

# VIGOREXIA: UN TRASTORNO ACTUAL EN NUESTROS JÓVENES

Blázquez García R\*, Aguilera Moreno MJ\*, Membrilla Sánchez C\*.  
\*DUE en Southend University Hospital (Reino Unido)



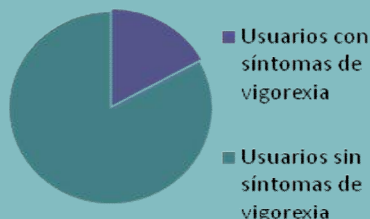
## INTRODUCCIÓN

Desde nuestros comienzos, el prototipo de hombre fuerte y musculoso fue establecido como el ideal para la sociedad. Se considera una respuesta social el aumento de la práctica deportiva en gimnasios y el consumo de esteroides anabolizantes. Dado que existe una amplia desproporción entre el aspecto real de los varones y sus ideales corporales, es común que se presenten alteraciones de la percepción corporal que pueden producir desde insatisfacción hasta trastornos como la vigorexia. En nuestro estudio nos hemos centrado en el Complejo de Adonis dado que se dirige exclusivamente al género masculino.

## OBJETIVO

Evaluar la presencia de síntomas de vigorexia en la población joven:

Usuarios que asisten al gimnasio más de 4 veces a la semana en intensidad y duración excesiva, tendencia a restringir el consumo de hidratos de carbonos y aumentar el consumo de proteínas así como el abuso de suplementos alimenticios y uso de esteroides anabolizantes.



## MÉTODO

Se realizó un estudio transversal descriptivo en 100 usuarios de gimnasio varones de entre 18 y 30 años de la ciudad Southend on Sea (Reino Unido). Se utilizó la escala de Motivación por la Musculatura «DMS<sup>1</sup>» (cuestionario que evalúa la obsesión que el individuo refleja hacia su masa muscular y el tamaño de su musculatura), formato de evaluación de hábitos alimentarios (se utilizaron dos apartados: recordatorio de 24 horas y registro de medidas antropométricas), hoja de datos generales, evaluación antropométrica y un consentimiento informado.

## RESULTADOS:

La edad promedio de los participantes fue de 23,9 años. Considerando el punto de corte de la DMS, quienes obtuvieron una puntuación total menor o igual a 51 formaron el grupo sin síntomas (83 %), quienes rebasaron esta puntuación formaron el grupo con síntomas (17% ). No solo los varones con síntomas presentan cambios en su dieta, los varones sin síntomas también los presentaron, lo que sugiere que el hecho de acudir al gimnasio quizá representa un riesgo para modificar dieta. Los resultados de la composición corporal mostraron que en cuanto a la masa muscular no se presentaron diferencias significativas entre los varones con síntomas y los varones sin síntomas.

## CONCLUSIONES

Dado a la pequeña cuantía de sujetos implicados en nuestro estudio no podemos sacar conclusiones relevantes respecto a la vigorexia. Al comparar con hallazgos previos evidenciamos la necesidad de llevar a cabo más investigaciones para conocer en profundidad esta enfermedad actual y creciente.

## REFERENCIAS:

- 1 The Drive for Muscularity Scale. Disponible desde: [http://spartan.ac.brocku.ca/~dmccreary/Drive\\_for\\_Muscularity\\_Scale.html](http://spartan.ac.brocku.ca/~dmccreary/Drive_for_Muscularity_Scale.html)
- 2 McCreary, D.R., Karvinen, K. & Davis, C. (2006). The relationship between the drive for muscularity anthropometric measures of muscularity and adiposity. *Body image*, 3, 145-152.