
ANSIEDAD, ALIMENTACIÓN Y SATISFACCIÓN VITAL, ALIMENTARIA Y CORPORAL EN DEPORTISTAS EN EL CONTEXTO DE PANDEMIA

**CAMILA VIVIANA FAÚNDEZ SOTO
SEBASTIÁN ANDRÉS PUEBLA PINTO
PSICÓLOGO**

RESUMEN

El estudio buscó determinar la relación entre la ansiedad y la conducta alimentaria, la autoestima corporal, la satisfacción alimentaria y la satisfacción vital en deportistas chilenos durante la pandemia por Covid-19. La muestra se obtuvo por un procedimiento intencional, evaluándose a 104 deportistas, siendo el 63% hombres y 37% mujeres, de los cuales el 47% tienen entre 18 a 29 años, el 34% tienen entre 30 y 39 años y el 19% tienen entre 40-50 años; además el 58% practican deporte recreativo, 28% deporte competitivo y 16% de alto rendimiento. Se evaluó a los deportistas con el Inventario de ansiedad estado-rasgo, la Escala de conducta alimentaria (EAT-26), la Escala de autoestima corporal, la Escala de satisfacción con la alimentación y la Escala de satisfacción con la vida. Se encontró que el 50% de los deportistas se sentían medianamente ansiosos y que el 45% poseían rasgos ansiosos. Además, la ansiedad de estado y rasgo presentaron correlaciones bajas y negativas con el autoestima corporal, satisfacción alimentaria y satisfacción vital, mientras que sólo la ansiedad de rasgo tiene una relación positiva con la conducta alimentaria; siendo todas significativas.

ABSTRACT

The study sought to determine the relationship between anxiety and eating behavior, body self-esteem, satisfaction with food and life satisfaction in Chilean athletes during the Covid-19 pandemic. The sample was obtained by an intentional procedure, evaluating 104 athletes, 63% being men and 37% women, of which 47% are between 18 to 29 years old, 34% are between 30 and 39 years old and 19% they are between 40-50 years old; Furthermore, 58% practice recreational sports, 28% competitive sports, and 16% high-performance sports. The athletes were evaluated with the State-Trait Anxiety Inventory, the Eating Behavior Scale (EAT-26), the Body Self-Esteem Scale, the Food Satisfaction Scale and the Life Satisfaction Scale. It was found that 50% of the athletes felt moderately anxious and that 45% had anxious features. Furthermore, state and trait anxiety have low and negative correlations with body self-esteem, satisfaction with food and life satisfaction, while only trait anxiety has a positive relationship with eating behavior; all being significant.