

# Diferencias actitudinales hacia la conducta alimentaria entre niñas y adolescentes mexicanas deportistas y sedentarias

Alfredo Hernández-Alcántara

Universidad Justo Sierra, México.

**Recibido:** 18.04.2013

**Aceptado:** 27.11.2013

## Resumen

El propósito de esta investigación fue evaluar las actitudes hacia la preocupación por el peso corporal y la práctica de una dieta restringida en mujeres deportistas y sedentarias. La muestra fue intencional no probabilística y estuvo formada por 774 mujeres, subdividida en nadadoras (n=67), gimnastas (n=320) y no deportistas (n=387) con un rango de edad entre 9 y 16 años ( $X=11.8$ , y  $S=2.2$ ). Se utilizó una escala válida y confiable para muestras mexicanas que mide factores de riesgo asociados con trastornos alimentarios. Los resultados se obtuvieron a través de un análisis factorial de varianza, el cual indicó diferencias significativas en la interacción grupo por actitud hacia la preocupación por el peso. Las medias indican que las mujeres no deportistas que mostraron mayor actitud hacia la preocupación por el peso corporal reportaron restringir los alimentos en mayor proporción que las deportistas. Conclusiones. Con base en los resultados aportados por el instrumento de auto reporte, se considera que la práctica de actividad deportiva podría actuar como factor promotor de la salud alimentaria al indicar que las mujeres deportistas presentaron actitudes más saludables respecto de la preocupación por el peso corporal y la práctica de una dieta restringida en comparación con las mujeres sedentarias.

## Palabras clave:

Deporte. Actitudes.  
Conducta alimentaria.  
Factores de riesgo.

## Attitudinal differences about eating behavior among Mexican sports and non sport women

### Summary

The purpose of this investigation was to evaluate the attitudes toward weight concern and the effect that it has on a restrictive diet in sports women and non-sports women. The sample was intentional and non-probabilistic formed by N=774 females subdivided in n=67 swimmers, n=320 gymnasts, and non-sports females (n=387) with a range of 9 to 16 years old ( $X=11.8$ , and  $SD=2.2$ ). A scale that measures risk factors of eating disorder was used. The results were obtained by factorial analysis of variance, of which indicated significant differences in the group interaction due to the attitude toward weight concern. The results suggest that the non-sports women that do have a higher weight concern attitude have consistency restrictive diets, compared to athletic females. The evidence shows that sports women have less weight concern attitude, and less restrictive diets in comparison with non-athletic females. The conclusion indicates that practicing sports promotes the attitudes toward health eating behavior.

## Key words:

Sport. Eating behavior  
attitudes. Risk factors  
of eating disorders.

**Correspondencia:** Alfredo Hernández-Alcántara

E-mail: ahernandezal@ujsierra.com.mx