



Análisis de la resiliencia y dependencia en deportes de combate y otras modalidades deportivas

Cristina Reche-García^a, Alejandro Martínez-Rodríguez^{b*}, Magdalena Gómez-Díaz^a
y Juan José Hernández-Morante^a

^aFacultad de Enfermería, Universidad Católica San Antonio de Murcia (UCAM), Murcia, España

^bFacultad de Ciencias, Universidad de Alicante, Alicante, España

Recibido el 1 de octubre de 2019; aceptado el 8 de abril de 2020

PALABRAS CLAVE

Psicología,
evaluación,
salud,
ejercicio

Resumen El ejercicio físico (EF) es una práctica sistematizada y orientada a un objetivo (salud, rendimiento, etc.) de actividad física. Dadas las respuestas a nivel fisiológico y cognitivo que genera, este puede influir en diversos factores psicosociales. El objetivo de este estudio es conocer la prevalencia del riesgo de dependencia al EF y de resiliencia por deporte (colectivo, individual o combate) y analizar las diferencias, teniendo en cuenta el sexo, edad, dedicación deportiva y años de experiencia deportiva. Participaron 278 deportistas (194-varones, 84-mujeres). Se administró la Escala de Dependencia del Ejercicio-Revisada y la Escala de Resiliencia. Los resultados mostraron una menor sintomatología de riesgo de dependencia al EF y elevados niveles de resiliencia en deportes de combate frente al resto. En deportes individuales se encuentra una menor resiliencia a medida que van pasando los años de experiencia. En la modalidad colectiva se hallaron diferencias por sexo, mostrando las mujeres mayor resiliencia que los hombres. Los deportes de combate muestran mejores resultados en resiliencia y dependencia al EF.

© 2020 Fundación Universitaria Konrad Lorenz. Este es un artículo Open Access bajo la licencia CC BY-NC-ND (<http://creativecommons.org/licenses/by-nc-nd/4.0/>).

Analysis of resilience and dependence in combat sports and other sports modalities

Abstract Physical exercise (PE) is a systematized and goal-oriented practice (health, performance, etc.) of physical activity. Given the physiological and cognitive responses that it generates, it can influence various psychosocial factors. The aim of this study is to know risk exercise dependence and resilience prevalence in athletes by sport (collective, individual or combat), and analyze the differences, according to sex, age, sports dedication and years of sports experience. 278 athletes were evaluated (194 men and 84 women) using the Exercise Dependence Scale-Revised and Resilience Scale inventories in the Spanish version. Results showed an important symptomatology of exercise dependence risk and higher levels of resilience in combat sports in comparison with team sports or individual sports. There was a

KEYWORDS

Psychology,
assessment,
health,
exercise

* Autor para correspondencia.

Correo electrónico: amartinezrodriguez@ua.es

- Ruiz-Barquín, R., De la Vega-Marcos, R., Poveda, J., Rosado, A., & Serpa, S. (2012). Psychometric analysis of Resilience Scale in the sport football. *Revista de Psicología del Deporte*, 21(1), 143-151.
- Salgado, A. C. (2005). Métodos para medir la resiliencia: Una alternativa peruana. *Liberabit. Revista de Psicología*, 11, 41-48.
- Sicilia, Á., Alías-García, A., Ferriz, R., & Moreno-Murcia J. A. (2013). Spanish adaptation and validation of the Exercise Addiction Inventory (EAI). *Psicothema*, 25(3), 377-383. <https://doi.org/10.7334/psicothema2013.21>
- Sicilia, A., & González-Cutre, D. (2011). Dependence and physical exercise: Spanish validation of Exercise Dependence Scale Revised (EDS-R). *The Spanish Journal of Psychology*, 14(1), 421-432.
- Smith, D. K., & Hale, B. D. (2004). Validity and factor structure of the bodybuilding dependence scale. *British Journal of Sports Medicine*, 38(2), 177-181. <https://doi.org/10.1136/bjism.2002.003269>
- Summers, J. J., Machin, V. J., & Sargent, G. I. (1983). Psychosocial factors related to marathon running. *Journal of Sport Psychology*, 5(3), 314-331. <https://doi.org/10.1123/jsp.5.3.314>
- Szabo, A., Frenkl, R., & Caputo, A., (1996). Deprivation feelings, anxiety, and commitment in various forms of physical activity: A cross-sectional study on the internet, *Psicología*, 39, 223-230.
- Tutte, V., & Reche, C. (2016). Burnout, resiliencia y optimismo en el hockey sobre hierba femenino. *Cuadernos de Psicología del Deporte*, 16(3), 73-78.
- Valenzuela, P. L., & Arriba-Palomero, F. (2017). Risk of exercise addiction among male amateur triathletes and its relationship with training variables. *Revista Internacional de Ciencias del Deporte*, 13(48), 162-171. <https://doi.org/10.5232/ricyde2017.04806>
- Wagnild, G. M., & Young, H. M. (1993). Development and psychometric evaluation of resilience scale. *Journal of Nursing Measurement*, 1(2), 165-178.
- Waugh, C. E., Thompson, R. J., & Gotlib, I. H. (2011). Flexible emotional responsiveness in trait resilience. *Emotion*, 11, 1059-1067. <https://doi.org/10.1037/a0021786>
- Weik, M., & Hale, B. D. (2009). Contrasting gender differences on two measures of exercise dependence. *British Journal of Sports Medicine*, 43(3), 204-207. <https://doi.org/10.1136/bjism.2007.045138>
- Zurita-Ortega, F., Chacón-Cuberos, R., Cofre-Bolados, C., Knox, E., & Muros, J. J. (2018). Relationship of resilience, anxiety and injuries in footballers: Structural equations analysis. *PLoS One*, 13(11), e0207860. <https://doi.org/10.1371/journal.pone.0207860>