

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

### **Emotional state and no Transmissible Chronic Illnesses in sportmen and in retired sportmen**

**Leonel Tula Suárez<sup>1</sup>; Francisco García Ucha<sup>2</sup>; Antonio Iglesias Arteaga<sup>3</sup>**

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](mailto: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 realizó 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, iceber, atletas retirados, población sedentaria

## **ABSTRACT**

Looking for relation between the emotional state and the ailment of chronic illnesses no transmissible in retirees, It has been studied three groups; 25 highperformance sportsmen, many of them still laboring, 20 sedentary retirees and 14 that rejoined work. The general physical examination and from laboratory was accomplish to all of them to determine the ailment of chronic illnesses no transmissible. In order to qualify the state of mind they answered the POMS's test. (Profile of Mood State).

Results were reflected in a graphic which curve was compared with Morgan's graphic which one was obtained when he studied the victorious sportsmen's profile and he named "Iceberg Profile" regarding it as an expression of optimal emocional status. In the graphic obtained in retired's general group the curved was similar to Morgan's Iceberg, but the peak obtained was in Vigor instead being in Cholera, also being high the depression code, that expresses alterations in the state of mind. The retired sportsmen had the lowermost numbers following by the retired reincorporated to work. The number of retired sick persons was higher in those devoted only to household activities, being the hypertension the most frequently found disease.

Its may speculate than the profile obtained with results carried to the graphic, corresponding to retired Cuban and that return to work influences the decrease of values of cholera and depression according to the applied opinion poll. When the alterations of the curve of the Iceberg agree with the ailment of no transmissible 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, iceberg, retired athletes, sedentary population

## **INTRODUCCIÓN**

La adaptación del deportista retirado a la vida fuera del deporte, es motivo de atención por los investigadores de nuestro centro (1). El retiro de la vida deportiva puede crear alteraciones en su autoestima y auto concepto (identidad), ante la pérdida 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 (2)(3) (4)(5).

Como parte del plan para la atención al deportista retirado del Instituto Nacional de Deportes y Recreación de Cuba (INDER), nuestra institución, estableció una consulta para estudiar a todos los que habían pasado a esta condición, con la finalidad de conocer su estado de salud. Un análisis del resultado de esta investigación, fue realizado en el 2001 por los Drs. Correa Vidal y García Ucha, después de examinar a mas de 500 sujetos, encontrando tasas de enfermedades crónicas no trasmisibles discretamente elevadas con relación a la población general (6)(7)., por lo que se decidió en el seguimiento de estos pacientes, evaluar la esfera psicológica de los mismos en el momento en que acudieron a una consulta de Medicina Interna creada al efecto. Para ello se

empleo un sencillo instrumento, la encuesta que mide el perfil del estado de ánimo (Perfil Mood State) POMS., creado por Mc. Nair, Lorr y Droppleman en 1971(8), 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 paciente los que debe aceptar o no, señalando con una cruz la medida en que considera le afecta, en una escala con los valores, 0 nada, 1 un poco, 2 moderadamente, 3 bastante, 4 muchísimo, pidiéndose al encuestado que responda según se sintió la última semana, incluso el día que concurre a la consulta.

Al procesar la encuesta es posible medir en el paciente los valores de seis estados de ánimo o factores., Tensión-Ansiedad, Depresión-Melancolía, Cólera-Hostilidad, Vigor-Actividad, Fatiga-Inercia y Confusión-Perplejidad. Como puede apreciarse, cinco factores son negativos y uno positivo (Vigor-Actividad), el que por supuesto predominará en las personas sanas. De acuerdo a los resultados se trazo una curva a cada uno de ellos y al grupo en general y se comparo con la curva patrón obtenida del estudio de deportistas elites en etapa de competencias exitosas así como en estudiantes universitarios y en una variedad de grupos de personas no afectadas de enfermedades psíquicas, investigados por Morgan W. P y Col., denominando a esta curva; Perfil del Iceberg o Perfil Del Campeón, el cual estaría invertido frente a cualquier alteración emocional, lo que fue detectado en deportistas cuando fueron sometidos a un sobreentrenamiento o después de un fracaso competitivo o evento que obligara a detener la preparación física. (9).

## **OBJETIVOS**

A. Establecer una opinión sobre el perfil del estado de ánimo del deportista de alto rendimiento retirado

B. Apreciar si existe relación entre las variaciones de este perfil con el padecimiento de enfermedades crónicas no trasmisibles.

## **MATERIAL Y MÉTODO**

Se estudiaron 24 deportistas de alto rendimiento, retirados, de diferentes edades, sexo y tiempo de retiro, quienes concurren a una consulta de Medicina Interna.

Se realizó a estos un examen físico general, explorando todos los aparatos y sistemas, así como exámenes de laboratorio. Al concluir la consulta, previo consentimiento y orientación, se les pidió contestaran el cuestionario POMS. Nuestros resultados se procesaron utilizando las estadísticas descriptivas.

## RESULTADOS Y DISCUSIÓN

El 61% de los pacientes padecen enfermedades crónicas no transmisibles y de estos el 45% son hipertensos, lo que constituye una cifra notable (ver tabla.). El resto de este 61% padece de otras afecciones distribuidas en una baja cifra, lo que corrobora lo expuesto en la investigación realizada por Correa y García Ucha (6).

Los resultados de la encuesta POMS aplicada indican que la curva que se obtuvo del grupo estudiado difiere notablemente de los patrones obtenidos en otros casos, pues aunque muy discretamente, los factores Depresión-Melancolía y Cólera-Hostilidad se van por encima de los rangos de la curva considerada como normal.

Por otra parte Vigor –Actividad esta discretamente por debajo (Fig. 1). Las curvas correspondientes al estudio separado de hombres y mujeres del grupo, son similares pero en la mujer el factor depresión esta más acentuado y bajo el factor vigor. (Fig. 2 y 3). Debe tomarse en consideración lo pequeño de la muestra.

Al comparar la curva de los grupos de enfermos y sanos, se decidió evaluar a quienes padecían hipertensión arterial por constituir el mayor numero de casos (ver tabla). Se comprueba que ambas difieren discretamente del patrón normal, pero en el grupo considerado como sano la curva es más pronunciada en el factor Cólera-Hostilidad (Fig.5), mientras que en el de los hipertensos este factor es menor (Fig.4). Como las diferencias entre ellas son poco notables no podemos relacionar esta alteración con el padecimiento de enfermedades crónicas no transmisibles.

No conocemos que este estudio sé realizara antes con deportistas retirados. Como quiera que se requiere un mayor numero de casos para llegar a conclusiones con mayor fuerza estadística, es necesario la ampliación de la muestra. Por otra parte, queda la duda de si el comportamiento de la curva será similar en retirados no deportistas, lo que constituye un reto para estos investigadores.

## CONCLUSIONES

Los deportistas retirados estudiados en nuestra consulta presentan una curva atípica que muestra un discreto aumento de los factores Depresión-Melancolía y Cólera-Hostilidad y una disminución de Vigor-Actividad, lo que refleja un trastorno del estado emocional del grupo.

Se puede especular que estos resultados correspondan al **patrón del deportista retirado**. Este patrón de ser corroborado en investigaciones posteriores con una muestra más amplia puede constituir un factor de riesgo para el padecimiento de enfermedades crónicas no transmisibles sobre el que se pudiera trabajar para normalizarlo.

## RECOMENDACIONES

Los resultados obtenidos arrojan una luz determinada sobre el problema de la transición del deportista a la vida fuera del deporte y por ello resulta de importancia profundizar las conclusiones aquí obtenidas.

## REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

1. Barrizonte Meneses, F. y Col.: Estudio Integral, Medico y Psicológico del Deportista Retirado. Proyecto de Investigación del Instituto de Medicina del Deporte. Cuba 2001.
2. Crook, J. M.; Roberston, S.E.; Transition ret of elite sport. International Journal of Sport Psycology. Vol 22, No.2, April-June 1991. Canada.
3. Sheffers, M.: Cognitive and mood-state changes in patients with chronic fatigue syndrome. Reviu of Infection Diseases, 13, 542-545. 1991.
4. 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
5. García Ucha, F.: Psicología de las Emociones en el Deporte. Poligráfica Omega.Madrid. 2001.
6. Correa Domínguez, M. T.; García Ucha, F.: Caracterización de las Enfermedades Crónicas no Transmisibles en Deportistas Retirados. Revista Digital – Buenos Aires - Año 7 No. 37 – Junio 2001.
7. Anuario Estadístico del Ministerio de Salud Publica de Cuba. 1999.
8. Mc. Nair, D. M.; Loor, M.; Doppleman, L. F.: Manual of Profile Mood State. Educational and Industrial Testing Service. San Diego. Cal. U.S.A.1971.
9. Morgan, W. P.; Brow, D. R.; Raglin, J. S.; Oconnor, P. J.; Ellickson, K. A.:Psycologycal Monitoring of Overtraining and Stateness. British Journal of Sport Medicine, 21 (3), 107-114. 1987.

# ANEXOS

## Gráfico 1

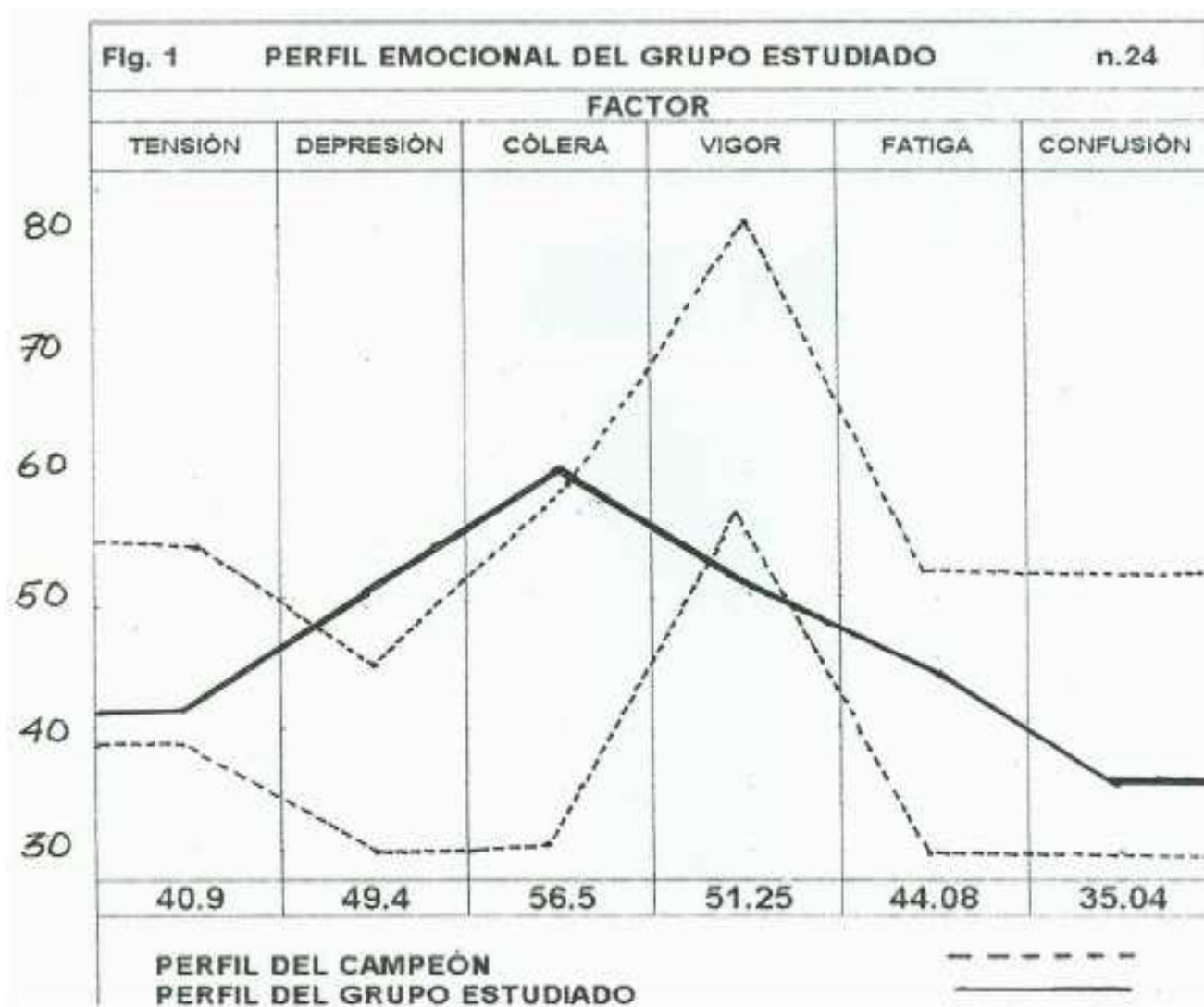


Gráfico 2

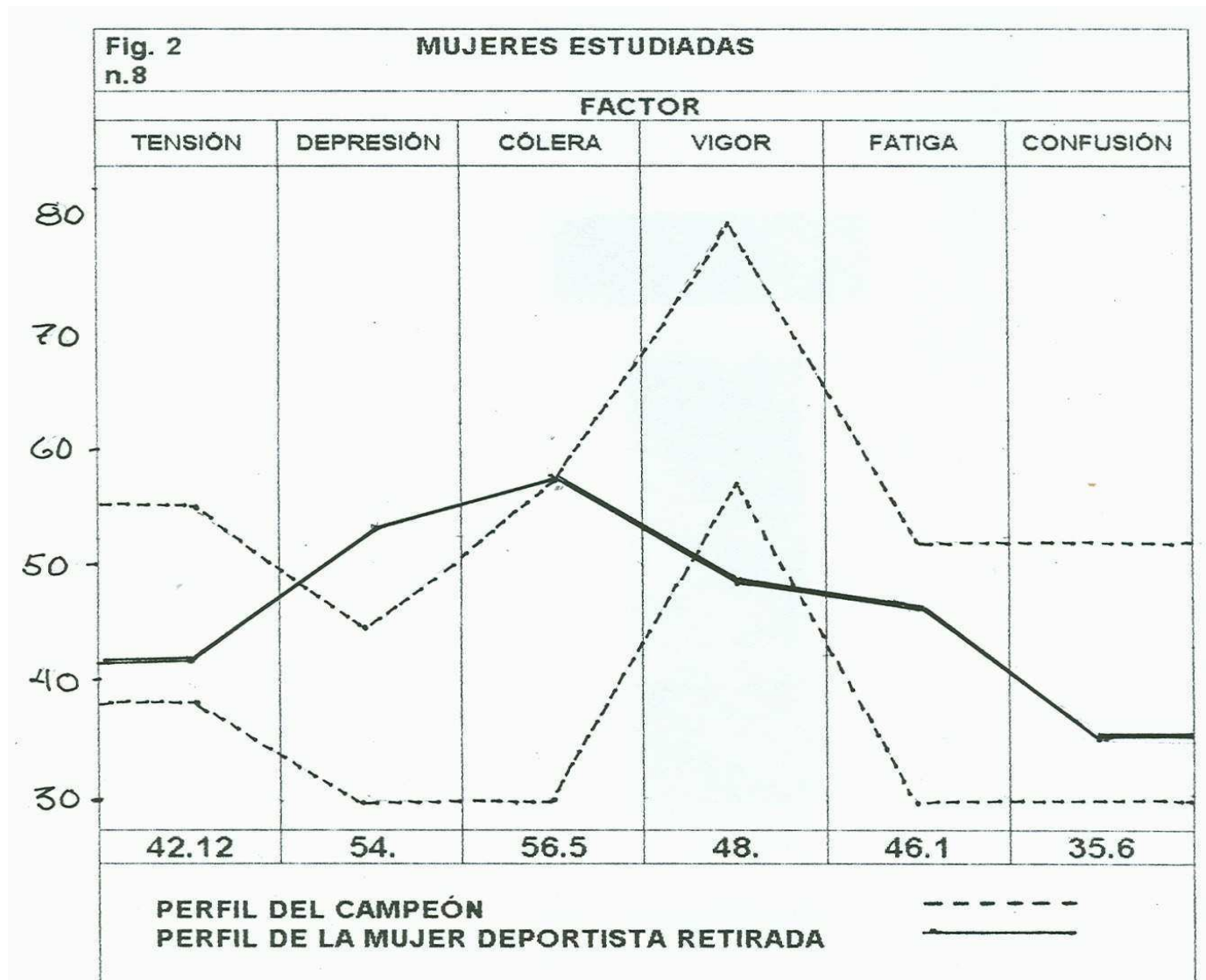


Gráfico 3

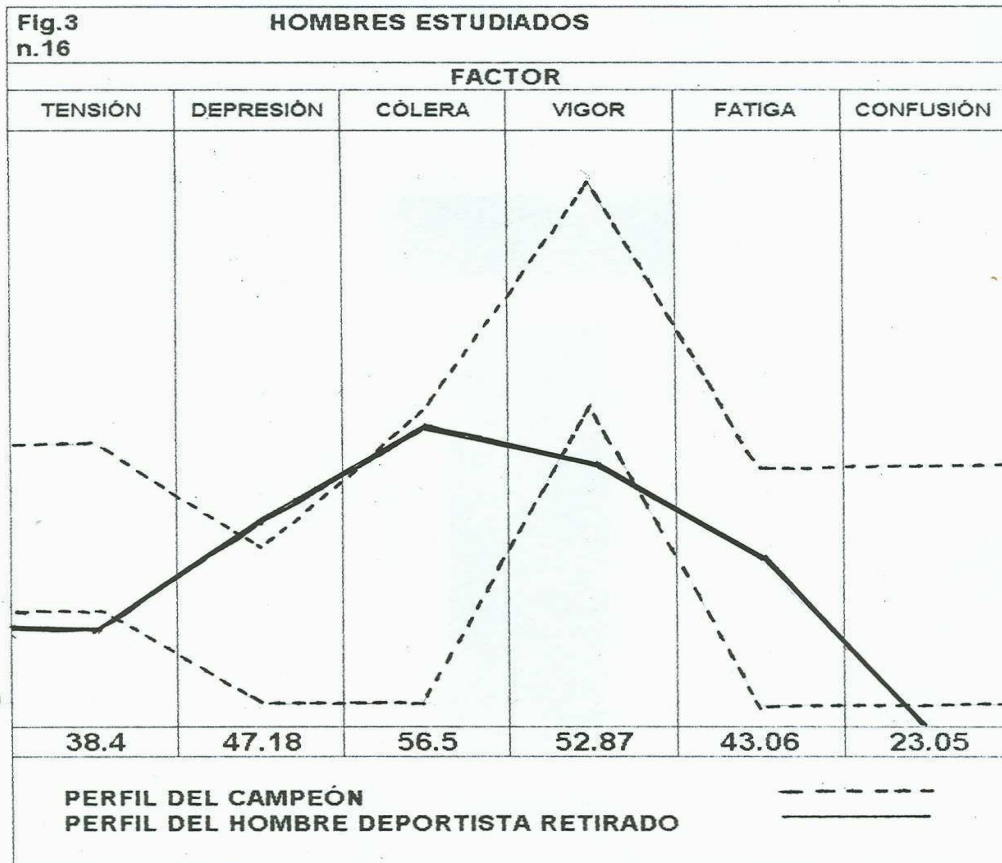




Gráfico 4

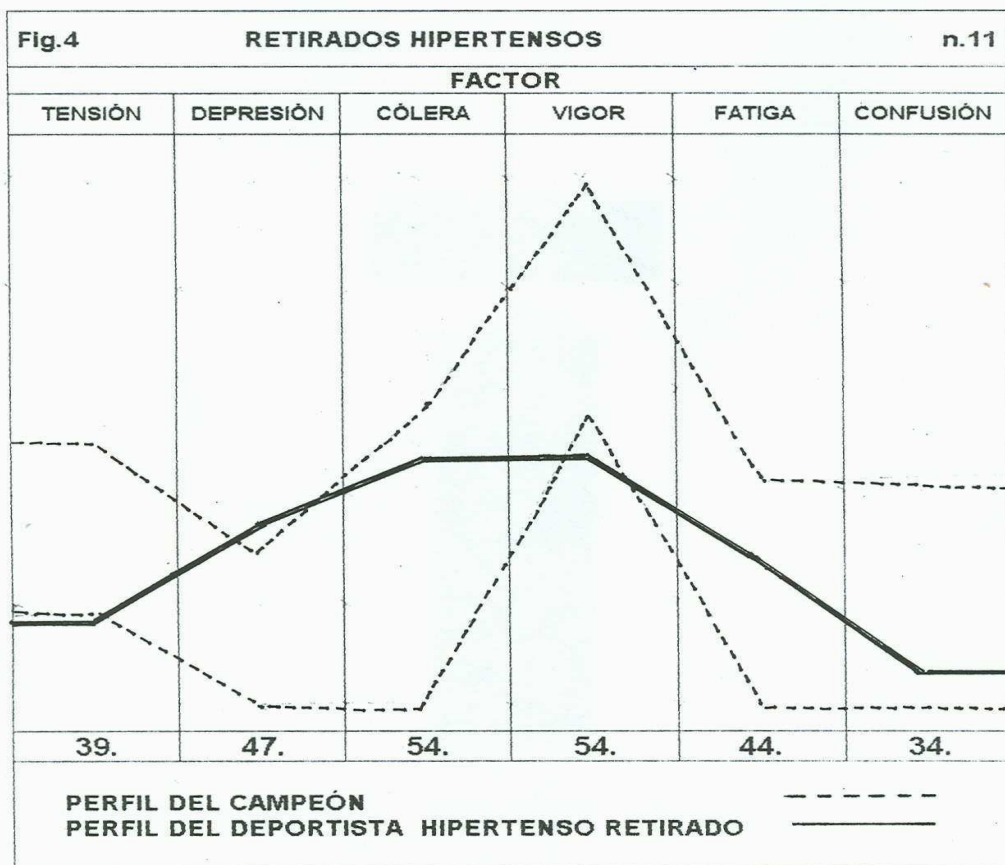


Gráfico 5

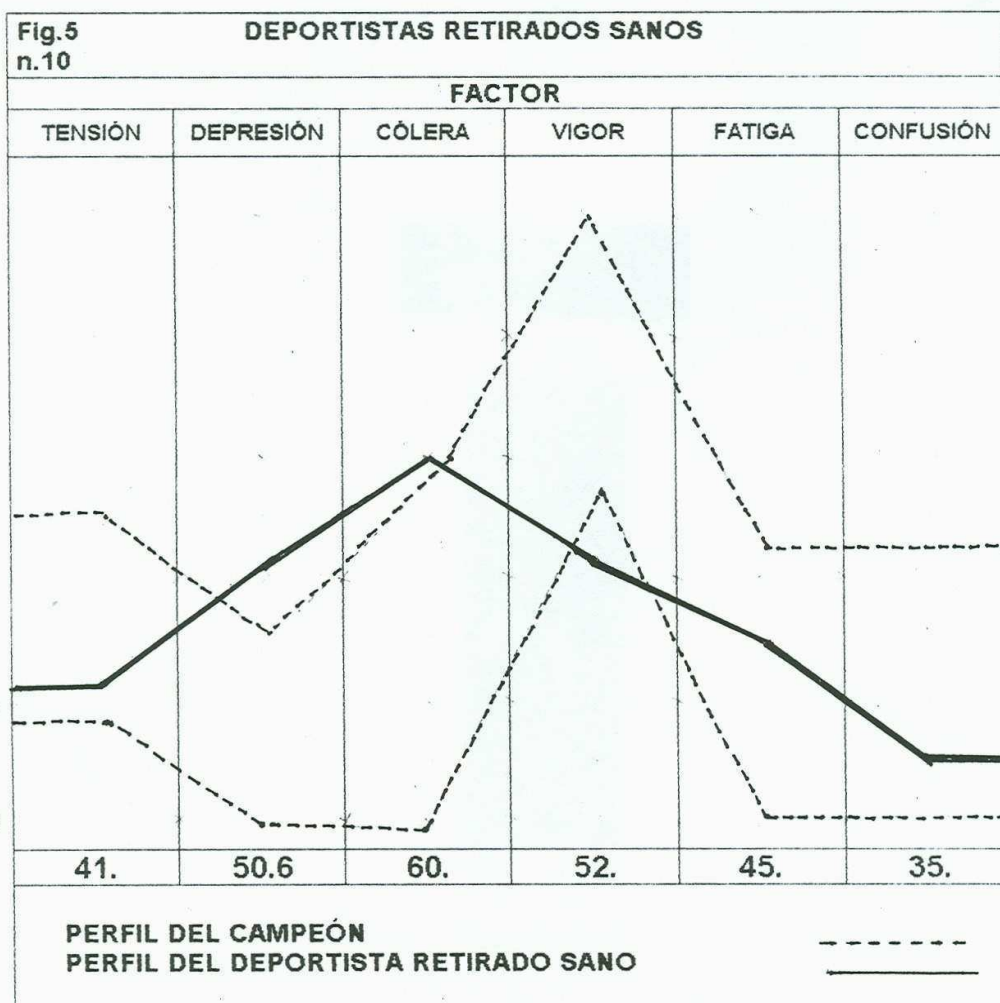


Gráfico 6

