewdness) Culto, socialmente alerta, mundano.
O CONCIENCIA Puntmáx. 76		ADECUACION SERENA (Untroubled adequacy) Apacible, autoconfiado, obstinado.	(Untroubled adequacy)	PROPENSIÓN A LA CULPABILIDAD (Guilt proneness) Atormentado autorecriminante, problemático, escrupuloso.
Q1 POSICION SOCIAL Punt.máx.76		CONSERVADURISMO (Conservatism temperament) Conservador, respeto ideas establecidas, tolerantes ante dificultades tradicionales.	of	RADICALISMO (Radicalism) Liberal, experimentador analítico, pensamientos liberales.
Q2 INDIVIDUAL Punt.máx.64	CERTEZA	DEPENDENCIA (Group dependency) Dependencia socialmente del grupo, sigue fiel.	GRUPAL	AUTOSUFICIENCIA (Self – sufficiency) Autodecisivo, lleno de recursos, brioso.

Q3 AUTOESTIMA Punt.máx64	INDIFERENCIA (Low self – sentiment integration) Flojo, indisciplinado, sigue sus impulsos.	CONTROL (High strength of self – sentiment) Fuerte voluntad, controlado socialmente preciso.
Q4 ESTADO DE ANSIEDAD Punt.máx.76	TRANQUILIDAD (Low ergic tensión) Relajado, apático, sereno, no frustrado.	TENSIÓN (High ergic tensión) Tenso, impulsivo sobreexcitado, malhumorado.

**DESCRIPCIÓN DE LOS FACTORES DE SEGUNDO ORDEN DEL
CUESTIONARIO 16 PF**

FACTOR	PUNTUACIÓN BAJA	PUNTUACIÓN ALTA	FACTORES PRIMARIOS SIGNIFICATIVAMENTE RELACIONADOS.
QS1	INTROVERSIÓN (Invia)	EXTROVERSION (Exvia)	(A+),(E+),(H+),(Q2-)
QS2	POCA ANSIEDAD (Adjustment)	MUCHA ANSIEDAD (Anxiety)	(C-),(H),(L+),(O+), (Q3-),(Q4+)
QS3	SUSCEPTIBILIDAD (Pathemia)	TENACIDAD (Cortertia)	(A-),(I-),(M-),(E+),(I+)
QS4	DEPENDENCIA (Subduedness)	INDEPENDENCIA (Independendece)	(E+),(L+),(M+),(Q1+), (Q2+)

- Instrumento Para Medir Ideas Irracionales

Test IBT. Mide las ideas irracionales que presenta el sujeto, si estas son adaptadas o por el contrario, llevan a él sujeto a la desadaptación, contiene 9 ítem referentes a ideas irracionales.³⁴

Fue diseñada por Jones, basados en 9 ideales irracionales expuestos por Alber Ellis.

El IBT permite determinar como los pensamientos irracionales influyen directamente los estados emocionales y en la interpretación de los hechos.

Esta prueba consta de 79 preguntas es un cuestionario de cómo usted cree y siente acerca de varias cosas, tiene 5 opciones para cada respuesta encerrándola en un circulo, asegúrese de marcar lo que usted actualmente cree y siente y no como cree que debería sentir. No es necesario pensar mucho, trate de evitar lo neutro o la respuesta 3 tanto como le sea posible. Sólo utilice éste número si usted realmente no puede decidir si está de acuerdo o no. Recuerde que no hay respuestas buenas o malas. Cuanto más sinceramente conteste, más útil será el test para usted.

³⁴ RIZZO, W. Entrenamiento Asertivo Aspectos Conceptuales, Evaluativos y de Intervención. Mexico, Norma 1991. p. 65

1. Muy de acuerdo.
2. Moderadamente de acuerdo.
3. Ni de acuerdo ni en desacuerdo.
4. Moderadamente en desacuerdo.
5. Muy en desacuerdo.

TABLA 3

PUNTUACIONES MEDIAS Y DESVIACIONES ESTANDARDS EN LA POBLACIÓN NORMAL Y EN PACIENTE. PARA CADA UNO DE LOS CUESTIONARIOS.

**(RIZZO WALTER)
1998**

ESCALAS	NORMALES	PACIENTES
1.NECESIDAD DE APROBACIÓN.	22.78 4	25.9 6.4
2.AUTOEXIGENCIAS.	25.18 4.32	29.4 4.3
3. CULPAR A OTROS.	27.35 4.23	26 5.9
4.REACCION AL FRUSTRACIÓN.	23.70 5.06	29.2 5.8
5. IRRESPONSABILIDAD EMOCIONAL.	18.35 4.56	21.9 5.8
6. ANSIEDAD POR PREOCUPACIÓN.	27.01 4.86	32 5.8
7. DEPENDENCIA.	24.07 4.73	24 5.3
8. INFLUENCIA DEL PASADO.	23.08 4.54	26.1 5.5
9. PERFECCIONISMO.	26.51 3.83	24.9 4.7

Para calificar el test IBT se realizan los siguientes pasos:

1. Todo ítem que tenga la bolita debe ser invertido: si saco 5 se convierte en 1, y el 1 se convierte en 5, el 2 se convierte en 4, el 4 se convierte en 2, el 3 queda igual.
2. Los ítem terminados en 1 pertenecen a la escala de necesidad de aprobación y se suman (1 – 71).
3. Los ítem terminados en 2 pertenecen a la escala de autoexigencias y se suman (2 – 72).
4. Los terminados en 3 pertenecen a la escala de culpar a otros y se suman (3 – 73).
5. Los terminados en 4 pertenecen a la escala de resistencia a la frustración y se suman (4 – 74).

6. Los terminados en 5 pertenecen a la escala irresponsabilidad emocional y se suman (5 – 75).

7. Los terminados en 6 pertenecen a la escala de ansiedad por preocupación y se suman (6 – 76).

8. Los terminados en 7 pertenecen a la escala de dependencia y se suman (7 – 77).

9. Los terminados en 8 pertenecen a la escala influencia del pasado se y suman (8 – 78).

10. Los terminados en 9 pertenecen a la escala de perfeccionismo y se suman (9 – 79).

8.6. PROCEDIMIENTO

La realización de este proyecto de investigación fue programado en tres etapas: la primera de ellas, estuvo estimada a la revisión bibliográfica y enriquecimiento del Marco Teórico, que se realizó durante todo el proceso, para ello se consultaron distintas fuentes bibliográficas, pertinentes al tema de investigación.

La segunda etapa, estuvo relacionada con la delimitación de la muestra que se determinó teniendo en cuenta las siguientes características:

Que sean adolescentes con trastornos de obesidad y bulimia con edades que oscilen entre los 14 y 20 años.

Esto se conoció a través de las historias clínicas que fueron facilitadas por el Centro Overeaters Anonymous de la ciudad de Barranquilla, lo que permitió conocer si se presentaban en los adolescentes los trastornos alimenticios (obesidad y bulimia) se escogieron los test e instrumentos a utilizar tales como el IBT y el cuestionario de personalidad (16PF).

Para llevar a cabo la aplicación de dicho estudio se prosiguió a establecer contacto con la muestra requerida ubicada en el Centro Overeaters Anonymous

de la ciudad de Barranquilla, llevándose a cabo la aplicación de pruebas, las cuales arrojarían los resultados de la investigación realizada.

Al tener los instrumentos realizados se procedió a la tabulación obtenida, puntaje bruto por cada una de las pruebas por cada individuo perteneciente a la muestra, luego se procedió a realizar histograma por cada una de las características de personalidad, creencias irracionales para obtener los resultados finales de la investigación.

9. RESULTADOS

Para obtener los datos base de los resultados de esta investigación se utilizó como técnica de recolección de datos los Test 16PF que evalúa características de personalidad y el TEST IBT que evalúa ideas irracionales, los cuales son inventarios fundamentados en el enfoque comportamental cognitivo; que constan de ítems que postulan; el primero rasgos de personalidad y el segundo creencias irracionales que presentan cada uno de los participante de la muestra.

Para facilitar el análisis e interpretación de los resultados y proteger la identidad de la muestra a cada uno se le asignó un número de 1, 2, 3, 4.... 8, igualmente se describen las características de personalidad e ideas irracionales que se presentaron en la muestra y en que nivel se presentan las variables en cada uno de los adolescentes (Nivel Alto – Medio – Bajo de cada una de las 16 características de personalidad. Al igual que el nivel (Bajo - Medio – Alto) de cada una de las ideas irracionales.

RESULTADOS DEL TEST 16PF

Al analizar los resultados se observó que de los ocho sujetos que conforman la muestra en la característica (A) expresividad emocional, el 75% (seis sujetos) se encuentran en la media, indicando que esta característica no los afecta. Un 12.5% (un sujeto) obtuvo una puntuación baja del 40% esto quiere decir que es una persona inflexible, el otro 12.5% (un sujeto) obtuvo una puntuación alta del 90% lo cual indica que es una persona sociable, expresiva emocionalmente, por lo tanto este puntaje no es característica de las personas con trastornos de obesidad y bulimia.

En la característica (B) inteligencia el 37.5% (3 sujetos) de la muestra obtuvieron un puntaje bajo lo que indica que su coeficiente intelectual es bajo, lo que indica que su coeficiente intelectual es bajo, otro 50% (sujeto) se encuentra en la media esta quiere decir que presenta un coeficiente intelectual normal acorde a su edad y el otro 12.5% (1 sujeto) presenta un coeficiente intelectual alto, pero se hace aclaración que esta característica no es relevante para nuestra investigación ya que no se evalúa inteligencia en los adolescentes con trastornos de obesidad y bulimia.

En la característica (C) fuerza del yo, el 75% (6 sujetos) obtuvieron un puntaje alto lo que indica que son personas con una fuerza del yo alta, son maduras,

realistas y calmadas, el otro 25% dos sujetos se encuentran dentro de un puntaje normal.

En la características (E) dominancia el 25% (2 sujetos) obtuvieron un puntaje alto lo que indica que son personas agresivas, tercas, otro 62.5% se encuentran dentro de una puntuación normal y el otro 1.25% (1 sujeto) obtuvo una puntuación baja indicando que es una personal dócil moldeable.

En la característica (F) impulsividad un 25% (2 sujetos) obtuvieron un puntaje alto, que indica que son personas entusiastas, despreocupadas, atolondradas, otro 62.5% (5 sujetos) que se encuentran dentro de lo normal y otro 12.5% (1 sujeto) obtuvo un puntaje bajo lo que indica que son una persona retraida, sobria, tacita, en la característica (6) lealtad grupal el 87.5% (7 sujetos) de la muestra obtuvieron una puntuación dentro de lo normal y el otro 12.5% (1 sujeto) obtuvo un puntaje alto indica que es una persona perseverante, mostrando que esta característica no es fundamental para nuestro estudio.

En la característica (H) aptitud situacional, el 75% (6 sujetos) obtuvieron un puntaje normal el otro 25% (2 sujetos) obtuvieron un puntaje alto, lo cual indica que son personas aventureras, esto muestra que esta características no es fundamental para nuestro estudio.

En la característica (1) emotividad un 25% obtuvo una puntuación baja, lo que indica que son personas realistas, severas, un 50% obtuvo una puntuación normal y otro 25% obtuvo un puntaje alto, lo que indica que son personas emotivas, esta característica no es fundamental para nuestro estudio.

En la característica (L) credibilidad el 62.5% (5 sujetos) obtuvieron una puntuación normal, un 12.5% (1 sujeto) obtuvo un puntaje bajo lo cual indica que es una persona confiada, el otro 25% (2 sujetos) de la muestra obtuvo un puntaje alto lo que indica que son personas desconfiadas, celosas, esta característica no es relevante en nuestro estudio.

En la característica (M) Actitud Cognitiva el 87.5% (7 sujetos) obtuvieron una puntuación normal y el otro 12.5% (1 sujeto) de la muestra obtuvo un puntaje alto lo que indica que es una persona imaginativo, bohemio, lo que muestra que esta característica no es fundamental en nuestro estudio.

En la característica (N) sutileza el 50% (4 sujetos) de la muestra obtuvieron una puntuación normal, el otro 50% (4 sujetos) de la muestra obtuvieron una puntuación alta lo que indica que son personas cultas, astutas. Esta característica es fundamental en nuestro estudio.

En la característica (O) conciencia el 25% (2 sujetos) de la muestra obtuvieron un puntaje normal y el otro 75% (6 sujetos) de la muestra obtuvieron una puntuación

alta lo que indica que son persona autorecriminales, problemáticas tienen propensión a sentirse culpables. Esta característica muestra un alto porcentaje que es útil para nuestro estudio.

En la característica (Q1) posición social el 12.5% (1 sujeto) de la muestra obtuvo una puntuación baja lo que indica que es una persona que respeta ideas establecidas y con 75% (6 sujetos) de la muestra obtuvieron una puntuación normal y el otro 12.5% (1 sujeto) de la muestra obtuvo una puntuación alta lo que indica que es una persona experimentada analítica.

En la característica (Q2) Certeza individual el 12.5% (1 sujeto) de la muestra obtuvo un puntaje bajo lo que indica que es una persona independiente, el grupo, un 37.5% (3 sujetos) de la muestra obtuvieron una puntuación normal y el otro 50% (4 sujetos) de la muestra obtuvieron una puntuación alta lo que indica que son personas autodecisivas, llenas de recursos, esta característica muestra un porcentaje que es utilizado para el estudio.

En la característica (Q3) autoestima el 87.5% (7 sujetos) de la muestra obtuvieron una puntuación normal, el otro 12.5% obtuvo un puntaje bajo, lo que indica que es una persona indisciplinada, sigue su impulso. Esta característica arroja no ser fundamental para nuestro estudio.

En la característica (Q4) estado de ansiedad el 80% (4 objetos) de la muestra obtuvieron una puntuación normal, el otro 50% obtuvieron una puntuación alta lo que indica que son personas tensas impulsivas, sobreexcitado malhumorado, esta característica muestra un porcentaje esencial para nuestro estudio.

RESULTADOS DE TEST IBT

1. Necesidad de Aprobación: al obtener los puntajes de la esta idea irracional, muestra que un sujeto obtuvo un puntaje de 26 y 2 sujetos obtuvieron un puntaje de 23, lo cual indica que estos sujetos manejan este pensamiento. Los 5 sujetos restantes obtuvieron una puntuación baja de (11, 12, 13, 21, 22), lo cual indica que estos adolescentes no manejan esta idea irracional.

2. Autoexigencia. En esta idea irracional un sujeto obtuvo un puntaje alto de 29, dentro de la media indicando que no maneja dicha idea, al igual que 3 sujetos con puntajes de(25, 24, 22). El sujeto restante con un puntaje bajo de 17 indica que esta idea irracional no interfiere en su vida pero si presenta rasgos de ella

3. Culpar a otros. En esta idea irracional 3 sujetos obtuvieron un puntaje alto de 36 dentro de la media, lo cual indica que no presentan esta idea irracional, los 5 sujetos restantes obtuvieron un puntaje bajo de(15, 16, 19, 21, 22) lo que indica que no predomina en ellos este pensamiento.

4. Reacción a la frustración. En esta idea irracional un sujeto obtuvo un puntaje alto de 27 dentro de la media lo cual indica que este sujeto no presenta esta idea irracional, al igual que un sujeto con un puntaje de 24, los 6 sujetos restantes con un puntaje bajo de (15, 15, 15, 16, 17 18) lo cual indica que estos sujetos no presentan esta creencia irracional.

5. Irresponsabilidad Emocional. En esta idea irracional un sujeto obtuvo un puntaje alto de 25, fuera de la media lo cual indica que este sujeto presenta esta idea irracional al igual que un sujeto con un puntaje de 24 los 6 sujetos restantes se encuentran dentro de la media con puntajes de(15, 15, 22, 22, 19, 19) lo cual indica que no manejan esta creencia irracional..

6. Ansiedad por Preocupación. En esta idea irracional un sujeto obtuvo una puntuación alta de 34, dos sujetos obtuvieron un puntaje de 33, y un sujeto obtuvo un puntaje de 32 lo cual indica que estos sujetos presentan esta idea irracional, los cuatro sujetos restantes presentan puntajes de(21, 25, 26, 30) dentro de la media lo cual indica que no presentan esta idea irracional.

7. Dependencia. En esta idea irracional un sujeto obtuvo un puntaje de 24 dentro de la media, 2 sujetos obtuvieron un puntaje de 23, y un sujeto obtuvo un puntaje de 20, lo cual indica que estos sujetos no presentan esta idea irracional. Los cuatro sujetos restantes obtuvieron un puntaje de (16, 16, 18, 18) lo cual indica que no predomina en ellos este pensamiento.

8. Influencia del pasado. En esta idea irracional un sujeto obtuvo un puntaje alto de 37 fuera de lo normal, tres sujetos obtuvieron un puntaje de 30, indicando que estos sujetos manejan esta idea irracional, tres sujetos obtuvieron un puntaje de 21 dentro de la media, lo cual muestra que ellos no presentan esta idea irracional, un sujeto obtuvo un puntaje de 17 lo cual indica que él presenta este pensamiento.

9. Perfeccionismo. En esta idea irracional un sujeto obtuvo un puntaje alto de 32, lo cual indica que presenta esta idea irracional, tres sujetos obtuvieron un puntaje de 23, 23, 28, dentro de la media lo cual indica que los sujetos no manejan esta idea, los cuatro sujetos restantes obtuvieron puntajes bajos de (15, 19, 20, 20) lo cual indica que esta idea no interfiere en su vida.

En el puntaje obtenido en la primera idea irracional (necesidad de aprobación) arroja que tres sujetos manejan la idea de que es una necesidad extrema para el ser humano adulto, ser amado y aprobado por prácticamente cada persona significativa de su comunidad.

El puntaje obtenido en la sexta idea irracional (ansiedad por preocupación) se encontró que la mitad de los sujetos manejan la idea de que si algo es, o puede ser peligros o temible se deberá sentir terriblemente inquieto por ello, deberá pensar contantemente en la posibilidad que esto ocurra.

El puntaje obtenido en la octava idea irracional (influencia del pasado) se encontró que dos sujetos tienen la idea de que la historia pasada de uno, es un determinante decisivo de la conducta actual y que algo que ocurrió alguna vez lo conmocionó debe seguir afectándolo indefinidamente.

Al observar los resultados del total de la muestra integrando las variables se encontró que en la característica (N) sutaliza de la prueba 16 pf dos adolescentes obtuvieron el 100% en esta escala, indicando que el 50% de la muestra son adolescentes astutos, cultos y socialmente alertas; en la característica (O) conciencia, se encontró que 4 sujetos obtuvieron 90% en ella. Esto significa que el 75% de la muestra presentan estas características lo cual quiere decir que son personas atormentadas, autotrecimeinto, problemáticas entre otros. En las características (Q4) el 12.5% de la muestra obtuvo el 80% en la escala y el otro 37.5% obtuvo el 100% lo cual indica que el 50% de la muestra son personas tensas, impulsivas, sobre excitadas, malhumoradas, estas son indicadores de personalidad más relevantes en las adolescentes con trastornos de obesidad y bulimia.

En relación a los resultados arrojados por el Test IBT se encontró que en la primera creencia (Necesidad de Aprobación) dos sujetos obtuvieron un puntaje de 26 y 2 jóvenes con un puntaje de 23, lo cual muestra que ellos manejan pensamientos en la autoexigencia, un joven obtuvo un puntaje bajo de 17 significando que esta creencia no interfiere en su vida.

Un sujeto obtuvo un puntaje alto de 25 en la creencia irresponsabilidad emocional indicando que este presenta esta creencia.

En la creencia Ansiedad por preocupación en joven obtuvo un puntaje de 34, otro sujeto con puntaje de 32 y 2 jóvenes un puntaje de 33. lo cual muestra que ellos manejan este pensamiento en la creencia influencia del pasado. Un sujeto obtuvo un puntaje de 37 fuera de lo normal y 3 sujetos un puntaje de 20, indicando que ellos presentan esta creencia irracional. Un sujeto obtuvo un puntaje de 32 en la idea de perfeccionismo lo cual significa que presenta esta idea.

10. CONCLUSIONES

De la realización de esta investigación las autoras pueden concluir de que no se puede hacer una descripción general de las características de personalidad presentada en los adolescentes con los trastornos de bulimia y obesidad del Centro Overeaters Anonymous de la ciudad de Barranquilla, ya que los resultados obtenidos por cada individuo de la muestra no presentan características de personalidad similares dado, que cada participante presentan características diferentes.

Según los resultados arrojados por el Test IBT que evalúan creencias irracionales; los participantes de la muestra “adolescentes con trastornos de bulimia y obesidad que asisten al centro Overeaters Anonymous de la ciudad de Barranquilla” no presentan creencias irracionales general dado que los individuos presentan ideas diferentes.

Si se llegó a identificar que al menos algunos individuos presentaron indicadores de personalidad semejantes, al igual que las creencias irracionales se presentaron de la misma manera.

Las características de personalidad más relevante que se presentan en la muestra son: sutileza, indicando que el 50% de la muestra son adolescentes astutos, y socialmente alegres. En la característica O (conciencia), se encontró que es el 75% de la muestra son personas atormentadas, problemáticas, autorecriminantes, entre otros, en la característica Q2 (certeza individual), se observó que el 50% de la muestra indica que son personas autodesicivas, llenas de recursos, autosuficientes.

En la característica Q4 (estado de ansiedad) el 50% de la muestra indica que son personas tensas, impulsivas, malhumoradas.

Las ideas irracionales más relevantes en la muestra son necesidad de aprobación, lo cual indica que es una necesidad extrema para el ser humano adulto, ser amado y aprobado por prácticamente cada persona significativa de su comunidad.

Otra idea irracional presentada por la muestra de ansiedad por preocupación donde ellos manejan la idea de que si algo es o puede ser peligroso o temible se deberá sentir terriblemente inquieto por ello, deberá pensar constantemente en la posibilidad que esto ocurra. En la idea irracional influencia del pasado, lo cual indica que la historia pasada de uno es un determinante decisivo de la conducta actual y que algo que ocurrió alguna vez lo conmocionó debe seguir afectándole indefinidamente.

Estas características de personalidad e ideas irracionales fueron las más notorias, de la muestra lo que permite dar una conclusión de esta.

11. DISCUSIONES Y RECOMENDACIONES

El objetivo principal de los investigadores al aplicar las pruebas 16PF y el Test IBT a la muestra, era de encontrar que todos los sujetos presentaran características de personalidad y creencias irracionales semejantes con trastornos de obesidad y bulimia. Pero de acuerdo a los resultados arrojados por los instrumentos suministran nueva información, dada que no todas los sujetos presentan características de personalidad y creencias irracionales semejantes, observando diferencias en estas.

De acuerdo a la información obtenida por cada una de las pruebas aplicada a la muestra como es el 16PF que evalúa características de personalidad nos da a conocer que las más relevantes son: sutileza, conciencia, certeza individual, estado de ansiedad, por el cual se puede sugerir que estas personas intervengan en terapias individuales y grupales que le permitan desarrollar y afrontar características de personalidad adecuada para llevar una vida mas placentera consigo mismo.

Con el test IBT que evalúa creencias irracionales se pudo obtener una información de las creencias más relevantes presentada por la muestra son: necesidad de aprobación, ansiedad por separación, influencia, lo cual sugiere que las personas asistan a capacitaciones sobre “control de ansiedad” con el fin de manejar estas creencias irracionales y poder afrontar todos los eventos de su vida.

Una vez obtenidos esta información se sugiere recomendar lo siguiente:

- Realizar consejería y rehabilitación nutricional; ya que muchos obesos y bulimicos carecen de la noción esencial acerca de la dieta, y es necesario darle instrucciones para que planifiquen sus comidas y evitar fobia en los alimentos.
- Realizar terapias individuales, familiar y grupal conductual cognitiva, centrado en los aspectos patológicos de la alimentación.
- Implementar un programa de control de ingesta para garantizar el buen funcionamiento del organismo, evitando los vómitos.
- Promover actividades positivas que mantengan la vitalidad y el estímulo como clase de aeróbicos.
- Educar a las personas obesas y bulimicas en lo importante que es consumir alimentos balanceados y bajos en grasa, con el fin de que la persona evite en su vida diaria alimentos que contribuyan al aumento del peso, y de esta manera habituarse a tener una alimentación sana.

BIBLIOGRAFÍA

ALLPORT, G. La Personalidad: Su Configuración Y Desarrollo. Barcelona (1966): Ed. Herder.

BÁGUENA, M. J. Modelos Socioculturales Y Colectivos De La Personalidad: La Personalidad En La Cultura, En V. Pelechano (Coordinador) Psicología De La Personalidad. Barcelona (1996): Ed. Ariel.

BERHOW, Robert. Manual Merck Océano Centrum p. 1.100

CABALLO, Vicente. Manual de técnicas de terapia y modificación de conducta. Siglo XXI, España 1993, Pág 479 – 480.

CARVER, Ch. & Scheir, M. Teorías De La Personalidad. México: Prentice-Hall Hispanoamericana S.A. (1997).

CATTELL R.B, Eber H.W. Cuestionario De 16 Factores De La Personalidad. México. Edt El Manual Moderno, S.A De C.V. 1980.

Enciclopedia De La Psicología Océano. Edt Salvat Pág. 84-88

FELDMAN, Robert. Psicología General Con Aplicación Para Ibero América. Edt Mc Graw Hill 1995.

GISPERT, Carlos. Enciclopedia de sicología. México. Ed. Océano. Pag. 145 tomo 4. 1996.

GISPERT, Carlos. Diccionario de medicina. México. Ed. Oceanía. Mosbi . 1996.

HERNÁNDEZ, Roberto y otros. Metodología de la Investigación. México: Mac Graw Hill 1998.

OROZCO MENDEZ Osvaldo. Trastornos Del Comer: Obesidad, Anorexia, Y Bulimia, Una Revisión Critica, Tesis Universidad Del Norte 1991 Barranquilla, Pag 475.

PICHOT Pierre, LOPEZ Juan, ALIÑO Ibor, VALDES Miyar. Manual diagnóstico de los trastornos mentales. Edt Masson S.A, Edc 1995, pág 558 - 559.

RATZ, R .L; MAZER, C. Litt, I.F. Anorexia Nervosa By Proxy. Journal Of Pediatrics. Vol.107(2) P.248.

REEVE, J. Características De Personalidad. En J. Reeve. Madrid. (Ed.) Motivación Y Emoción. Mcgraw Hill. (1995).

RIZZO Walter. Entrenamiento Asertivo aspectos conceptuales, evaluativos y de intervención. México. Edt norma 1996, pág 65.

SARASON Irwin. Psicología Anormal. Editorial Prentice Hall, 1996 Pág. 484-490

Tamayo, Mario, Jorge. Revista Meotica 2000.

Journal Of Eating Disorders. Vol. 5(5), 1986 Pp.847-853.

SILVERMAN. J.A.; MORTON, Richard. 1937-1968. Limner Of Anorexia Nervosa: His Life And Times A Tercentenary Essay. Jama, Vol. 250 (20) 1983. Pp. 2830-2832.

TANNENHAUS, Nora. Anorexia Y Bulimia. Barcelona. Editorial Plaza Janes, Sabadell. 1995.

TORO G. Yepes R. Fundamentos De Medicina Psiquiátrica, Tercera Edición, 1997 Pág. 223-229

VALLEJO, Ruiloba J. Introducción A La Sicopatología y a La Psiquiatría. Barcelona. Editorial Masson. S.A., 1994 P. 279.

[http://www.puc/carrer./escuela de psicologia/publicaciones.html](http://www.puc/carrer./escuela%20de%20psicologia/publicaciones.html)

<http://www.cop.es/delegaci/artbaleares/trabajo2/terapiacc.htm>

<http://www.noah.cuny.edu/sp/wellconn7speatdisorders.htm>

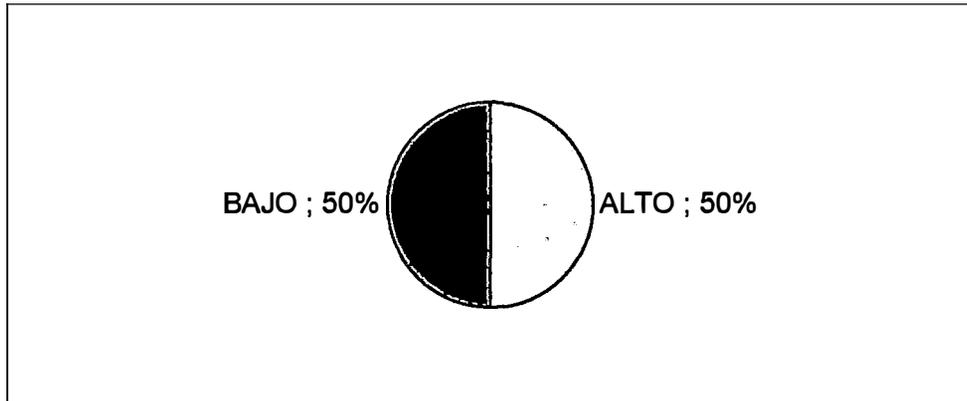
[http://www.el mundo.es/la revista59/textos/anore2.html](http://www.el_mundo.es/la%20revista59/textos/anore2.html)

[http://www.paniamor.or.cr/novedadesy aportes/bulimia.shtml](http://www.paniamor.or.cr/novedadesy%20aportes/bulimia.shtml).

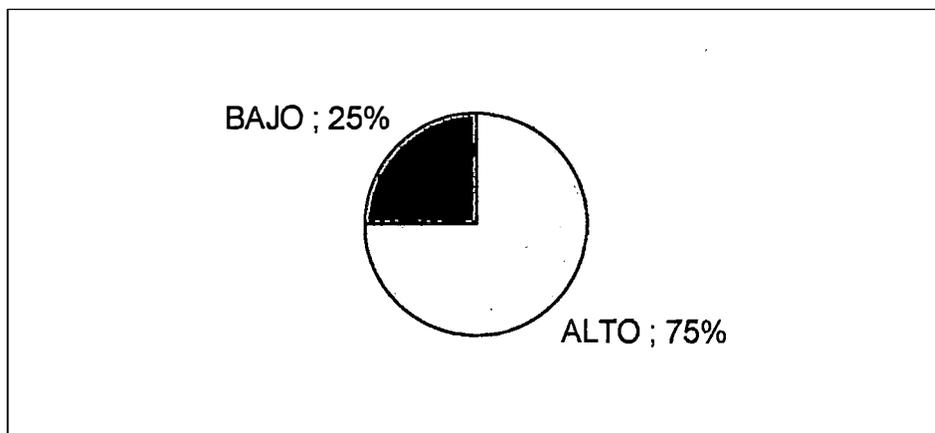
<http://www.saludyalimentación.consumer.es/bulimia/uno.thml>.

CARACTERÍSTICAS DE PERSONALIDAD RELEVANTES EN LOS ADOLESCENTES CON TRASTORNOS DE OBESIDAD Y BULIMIA

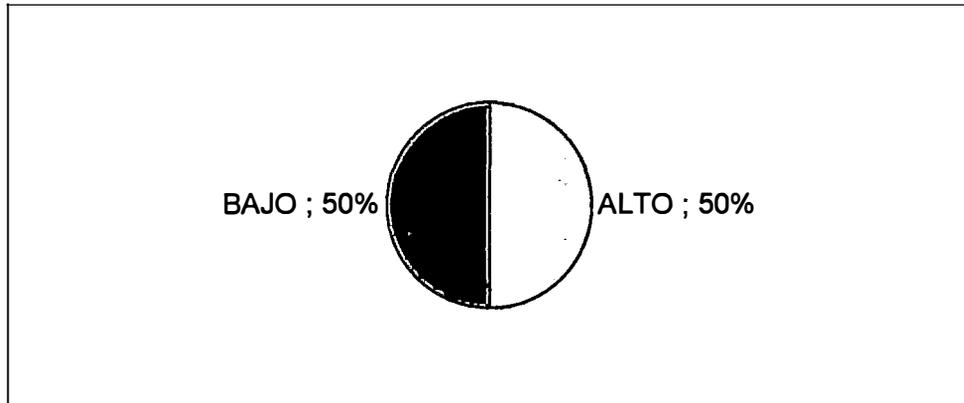
GRAFICA 1. CARACTERÍSTICA (N) SUTILEZA



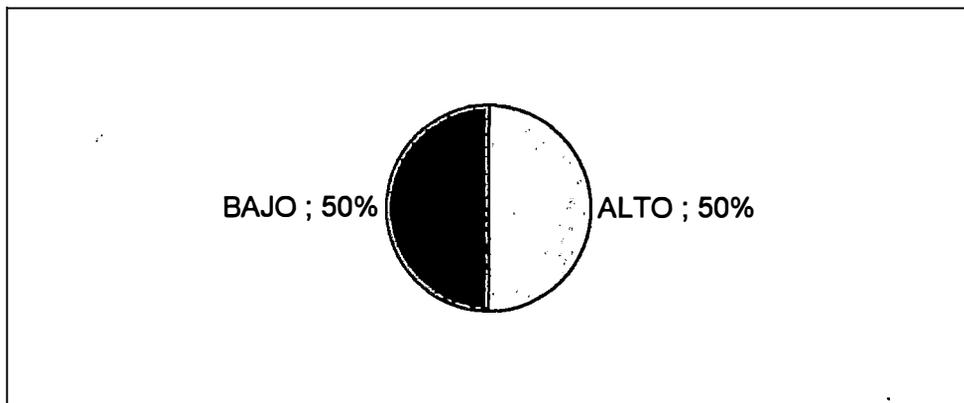
GRÁFICA 2. CARACTERÍSTICA (O) CONCIENCIA



GRÁFICA 3. CARACTERÍSTICA (Q2) CERTEZA INDIVIDUAL

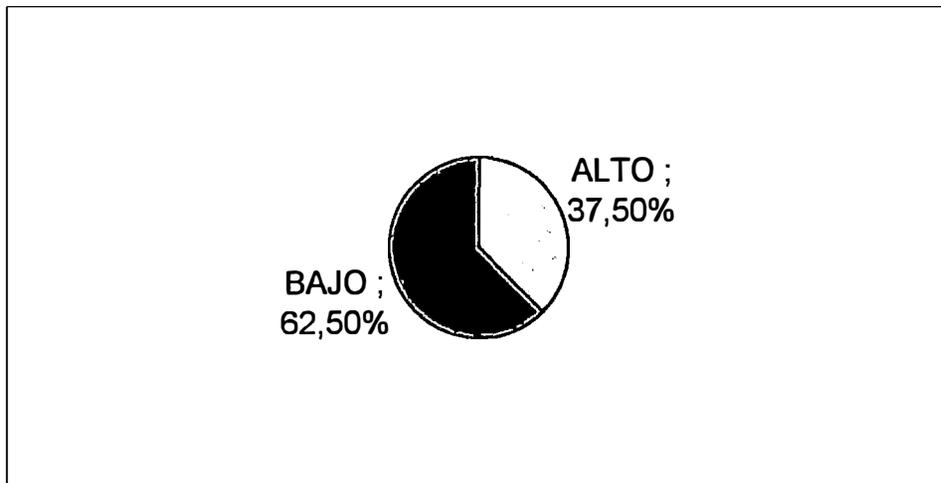


GRÁFICA 4. CARACTERÍSTICA (Q4) ESTADO DE ANSIEDAD

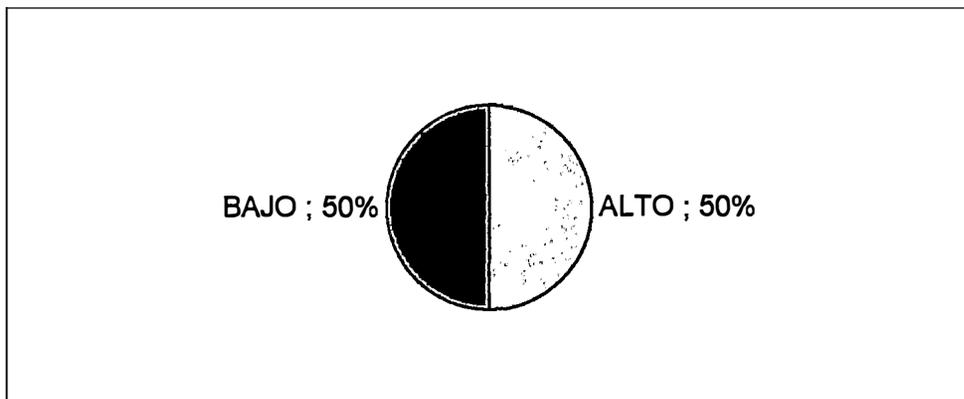


**CREENCIAS IRRACIONALES RELEVANTES EN LOS ADOLESCENTES
RELEVANTES EN LOS ADOLESCENTES CON TRASTORNOS DE OBESIDAD
Y BULIMIA**

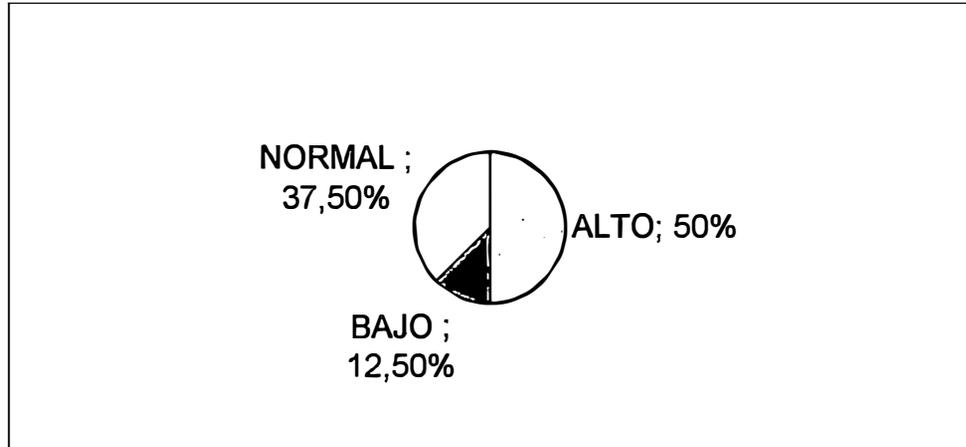
GRÁFICA 5. NECESIDAD DE APROBACIÓN



GRÁFICA 6. ANSIEDAD POR PREOCUPACIÓN



GRÁFICA 7. INFLUENCIA DEL PASADO



A N E X O S

A N E X O S A

TEST 16PF

INSTRUCCIONES

A continuación encontrará una serie de cuestiones que permitirán conocer sus actitudes e intereses. En general, no existen contestaciones correctas o incorrectas, porque las personas tienen distintos intereses y ven las cosas desde distintos puntos de vista. Conteste con sinceridad de esta forma se podrá conocer mejor su forma de ser.

Anote sus contestaciones en la Hoja de respuestas que le han entregado. En primer lugar, escriba sus datos (apellidos, nombre, edad, etc.) en la parte superior. Cada cuestión tiene tres posibles respuestas (A, B, C); en la Hoja encontrará estas letras con unos espacios debajo para dar sus respuestas. Las frases están ordenadas numéricamente; siga esta numeración al contestar. Lea atentamente cada cuestión y las tres posibles respuestas; así le será más fácil decidirse.

Ahora conteste a los ejemplos de práctica; para señalar su respuesta (A, B o C) rellene en la hoja el espacio debajo de la letra correspondiente. Si tiene dudas pregunte al examinador.

EJEMPLOS

1. Me gusta presenciar una competición deportiva:

A. Sí B. A veces C. No

2. Prefiero las personas:

A. Reservadas B. Término medio C. Que hacen amigos fácilmente

3. El dinero no hace la felicidad:

A. Verdadero B. Término medio C. Falso

4. «Toro» es a «ternero» como «caballo» es a:

A. Potro B. Ternera C. Yegua

En el último ejemplo si hay una contestación correcta (Potro), pero existen muy pocas cuestiones de este tipo.

Al contestar tenga en cuenta lo siguiente:

- No piense demasiado las cuestiones ni emplee mucho tiempo en decidirse. Las frases son muy cortas para darle todos los detalles que Vd. quisiera; por ejemplo, se ha puesto «presenciar una competición deportiva», y tal vez a Vd. le guste más el fútbol que el baloncesto; debe contestar pensando en lo que es habitual para Vd. Generalmente se contestan cinco o seis por minuto, y se tarda poco más de media hora para completar todo el Cuadernillo.
- Evite señalar la respuesta «término medio» o equivalente, excepto cuando le sea imposible decidirse por las otras («sí», «no» o respuestas extremas); lo corriente es que esto le ocurra sólo cada tres o más cuestiones.
- Procure no dejar ninguna cuestión sin contestar. Es posible que alguna no tenga nada que ver con Vd. (porque no se aplica perfectamente a su caso); intente elegir la respuesta que vaya mejor con su modo de ser. Tal vez algunas cuestiones le parezcan muy personales; no se preocupe y recuerde que las Hojas de respuestas se guardan como documentos confidenciales y no pueden ser valoradas sin una plantilla especial; por otra parte, al obtener los resultados no se consideran las respuestas una a una, sino globalmente.
- Conteste sinceramente. No señale sus respuestas pensando en lo que «es bueno» o «lo que interesa» para impresionar al examinador.

Esperar. No pase a la página siguiente hasta que se lo indique

1. He comprendido bien las instrucciones para contestar al Cuestionario:
A. Sí B. No estoy seguro C. No
2. Estoy dispuesto a contestar todas las cuestiones con sinceridad:
A. Sí B. No estoy seguro C. No
3. ¿Cuáles de las siguientes palabras es diferente de las otras dos?:
A. Algo B. Nada C. Mucho
4. Poseo suficiente energía para enfrentarme a todos mis problemas:
A. Siempre B. Frecuentemente C. Raras veces
5. Evito criticar a la gente y sus ideas:
A. Sí B. Algunas veces C. No
6. Hago agudas y sarcásticas observaciones a la gente si creo que las merece:
A. Generalmente B. Algunas veces C. Nunca
7. Me gusta más la música semiclásica que las canciones populares:
A. Verdadero B. No estoy seguro C. Falso
8. Si veo peleándose a los niños de mis vecinos:
A. Les dejo solucionar sus problemas B. No estoy seguro C. Razono con ellos la solución
9. En situaciones sociales:
A. Fácilmente soy de los que toman iniciativas B. Intervengo algunas veces C. Prefiero quedarme tranquilamente a distancia
10. Sería más interesante ser:
A. Ingeniero de la construcción B. No estoy seguro entre los dos C. Escritor de teatro
11. Generalmente puedo tolerar a la gente presuntuosa, aunque fanfarronee o piense demasiado bien de ella misma:
A. Sí B. Término medio C. No
12. Cuando una persona no es honrada, casi siempre se le puede notar en la cara:
A. Verdadero B. Término medio C. Falso
13. Aceptaría mejor el riesgo de un trabajo donde pudiera tener ganancias mayores, aunque eventuales, que otro con sueldo pequeño, pero seguro:
A. Sí B. No estoy seguro C. No
14. De vez en cuando siento un vago temor o un repentino miedo, sin poder comprender las razones:
A. Sí B. Término medio C. No
15. Cuando me critican duramente por algo que no he hecho:
A. No me siento culpable B. Término medio C. Todavía me siento un poco culpable
16. Casi todo se puede comprar con dinero:
A. Sí B. No estoy seguro C. No
17. La mayoría de las personas serían más felices si convivieran más con la gente de su nivel e hicieran las cosas como los demás:
A. Sí B. Término medio C. No
18. En ocasiones, mirándome en un espejo, me entran dudas sobre lo que es mi derecha o izquierda:
A. Verdadero B. No estoy seguro C. Falso
19. Cuando algo realmente me pone furioso, suelo calmarme muy pronto:
A. Sí B. Término medio C. No

Pase a la página siguiente

20. Preferiría tener una casa:
- A. En un barrio con vida social B. Término medio C. Aislada en el bosque
21. Con el mismo horario y sueldo, sería más interesante ser:
- A. El cocinero de un buen restaurante B. No estoy seguro entre ambos C. El que sirve las mesas en el restaurante
22. «Cansado» es a «trabajar» como «orgulloso» es a:
- A. Saber B. Tener éxito C. Ser feliz
23. Me pongo algo nervioso ante animales salvajes, incluso cuando están encerrados en fuertes jaulas:
- A. Sí B. No estoy seguro C. No
24. Una ley anticuada debería cambiarse:
- A. Sólo después de muchas discusiones B. Término medio C. Inmediatamente
25. La mayor parte de las personas me consideran un interlocutor agradable:
- A. Sí B. No estoy seguro C. No
26. Me gusta salir a divertirme o ir a un espectáculo:
- A. Más de una vez por semana (más de lo corriente) B. Alrededor de una vez por semana (lo corriente) C. Menos de una vez por semana (menos de lo corriente)
27. Cuando veo gente desaliñada y sucia:
- A. Lo acepto simplemente B. Término medio C. Me disgusta y me fastidia
28. Estando en un grupo social me siento un poco turbado si de pronto paso a ser el foco de atención:
- A. Sí B. Término medio C. No
29. Cuando voy por la calle prefiero detenerme antes a ver a un artista pintando que a escuchar a la gente discutir:
- A. Verdadero B. No estoy seguro C. Falso
30. Cuando me ponen al frente de algo, insisto en que se sigan mis instrucciones; en caso contrario, renuncio:
- A. Sí B. Algunas veces C. No
31. Sería mejor que las vacaciones fueran más largas y obligatorias para todas las personas:
- A. De acuerdo B. No estoy seguro C. En desacuerdo
32. Hablo acerca de mis sentimientos:
- A. Sólo si es necesario B. Término medio C. Fácilmente, siempre que tengo ocasión
33. Me siento muy abatido cuando la gente me critica en un grupo:
- A. Verdadero B. Término medio C. Falso
34. Si mi jefe (profesor) me llama a su despacho:
- A. Aprovecho la ocasión para pedirle algo que deseo B. Término medio C. Temo haber hecho algo malo
35. Mis decisiones se apoyan más en:
- A. El corazón B. Los sentimientos y la razón por igual C. La cabeza
36. En mi adolescencia pertenecía a equipos deportivos:
- A. Algunas veces B. A menudo C. La mayoría de las veces
37. Cuando hablo con alguien, me gusta:
- A. Dejar las cosas tal como se me ocurren B. Término medio C. Organizar antes mis ideas
38. A veces me pongo en estado de tensión y agitación cuando pienso en los sucesos del día:
- A. Sí B. Término medio C. No

Pase a la página siguiente

39. He sido elegido para hacer algo:
 A. Sólo en pocas ocasiones B. Varias veces C. Muchas veces
40. ¿Cuál de las siguientes cosas es diferente de las otras dos?:
 A. Veia B. Lima C. Luz eléctrica
41. «Sorpresa» es a «extraño» como «miedo» es a:
 A. Valeroso B. Ansioso C. Terrible
42. A veces no puedo dormir porque tengo una idea que me da vueltas en la cabeza:
 A. Verdadero B. No estoy seguro C. Falso
43. Me siento desasosegado cuando trabajo en un proyecto que requiere una acción rápida que afecta a los demás:
 A. Verdadero B. Término medio C. Falso
44. Indudablemente tengo menos amigos que la mayoría de las personas:
 A. Sí B. Término medio C. No
45. Aborrecería tener que estar en un lugar donde hubiera poca gente con quien hablar:
 A. Verdadero B. No estoy seguro C. Falso
46. Creo que es más importantes mucha libertad que buena educación y respeto a la ley:
 A. Verdadero B. No estoy seguro C. Falso
47. Siempre me alegra formar parte de un grupo grande, como una reunión, un baile o una asamblea.
 A. Sí B. Término medio C. No
48. En mi época de estudiante me gustaba (me gusta):
 A. La música B. No estoy seguro C. La actividad de tipo manual
49. Si alguien se enfada conmigo:
 A. Intento calmarle B. No estoy seguro C. Me irrita con él
50. Para los padres es más importante:
 A. Ayudar a sus hijos a desarrollarse afectivamente B. Término medio C. Enseñarles a controlar sus emociones
51. Siento de vez en cuando las necesidad de ocuparme en una actividad física enérgica:
 A. Sí B. Término medio C. No
52. Hay veces en que no me siento con humor para ver a alguien:
 A. Muy raramente B. Término medio C. Muy a menudo
53. A veces los demás me advierten que yo muestro mi excitación demasiado claramente en la voz y en los modales:
 A. Sí B. Término medio C. No
54. Lo que el mundo necesita es:
 A. Ciudadanos más sensatos y constantes B. No estoy seguro C. Más «idealistas» con proyectos para un mundo mejor
55. Preferiría tener un negocio propio, no compartido con otra persona:
 A. Sí B. No estoy seguro C. No
56. Tengo mi habitación organizada de un modo inteligente y estético, con las cosas colocadas casi siempre en lugares conocidos:
 A. Sí B. Término medio C. No
57. En ocasiones dudo si la gente con quien estoy hablando se interesa realmente por lo que digo
 A. Sí B. Término medio C. No

Pase a la página siguiente

58. Si tuviera que escoger, preferiría ser:
 A. Guarda forestal B. No estoy seguro C. Profesor de Enseñanza Media
59. ¿Cuál de las siguientes fracciones es diferente de las otras dos?:
 A. $\frac{3}{7}$ B. $\frac{3}{9}$ C. $\frac{3}{11}$
60. «Tamaño» es a «longitud» como «Belito» es a:
 A. Prisión B. Castigo C. Robo
61. En mi vida personal consigo casi siempre todos mis propósitos:
 A. Verdadero B. No estoy seguro C. Falso
62. Tengo algunas características en las que me siento claramente superior a la mayor parte de la gente:
 A. Sí B. No estoy seguro C. No
63. Sólo asisto a actos sociales cuando estoy obligado, y me mantengo aparte en las demás ocasiones:
 A. Sí B. No estoy seguro C. No
64. Es mejor ser cauto y esperar poco que optimista y esperar siempre el éxito:
 A. Verdadero B. No estoy seguro C. Falso
65. Algunas veces la gente dice que soy descuidado, aunque me considera una persona agradable:
 A. Sí B. Término medio C. No
66. Suelo permanecer callado delante de personas mayores (con mucha más experiencia, edad o jerarquía):
 A. Sí B. Término medio C. No
67. Tengo un buen sentido de la orientación (situo fácilmente los puntos cardinales), cuando me encuentro en un lugar desconocido:
 A. Sí B. Término medio C. No
68. Cuando leo en una revista un artículo tendencioso o injusto, me inclino más a olvidarlo que a replicar o «devolver el golpe»:
 A. Verdadero B. No estoy seguro C. Falso
69. En tareas de grupo, preferiría:
 A. Intentar mejorar los preparativos B. Término medio C. Llevar las actas o registros y procurar que se cumplan las normas
70. Me gustaría más andar con personas corteses que con individuos rebeldes y toscos:
 A. Sí B. Término medio C. No
71. Si mis conocidos me tratan mal o muestran que yo les disgusto:
 A. No me importa nada B. Término medio C. Me siento abatido
72. Siempre estoy alerta ante los intentos de propaganda en las cosas que leo:
 A. Sí B. No estoy seguro C. No
73. Me gustaría más gozar de la vida tranquilamente y a mi modo que ser admirado por mis resultados:
 A. Verdadero B. No estoy seguro C. Falso
74. Para estar informado, prefiero:
 A. Discutir los acontecimientos con la gente B. Término medio C. Apoyarme en las informaciones periodísticas de actualidad
75. Me encuentro formado (maduro) para la mayor parte de las cosas:
 A. Verdadero B. No estoy seguro C. Falso
76. Me encuentro más abatido que avudado por el tipo de crítica que la gente suele hacer:
 A. A menudo B. Ocasionalmente C. Nunca

Pase a la página siguiente

77. En las fiestas de cumpleaños:
- A. Me gusta hacer regalos personales B. No estoy seguro C. Pienso que comprar regalos es un poco fastoso
78. «AB» es a «dc» como «SR» es:
- A. qp B. pq C. tu
79. «Mejor» es a «pesimo» como «menor» es a:
- A. Mayor B. Óptimo C. Máximo
80. Mis amigos me han fallado:
- A. Muy rara vez B. Ocasionalmente C. Muchas veces
81. Cuando me siento abatido hago grandes esfuerzos por ocultar mis sentimientos a los demás:
- A. Verdadero B. Término medio C. Falso
82. Gasto gran parte de mi tiempo libre hablando con los amigos sobre situaciones sociales agradables vividas en el pasado:
- A. Sí B. Término medio C. No
83. Pensando en las dificultades de mi trabajo:
- A. Intento organizarme antes de que aparezcan B. Término medio C. Doy por supuesto que puedo dominarlas cuando vengan
84. Me cuesta bastante hablar o dirigir la palabra a un grupo numeroso:
- A. Sí B. Término medio C. No
85. He experimentado en varias situaciones sociales el llamado «nerviosismo del orador»:
- A. Muy frecuentemente B. Ocasionalmente C. Casi nunca
86. Prefiero leer:
- A. Una narración realista de contiendas militares o políticas B. No estoy seguro C. Una novela imaginativa y delicada
87. Cuando la gente autoritaria trata de dominarme, hago justamente lo contrario de lo que quiere:
- A. Sí B. Término medio C. No
88. Suelo olvidar muchas cosas triviales y sin importancia, tales como los nombres de las calles y tiendas de la ciudad:
- A. Sí B. Término medio C. No
89. Me gustaría la profesión de veterinario, ocupado con las enfermedades y curación de los animales:
- A. Sí B. Término medio C. No
90. Me resulta embarazoso que me dediquen elogios o cumplidos:
- A. Sí B. Término medio C. No
91. Siendo adolescente, cuando mi opinión era distinta de la de mis padres, normalmente:
- A. Mantenía mi opinión B. Término medio C. Aceptaba su autoridad
92. Me gusta tomar parte activa en las tareas sociales, trabajos de comité, etc.:
- A. Sí B. Término medio C. No
93. Al llevar a cabo una tarea, no estoy satisfecho hasta que se ha considerado con toda atención el menor detalle:
- A. Verdadero B. Término medio C. Falso
94. Tengo ocasiones en que me es difícil alejar un sentimiento de compasión hacia mi mismo:
- A. A menudo B. Algunas veces C. Nunca
95. Siempre soy capaz de controlar perfectamente la expresión de mis sentimientos:
- A. Sí B. Término medio C. No

Pase a la página siguiente

96. Ante un nuevo invento utilitario, me gustaría:
 A. Trabajar sobre él en el laboratorio B. No estoy seguro C. Venderlo a la gente
97. La siguiente serie de letras XOOOXXOOOXXX continúa con el grupo:
 A. OXXX B. OOXX C. XOOO
98. Algunas personas parecen ignorarme o evitarme, aunque no sé por qué:
 A. Verdadero B. No estoy seguro C. Falso
99. La gente me trata menos razonablemente de lo que merecen mis buenas intenciones:
 A. A menudo B. Ocasionalmente C. Nunca
100. Aunque no sea en un grupo mixto de mujeres y hombres, me disgusta que se use un lenguaje obsceno:
 A. Sí B. Término medio C. No
101. Me gusta hacer cosas atrevidas y temerarias sólo por el placer de divertirme:
 A. Sí B. Término medio C. No
102. Me resulta molesta la vista de una habitación muy sucia:
 A. Sí B. Término medio C. No
103. Cuando estoy en un grupo pequeño, me agrada quedarme en un segundo término y dejar que otros lleven el peso de la conversación:
 A. Sí B. Término medio C. No
104. Me resulta fácil mezclarme con la gente en una reunión social:
 A. Verdadero B. No estoy seguro C. Falso
105. Sería más interesante ser:
 A. Orientador vocacional para ayudar a los jóvenes en la búsqueda de su profesión B. No estoy seguro C. Directivo de una empresa industrial
106. Por regla general, mis jefes y mi familia me encuentran defectos sólo cuando realmente existen:
 A. Verdadero B. Término medio C. Falso
107. Me disgusta el modo con que algunas personas se fijan en otras en la calle o en las tiendas:
 A. Sí B. Término medio C. No
108. Como los alimentos con gusto y placer, aunque no siempre tan cuidadosa y educadamente como otras personas:
 A. Verdadero B. No estoy seguro C. Falso
109. Temo algún castigo incluso cuando no he hecho nada malo:
 A. A menudo B. Ocasionalmente C. Nunca
110. Me gustaría más tener un trabajo con:
 A. Un determinado sueldo fijo B. Término medio C. Un sueldo más alto pero siempre que demuestre a los demás que lo merezco
111. Me molesta que la gente piense que mi comportamiento es demasiado raro o fuera de lo corriente:
 A. Mucho B. Algo C. Nada en absoluto
112. A veces dejo que sentimientos de envidia o celos influyan en mis acciones:
 A. Sí B. Término medio C. No
113. En ocasiones, contrariedades muy pequeñas me irritan mucho:
 A. Sí B. Término medio C. No
114. Siempre duermo bien, nunca hablo en sueños ni me levanto sonámbulo:
 A. Sí B. Término medio C. No

Pase a la página siguiente

115. Me resultaría más interesante trabajar en una empresa:
 A. Atendiendo a los clientes B. Término medio C. Llevando las cuentas o los archivos
116. «Azada» es a «cavar» como «cuchillo» es a:
 A. Cortar B. Afilar C. Picar
117. Cuando la gente no es razonable, yo normalmente:
 A. Me quedo tan tranquilo B. Término medio C. La menoscabo
118. Si los demás hablan en voz alta cuando estoy escuchando música:
 A. Puedo concentrarme en ella sin que me molesten B. Término medio C. Eso me impide disfrutar de ella y me incomoda
119. Creo que se me describe mejor como:
 A. Comedido y reposado B. Término medio C. Enérgico
120. Preferiría vestirme con sencillez y corrección que con un estilo personal y llamativo:
 A. Verdadero B. No estoy seguro C. Falso
121. Me niego a admitir sugerencias bien intencionadas de los demás, aunque sé que no debería hacerlo:
 A. Algunas veces B. Casi nunca C. Nunca
122. Cuando es necesario que alguien emplee un poco de diplomacia y persuasión para conseguir que la gente actúe, generalmente sólo me lo encargan a mí:
 A. Sí B. Término medio C. No
123. Me considero a mí mismo como una persona muy abierta y sociable:
 A. Sí B. Término medio C. No
124. Me gusta la música:
 A. Ligera, movida y animada B. Término medio C. Emotiva y sentimental
125. Si estoy completamente seguro de que una persona es injusta o se comporta egoísta, se lo digo, incluso si esto me causa problemas:
 A. Sí B. Término medio C. No
126. En un viaje largo, preferiría:
 A. Leer algo profundo pero interesante B. No estoy seguro C. Pasar el tiempo charlando sobre cualquier cosa con un compañero de viaje
127. En una situación que puede llegar a ser peligrosa, creo que es mejor alborotar o hablar alto, aún cuando se pierdan la calma y la cortesía:
 A. Sí B. Término medio C. No
128. Es muy exagerada la idea de que la enfermedad proviene tanto de causas mentales como físicas:
 A. Sí B. Término medio C. No
129. En cualquier gran ceremonia oficial debería mantenerse la pompa y el esplendor:
 A. Sí B. Término medio C. No
130. Cuando hay que hacer algo, me gustaría más trabajar:
 A. En equipo B. No estoy seguro C. Yo solo
131. Creo firmemente que «tal vez el jefe no tenga siempre la razón, pero siempre tiene la razón por ser el jefe»:
 A. Sí B. No estoy seguro C. No
132. Suelo enfadarme con las personas demasiado pronto:
 A. Sí B. Término medio C. No
133. Siempre puedo cambiar viejos hábitos sin dificultad y sin volver a ellos:
 A. Sí B. Término medio C. No

134. Si el sueldo fuera el mismo, preferiría ser:
 A. Abogado B. No estoy seguro entre ambos C. Navegante o piloto
135. «Llama» es a «calor» como «rosa» es a:
 A. Espina B. Pétalo C. Aroma
136. Cuando se acerca el momento de algo que he planeado y he esperado, en ocasiones pierdo la ilusión por ello:
 A. Verdadero B. Término medio C. Falso
137. Puedo trabajar cuidadosamente en la mayor parte de las cosas sin que me molesten las personas que hacen mucho ruido a mi alrededor:
 A. Sí B. Término medio C. No
138. En ocasiones hablo a desconocidos sobre cosas que considero importantes, aunque no me pregunten sobre ellas:
 A. Sí B. Término medio C. No
139. Me atrae más pasar una tarde ocupado en una tarea tranquila a la que tenga afición que estar en una reunión animada:
 A. Verdadero B. No estoy seguro C. Falso
140. Cuando debo decidir algo, tengo siempre presentes las reglas básicas de lo justo y lo injusto:
 A. Sí B. Término medio C. No
141. En el trato social:
 A. Muestro mis emociones tal como las siento B. Término medio C. Guardo mis emociones para mis adentros
142. Admiro más la belleza de un poema que la de un arma de fuego bien construida:
 A. Sí B. No estoy seguro C. No
143. A veces digo en bromas disparates, sólo para sorprender a la gente y ver qué responden:
 A. Sí B. Término medio C. No
144. Me agradaría ser un periodista que escribiera sobre teatro, conciertos, ópera, etc.:
 A. Sí B. No estoy seguro C. No
145. Nunca siento la necesidad de garabatear, dibujar o moverme cuando estoy sentado en una reunión:
 A. Verdadero B. No estoy seguro C. Falso
146. Si alguien me dice algo que yo sé que no es cierto, suelo pensar:
 A. «Es un mentiroso» B. Término medio C. «Evidentemente no está bien informado»
147. La gente me considera con justicia una persona activa pero con éxito sólo mediano:
 A. Sí B. No estoy seguro C. No
148. Si se suscitara una controversia violenta entre otros miembros de un grupo de discusión:
 A. Me gustaría ver quién es el «ganador» B. Término medio C. Desearía que se suavizara de nuevo la situación
149. Me gusta planear mis cosas solo, sin interrupciones y sugerencias de otros:
 A. Sí B. Término medio C. No
150. Me gusta seguir mis propios caminos, en vez de actuar según normas establecidas:
 A. Verdadero B. No estoy seguro C. Falso
151. Me pongo nervioso (tenso) cuando pienso en todas las cosas que tengo que hacer:
 A. Sí B. Algunas veces C. No
152. No me perturba que la gente me haga alguna sugerencia cuando estoy jugando:
 A. Verdadero B. No estoy seguro C. Falso

Pase a la página siguiente

A N E X O S B

HOJA DE RESPUESTA

1. Me gusta ver jugar a los jugadores entre equipos. a) sí, b) en ocasiones, c) no.
 2. Prefiero a la gente que:
 a) es reservada
 b) es intermedia
 c) hace amigos rápidamente.

3. El dinero es importante:
 a) sí (cierto),
 b) intermedio,
 c) no (falso).
 4. Mujer es a niño como gato es a:
 a) gatito, b) perro, c) niño.

1	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
2	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
3	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
4	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

Nombre _____

Sexo _____ Edad _____ Fecha _____
 (M o F) (Años y meses)



Publicación
 libre

1	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	26	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	51	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	76	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	101	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	126	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	151	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	176	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
2	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	27	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	52	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	77	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	102	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	127	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	152	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	177	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
3	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	28	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	53	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	78	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	103	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	128	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	153	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	178	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
4	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	29	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	54	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	79	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	104	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	129	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	154	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	179	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
5	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	30	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	55	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	80	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	105	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	130	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	155	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	180	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
ASEGÚRESE DE QUE SE VEAN SUS MARCACIONES. BORRE COMPLETAMENTE CUALQUIER RESPUESTA QUE QUIERA CAMBIAR.																															
6	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	31	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	56	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	81	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	106	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	131	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	156	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	181	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
7	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	32	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	57	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	82	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	107	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	132	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	157	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	182	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
8	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	33	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	58	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	83	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	108	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	133	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	158	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	183	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
9	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	34	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	59	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	84	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	109	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	134	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	159	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	184	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
10	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	35	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	60	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	85	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	110	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	135	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	160	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	185	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
11	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	36	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	61	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	86	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	111	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	136	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	161	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	186	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
12	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	37	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	62	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	87	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	112	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	137	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	162	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	187	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
13	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	38	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	63	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	88	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	113	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	138	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	163	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>				
14	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	39	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	64	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	89	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	114	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	139	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	164	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>				
15	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	40	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	65	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	90	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	115	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	140	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	165	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>				
16	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	41	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	66	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	91	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	116	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	141	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	166	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>				
17	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	42	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	67	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	92	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	117	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	142	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	167	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>				
18	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	43	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	68	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	93	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	118	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	143	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	168	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>				
19	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	44	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	69	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	94	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	119	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	144	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	169	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>				
20	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	45	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	70	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	95	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	120	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	145	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	170	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>				
21	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	46	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	71	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	96	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	121	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	146	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	171	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>				
22	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	47	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	72	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	97	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	122	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	147	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	172	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>				
23	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	48	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	73	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	98	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	123	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	148	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	173	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>				
24	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	49	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	74	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	99	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	124	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	149	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	174	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>				
25	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	50	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	75	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	100	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	125	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	150	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	175	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>				

Todos los derechos reservados. Ninguna parte de esta publicación puede ser reproducida, almacenada en sistema alguno de tarjetas perforadas o transmitida por otro medio, electrónico, mecánico, fotocopiador, registrador, etcétera, sin permiso por escrito de la Editorial.
 All rights reserved. No part of this publication may be reproduced, stored in a retrieval system or transmitted in any form or by any means, electronic, mechanical, photocopying, recording or otherwise, without permission in writing from the Publisher.

FIN DEL CUESTIONARIO

A
B
C
E
F
G
H
I
L
M
N
O
Q

A N E X O S C

TEST IBT

**CUESTIONARIO DE CREENCIAS IRRACIONALES
I.B.T.**

Este es un cuestionario de cómo Usted, siente acerca de varias cosas. Para cada pregunta debe encerrar en un círculo un número de la columna derecha, el cual exprese mejor su actitud hacia la pregunta. Asegúrese de marcar lo que Usted, actualmente cree o siente y no lo que debería sentir. No es necesario pensar mucho. Trate de evitar lo neutro o la respuesta "3" tanto como le sea posible. Sólo utilice este número si Usted, realmente no puede decidir si está de acuerdo o no. Recuerde que no hay respuestas buenas o malas. Cuanto más sinceramente conteste, más útil será el test para Usted.

- | | |
|-----------------------------------|--------------------------------|
| 1. Muy de acuerdo | 2. Moderadamente de acuerdo |
| 3. Ni de acuerdo ni en desacuerdo | 4. Moderadamente en desacuerdo |
| 5. Muy en desacuerdo. | |

- | | | | | | | |
|--|---|---|---|---|---|---|
| 1. Es muy importante para mí que otros me aprueben. | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | ° |
| 2. Odio equivocarme en cualquier cosa. | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | ° |
| 3. Muchas personas perversas escapan al castigo que merecen. | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | ° |
| 4. Generalmente acepto lo que pasa. | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | |
| 5. Si alguien quiere puede ser feliz bajo casi todas las circunstancias. | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | ° |
| 6. Tengo temor de algunas cosas que suelen molestar-me. | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | ° |
| 7. Todos necesitamos de alguien poder depender. | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | ° |
| 8. "Una zebra no puede cambiar sus rayas". | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | ° |
| 9. Hay una forma correcta de hacer todas las cosas. | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | ° |
| 10. Me gusta el respeto de otros, pero yo no tengo que tenerlo. | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | ° |
| 11. Evito las cosas que no puedo hacer. | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | ° |
| 12. Aquellos que obran mal deben ser sancionados. | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | ° |
| 13. Las frustraciones no me afligen. | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | |
| 14. Yo creo en mi propio estado de ánimo. | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | |
| 15. Siento poca ansiedad por cosas peligrosas que pueden ocurrirme | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | |
| 16. Cuando debo tomar decisiones importantes trato de consultar con alguna autoridad en el tema. | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | |
| 17. Es casi imposible superar la influencia del pasado. | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | ° |
| 18. No hay solución perfecta para nada. | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | |
| 19. Quiero agradecerle a todas las personas. | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | ° |
| 20. No me importa competir en actividades donde otros son mejores que yo. | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | |
| 21. La inmoralidad debería ser fuertemente castigada. | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | ° |
| 22. Con frecuencia me siento molesto por situaciones que no me gustan. | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | ° |
| 23. La gente es infeliz, es así porque generalmente ellos mismos se lo buscaron. | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | |
| 24. En ocasiones no puedo dejar de pensar en cosas que me preocupan. | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | ° |

27. La gente necesita algo externo que les dé fuerza 1 2 3 4 5 °
28. Si yo hubiera tenido experiencias diferentes, sería más como yo quiero ser. 1 2 3 4 5 °
29. Muy rara vez se halla un camino fácil en la vida. 1 2 3 4 5
31. Puedo gustarme a mí mismo aunque a muchos yo no les guste. 1 2 3 4 5
32. Me gustaría tener éxito pero no siento que deba es forzarme para ello o que "tenga que" hacerlo. 1 2 3 4 5
33. Son pocas las veces que culpo a las personas por su maldad. 1 2 3 4 5 °
34. Generalmente acepto las cosas como son, inclusive si no me gustan. 1 2 3 4 5
35. Depende de uno mismo el tiempo que dure un estado de ánimo desagradable. 1 2 3 4 5
36. Rara vez estoy ansioso por el futuro. 1 2 3 4 5
37. Hay ciertas personas de quien dependo enormemente. 1 2 3 4 5 °
38. Rara vez pienso que experiencias pasadas me afectan ahora. 1 2 3 4 5
39. Algunos problemas siempre estarán con nosotros. 1 2 3 4 5 °
41. Aunque me gusta la aprobación no es una necesidad real para mí. 1 2 3 4 5
42. Me molesta cuando otros son mejores que yo en algo. 1 2 3 4 5 °
43. Todas las personas son fundamentalmente buenas. 1 2 3 4 5
44. Si las cosas me molestan, simplemente las ignoro. 1 2 3 4 5
45. Cuantos problemas tenga una persona menos feliz será. 1 2 3 4 5 °
46. Me preocupo demasiado por ciertas cosas del futuro. 1 2 3 4 5 °
47. Yo soy el único que puede entender y enfrentar mis problemas. 1 2 3 4 5
48. Somos esclavos de nuestra historia personal. 1 2 3 4 5 °
49. Vivimos en un mundo de azar y probabilidad. 1 2 3 4 5
51. Me preocupo con frecuencia sobre cuanta gente me aprueba. 1 2 3 4 5 °
52. Me molesta cometer errores. 1 2 3 4 5 °
53. No es justo que "llueva sobre justos e injustos" 1 2 3 4 5 °
54. Hago lo que pueda hacer para conseguir lo que quiero y por eso no suelo preocuparme. 1 2 3 4 5
55. Nada es deprimente por sí mismo, depende de como lo interpretes. 1 2 3 4 5
56. Algunas veces no puedo liberar temores de mi mente. 1 2 3 4 5 °

57. Me disgusta que otros temen decisiones por mí. 1 2 3 4 5
58. Una vez que algo te haya afectado en la vida, siempre lo hará. 1 2 3 4 5 °
59. Rara vez hay una solución ideal para cada cosa. 1 2 3 4 5
61. Me interesa bastante lo que la gente siente por mí. 1 2 3 4 5 °
62. Suelo incomodarme bastante por cosas pequeñas. 1 2 3 4 5 °
63. Generalmente doy a quien me agrada una segunda oportunidad. 1 2 3 4 5
64. Soy bastante calmado para enfrentar la vida. 1 2 3 4 5
65. Nunca hay una razón para estar preocupado por mucho tiempo. 1 2 3 4 5
66. Casi nunca pienso en cosas como la muerte o la guerra. 1 2 3 4 5
67. Me gusta tener que depender de otros. 1 2 3 4 5
68. La gente fundamentalmente nunca cambia. 1 2 3 4 5 °
69. Es mejor buscar una solución práctica que una solución perfecta. 1 2 3 4 5
71. Es molesto, pero no deprimente ser criticado. 1 2 3 4 5
72. No temo hacer cosas que no puedo hacer bien. 1 2 3 4 5 °
73. Nadie es malo, aún cuando sus actos lo sean. 1 2 3 4 5
74. Rara vez me inquietan los errores de los otros. 1 2 3 4 5
75. Los hombres hacen su propio infierno, con ellos dentro. 1 2 3 4 5
76. Con frecuencia pienso qué haría yo en situaciones de peligro. 1 2 3 4 5 °
77. He aprendido a no esperar que alguien (distinto de mí) se preocupe. 1 2 3 4 5
78. No miro el pasado con ningún remordimiento. 1 2 3 4 5 °
79. No hay nada que se aproxime a lo ideal. 1 2 3 4 5

2. MUJERES ADOLESCENTES - TRASTORNOS DE LA NUTRICIÓN
3. MUJERES ADOLESCENTES - TRASTORNOS DE LA NUTRICIÓN
4. TRASTORNOS DE LA NUTRICIÓN
5. PERSONALIDAD
6. TRASTORNOS DE LA PERSONALIDAD
7. OBESIDAD - DIAGNÓSTICO Y TRATAMIENTO
8. BULIMIA - DIAGNÓSTICO Y TRATAMIENTO

CENTRO OVEREATERS ANONYMOUS - ADOLESCENCIA - TRASTORNOS DE LA NUTRICIÓN