

Estado emocional y enfermedades crónicas no transmisibles en deportistas y no deportistas retirados

Emotional status and chronic non transmissible illnesses in sportsmen and non retired sportsmen

Dr.C. Leonel Tula Suárez¹;Dr.C. Francisco García Ucha²;Dr. Antonio Iglesias Arteaga³

¹ Dr. en Ciencias Médicas.Profesor Auxiliar.

² Dr. en Ciencias Psicológicas.Profesor Titular. Investigador Titular.

³ Especialista en Medicina General Integral

avlopez43@inder.cu

RESUMEN

Buscando relación entre el estado emocional y el padecimiento de enfermedades crónicas no trasmisibles en retirados, se estudiaron tres grupos; 25 deportistas de alto rendimiento, una parte de los cuales se mantienen laborando, 20 retirados sedentarios y 14 que se reincorporaron al trabajo. A todos se les realizo examen físico general y de laboratorio para determinar el padecimiento de enfermedades crónica no trasmisibles. Para calificar el estado de ánimo respondieron el test POMS. (Profile of Mood State). Los resultados fueron llevados a un grafico cuya curva se comparo con la obtenida por Morgan al estudiar deportistas victoriosos en las competencias y que denomino Perfil Iceberg considerando esta como expresión de óptimo estado emocional. En el grafico obtenido con el grupo general de los retirados la curva fue similar al Iceberg de Morgan, pero el pico en lugar de estar en Vigor se obtuvo en Cólera, siendo altas las cifras también en Depresión, lo que expresa alteraciones en el estado de ánimo. Los deportistas retirados tuvieron las cifras mas bajas siguiéndoles los retirados reincorporados al trabajo. El número de retirados enfermos fue mayor en los dedicados sólo a las labores del hogar, siendo la Hipertensión Arterial la enfermedad más frecuentemente encontrada.

Se puede especular que el perfil obtenido con los resultados llevados al grafico, corresponden al retirado cubano y que el retorno al trabajo influye en la disminución de los valores cólera y depresión en la encuesta aplicada. Al coincidir las alteraciones de la curva del Iceberg con el padecimiento de Enfermedades Crónicas no Trasmisibles alerta sobre la posibilidad de que la alteración del estado de ánimo pudiera influir como factor de riesgo en el padecimiento de estas.

Palabras claves: POMS, vigor, depresión, enfermedades, psicología

ABSTRACT

Looking for relation among the emotional state and the ailment of chronic illnesses non transmissible in retired sportmens, they studied three groups; 25 sportsmen of high-performance, a part remain laboring, 20 sedentary and retired and 14 that rejoined work. The subjets in the study were summited to a general and laboratory physical examination to determine the ailment of chronic illnesses I to all no transmissible. In order to qualify the state of mind the POMS answered the test. (Profile of Mood State). Results were taken whose curve to a graphic were compared with tose obtained for Morgan when Profile of Iceberg regarding as this expression of optimal emotional status to study victorious sportsmen in competitions and was mentioned above. He was similar to Morgan's Iceberg in the graphic obtained with retired subjets general group curved, but he obtained the

peak instead of being in force in Colera, being tall you write them in code also in Depresión, that expresses alterations in the state of mind. The retired sportsmen was lower than the numbers retired subjects reincorporated to work. The number of sick persons was higher in the dedicated only to household task, being the Hypertension the more disease frequently found. One can speculate than the profile obtained with results carried to the graphic, they correspond to the retired Cuban and that the return to work influences the decrease of moral values anger and depression in the applied opinion poll. When the alterations of the curve of the Iceberg agree with the ailment of non trasmisibles chronic Illnesses alerts on the possibility that the alteration of the state of mind may have influence as a risk factor in the ailment of these.

Keywords: POMS, vigor, depression, illnesses, psicology

INTRODUCCIÓN

Todo parece indicar que el impacto del retiro de la vida deportiva en el atleta, puede crear alteraciones en su autoestima, auto eficacia y auto concepto (identidad), ante la perdida de los refuerzos sociales, económicos y fisiológicos que recibía por su participación activa en el deporte, lo que se traduce en un estrés mantenido difícil de superar, que pudiera influir en la aparición y desarrollo de enfermedades crónicas no transmisibles (1)(2)(3) En este sentido, como parte del plan para la atención al deportista retirado del Instituto Nacional de Deportes y Recreación de Cuba (INDER), en nuestra institución, se estableció una consulta para estudiar a todos los que habían pasado a esta condición, con la finalidad de conocer su estado de salud. Con los datos obtenidos se realizo una investigación en el año 2001 por los Drs. Correa Vidal y García Ucha (4), después de haber examinado a mas de 500 sujetos, encontrando tasas de enfermedades crónicas no trasmisibles discretamente elevadas con relación a la población general (5), por lo que se decidió profundizar en otro estudio llevado a cabo en el 2003 por L.Tula Suárez y García Ucha (6), citándose a un grupo de deportistas de alto rendimiento sin conocer si padecían o no enfermedades crónicas no trasmisibles, incluyéndolos en la investigación según acudían a una consulta de Medicina Interna creada al efecto.

Se les sometió a examen físico general que incluyo todos los aparatos y sistemas, realizándoseles estudios de laboratorio investigando cifras de hemoglobina, leucograma, colesterol, ácido úrico, creatinina, pruebas hepáticas, eritrosedimentacion, glicemia y sedimento urinario.

Para explorar el perfil del estado de animo se empleo la encuesta POMS (Perfil of Mood State) Creado por Mc. Nair, Lorr y Droppleman en 1971 (7), con la finalidad inicial de medir los cambios resultantes en el empleo de la psicoterapia, y la medicación psicotrópica en enfermos mentales. Este cuestionario se compone de 65 adjetivos alegóricos al estado emocional del paciente considerando, como el se sintió en la ultima semana, incluyendo el día de la prueba los que debe aceptar o no, señalando con una cruz la medida en que considera le afecta, en una escala con los valores de 0 como nada, hasta 4 muchísimo.

Los resultados de este cuestionario se procesaron llevándose a un grafico que se comparo con los obtenidos por Morgan al evaluar a deportistas victoriosos en las competencia y que denomino Perfil Iceberg (8)(9) por la figura de la curva que semeja este fenómeno geográfico cuyo pico corresponde a Vigor descendiendo a la izquierda con Cólera, Depresión, Tensión y a la derecha Fatiga, Confusión, considerando este perfil como optimo en el estado de animo (Fig. 1). En situaciones de alteración emocional sobre todo las causadas por fracasos en los partidos, la curva se invierte (Fig. 2).

En nuestros casos el punto mas alto coincidió con Cólera y no con Vigor, lo que nos hizo especular que podría corresponder a la curva del atleta retirado cubano. En esta muestra, no se aprecia relación entre dicho estado y el padecimiento de enfermedades crónicas no trasmisibles. Como recomendaciones se planteo la necesidad de ampliar el estudio para hacer comparaciones con otros tipos de retirados y se mantuvo la alerta del factor emocional como influyente en la aparición o agravamiento de las enfermedades crónicas no transmisible atendiendo al perfil de la curva obtenida.

Con tal motivo, se llevo a cabo esta tercera investigación estudiando con igual esquema a un grupo de retirados correspondientes al área de atención de un consultorio del medico de la familia todos los cuales mantienen una vida sedentaria dedicados fundamentalmente a las labores del hogar así como a un grupo de retirados reincorporados al trabajo.

MATERIAL Y MÉTODO

Se estudiaron 20 retirados mayores de 60 años, sin otra ocupación que las derivadas de los quehaceres de la casa, los que fueron contactados a través del medico de la familia del área de residencia y 14 retirados que luego de pasar a esta condición se reincorporaron al trabajo. Al igual que a los deportistas a estos se les realizo un completo examen físico general y se les indico exámenes de laboratorio básicos para con ambas acciones llegar al diagnostico de enfermedades crónicas no trasmisibles o evaluar el grado de estas si eran conocidas. También ellos respondieron la encuesta para obtener el POMS (Original de 65 ítems).

RESULTADOS

Los 20, (100%) retirados que llevan una vida sedentaria padecen enfermedades crónicas no trasmisibles, 17 (85%) de ellos Hipertensión Arterial. El promedio de edad de este grupo es de 70 años. Con relación a los que se reincorporaron al trabajo, 10 (71%) de los 14 estudiados padecen enfermedades crónicas no trasmisibles, 8 (57%) Hipertensión Arterial. El promedio de edad es de 65 años. En el caso de los deportistas de alto rendimiento retirados estudiados con anterioridad, de 24 examinados 14 (58%), padecen enfermedades crónicas no trasmisibles, 11 Hipertensión Arterial. El promedio de edad es de 51 años. (Tabla 1).

Tabla No. 1

	Estudiados	Enfermos	Hipertensos	Edad promedio
Deportistas	24	14 (58%)	11(45%)	51 años
Custodios	14	10 (71%)	8 (51%)	65 años
Sedentarios	20	20(100%)	17(85%)	70 años

Con relación a los resultados de la encuesta para conocer el Perfil del Estado de Animo (POMS) La curva obtenida al llevar estos al grafico, tanto de los retirados que se mantienen sedentarios como los que se reincorporaron al trabajo, fue similar a la que se obtuvo con los deportistas de alto rendimiento, donde el punto mas alto del Iceberg esta en cólera y no en vigor, siguiéndole en orden depresión y fatiga, lo que hace suponer que existen alteraciones del estado de animo en todo los examinados. Ahora bien, comparándolos entre si, se advierte que el punto de cólera, depresión y fatiga está más alto en los retirados sedentarios que en los

custodios y los deportistas, lo que pudiera estar relacionado con la incorporación al trabajo.

El número de pacientes que padecen enfermedades Crónicas no Trasmisibles es mayor también e los retirados sedentarios siguiéndoles en orden los reincorporados al trabajo. Todo esto pudiera estar relacionado con similares resultados en la respuesta al POMS.

Es importante resaltar que la Hipertensión Arterial la padecen un alto número de pacientes y los factores emocionales constituyen un factor de riesgo importante en su surgimiento y evolución

CONCLUSIONES

- Nuestros resultados nos llevan a la opinar que como tendencia, las personas retiradas presentan resultados mas elevados en la escala Cólera y Depresión del perfil POMS como expresión de alteraciones en su estado de animo en relación al perfil de los deportistas triunfadores.
- Tal parece que la actividad física tiene influencia en el estado de ánimo de los retirados estudiados.
- En nuestra muestra, los retirados incorporados al trabajo son menos propensos a padecer enfermedades crónicas no trasmisibles.
- La Hipertensión Arterial es la enfermedad más frecuentemente encontrada por lo que se requiere precisar si los valores elevados en Cólera y Depresión constituyen un factor de riesgo que predisponen al padecimiento
- Se requiere corroborar si el perfil obtenido con nuestra muestra corresponde a la población de retirados, siendo necesario un estudio más amplio.

RECOMENDACIONES

Ampliar el estudio a fin de confirmar el perfil del retirado cubano y si la practica de la actividad física puede amortiguar, modificar o prevenir en estas poblaciones las Enfermedades Crónicas no Trasmisibles

REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

1. Crook, J. M.; Roberston, S.E.; Transition ret of elite sport. International Journal of Sport Psychology. Vol 22, No.2, April-June 1991. Canada.
2. Sheffers, M.: Cognitive and mood-state changes in patients with chronic fatigue syndrome. Reviu of Infection Diseases, 13, 542-545. 1991.
3. García Ucha, F.: Psicología de las Emociones en el Deporte. Poligráfica Omega. Madrid. 2001
4. Correa Domínguez, M. T.; García Ucha, F.: Caracterización de las Enfermedades Crónicas no Trasmisibles en Deportistas Retirados. Revista Digital – Buenos Aires - Año 7 No. 37 – Junio 2001
5. Anuario Estadístico del Ministerio de Salud Publica de Cuba. 2006. Centro de Información de Ciencias Médicas. La Habana..Cuba
6. Tula Suárez, L. García Ucha, F.: Estado emocional y Enfermedades Crónicas no trasmisibles en Deportistas Retirados. Revista Cubana de Medicina del Deporte. Revista Digital Vol.:2, No. 2. [http://wwn.inder-revista % IMD index htm](http://wwn.inder-revista%IMDindex.htm)

7. Mc. Nair, D. M.; Loo, M.; Doppelman, L. F.: Manual of Profile Mood State. Educational and Industrial Testing Service. San Diego. Cal. U.S.A.1971
8. Morgan, W. P.; Brow, D. R.; Raglin, J. S.; Oconnor, P. J.; Ellickson, K. A.:Psychological Monitoring of Overtraining and Stenness. British Journal of Sport Medicine, 21 (3), 107-114. 1987
9. Andrade Fernández, E. M.; Arce Fernández, C.; Seoanes Pesquera, G.: Aportaciones del POMS a la medida del estado de ánimo del deportista. Estado de la cuestión. Revista Psicología del deporte. Universidad de las Islas Baleares. Vol. 9 No.1-2, 7-20 .2000