

XV Congreso Internacional de Investigación y Práctica Profesional en Psicología. XXX Jornadas de Investigación. XIX Encuentro de Investigadores en Psicología del MERCOSUR. V Encuentro de Investigación de Terapia Ocupacional V Encuentro de Musicoterapia. Facultad de Psicología - Universidad de Buenos Aires, Buenos Aires, 2023.

Asociaciones entre los rasgos de personalidad y actividad física.

Ursino, Damian Javier, Aune, Sofía, Galibert, María Silvia y Lozzia, Gabriela.

Cita:

Ursino, Damian Javier, Aune, Sofía, Galibert, María Silvia y Lozzia, Gabriela (2023). *Asociaciones entre los rasgos de personalidad y actividad física*. XV Congreso Internacional de Investigación y Práctica Profesional en Psicología. XXX Jornadas de Investigación. XIX Encuentro de Investigadores en Psicología del MERCOSUR. V Encuentro de Investigación de Terapia Ocupacional V Encuentro de Musicoterapia. Facultad de Psicología - Universidad de Buenos Aires, Buenos Aires.

Dirección estable: <https://www.aacademica.org/000-009/662>

ARK: <https://n2t.net/ark:/13683/ebes/g0T>

Acta Académica es un proyecto académico sin fines de lucro enmarcado en la iniciativa de acceso abierto. Acta Académica fue creado para facilitar a investigadores de todo el mundo el compartir su producción académica. Para crear un perfil gratuitamente o acceder a otros trabajos visite: <https://www.aacademica.org>.

ASOCIACIONES ENTRE LOS RASGOS DE PERSONALIDAD Y ACTIVIDAD FÍSICA

Ursino, Damian Javier; Aune, Sofía; Galibert, María Silvia; Lozzia, Gabriela
Universidad de Buenos Aires. Facultad de Psicología. Buenos Aires, Argentina.

RESUMEN

La insuficiente práctica regular de actividad física se relaciona con un mayor riesgo de enfermedades. Entre los múltiples factores promotores de la actividad física, los rasgos de personalidad pueden predisponer u obstaculizar su práctica regular. El objetivo de este estudio es describir las asociaciones entre los rasgos de personalidad y los niveles de actividad física en adultos de la provincia de Buenos Aires. Participaron 376 sujetos quienes respondieron al Inventario de los Cinco Grandes en su versión abreviada (BFI-S) y al Cuestionario Internacional de Actividad Física (IPAQ) en su formato breve. En este último, se reporta la actividad física realizada durante la última semana permitiendo calcular variables continuas y categorizar a los participantes en diferentes niveles de actividad. Se aplicaron análisis de asociaciones bivariadas y comparaciones de grupos entre los factores de BFI-S y las medidas obtenidas del IPAQ. Se hallaron asociaciones positivas entre la actividad física moderada y vigorosa con extraversión y apertura, y asociaciones negativas con neuroticismo. Asimismo, las puntuaciones de extraversión fueron superiores en el grupo con alta actividad física, mientras que las puntuaciones de neuroticismo fueron menores en el grupo con baja actividad física. Los presentes resultados son consistentes con estudios previos realizados en otras nacionalidades.

Palabras clave

Actividad física - Rasgos - Personalidad - Salud

ABSTRACT

ASSOCIATIONS BETWEEN PERSONALITY TRAITS AND PHYSICAL ACTIVITY

Insufficient regular physical activity is associated with an increased risk of disease. Among the multiple factors promoting physical activity, personality traits may predispose or hinder its regular practice. The aim of this study was to describe the associations between personality traits and physical activity levels in adults from the province of Buenos Aires. A total of 376 subjects participated and answered the Big Five Inventory in its abbreviated version (BFI-S) and the International Physical Activity Questionnaire (IPAQ) in its brief format. In the latter, the physical activity performed during the last week is reported, allowing continuous variables to be calculated and participants to be categorized into different levels of activity. Bivariate association analyses and group comparisons were applied between the

BFI-S factors and the measures obtained from the IPAQ. Positive associations were found between moderate and vigorous physical activity with extraversion and openness, and negative associations with neuroticism. Also, extraversion scores were higher in the high physical activity group, whereas neuroticism scores were lower in the low physical activity group. The present results are consistent with previous studies in other nationalities.

Keywords

Physical activity - Traits - Personality - Health

BIBLIOGRAFÍA

- Allen, M. S., Walter, E. E., & McDermott, M. S. (2017). Personality and sedentary behavior: A systematic review and meta-analysis. *Health Psychology, 36*(3), 255-263. <https://doi.org/10.1037/hea0000429>
- Cukic, I., Gale, C.R., Chastin, S.F.M., Dall, P.M., Dontje, M.L., Skelton, D.A., Deary, I.J., Cox, S., Coulter, E., Der, G., Fitzsimons, C., Gill, J., Granat, M., Gray, C., Greig, C., Hindle, E., Laird, K., Mead, G., Mutrie, N., ... Wyke, S. (2019). Cross-sectional associations between personality traits and device-based measures of step count and sedentary behaviour in older age: The Lothian Birth Cohort 1936. *BMC Geriatrics, 19*(1), 1-10. <https://doi.org/10.1186/s12877-019-1328-3>
- Rhodes, R. E., & Smith, N. E. I. (2006). Personality correlates of physical activity: A review and meta-analysis. *British Journal of Sports Medicine, 40*(12), 958-965. <https://doi.org/10.1136/bjsm.2006.02886>
- Sutin, A. R., Stephan, Y., Luchetti, M., Artese, A., Oshio, A., & Terracciano, A. (2016). The Five-Factor Model of Personality and Physical Inactivity: A Meta-Analysis of 16 Samples. *Journal of Research in Personality, 63*, 22-28. <https://doi.org/10.1016/j.jrp.2016.05.001>
- Wilson, K. E., & Dishman, R. K. (2015). Personality and physical activity: A systematic review and meta-analysis. *Personality and Individual Differences, 72*, 230-242. <https://doi.org/10.1016/j.paid.2014.08.023>