

# Examen psicológico de montañeros que han alcanzado cotas de 7.000 metros o superiores

GLORIA BALAGUÉ GEA.

(Ponencia presentada a las Jornadas Nacionales de Medicina de Montaña, octubre de 1976).

Partiendo de los datos que poseemos en el C.I.M.D. del I.N.E.F de Barcelona, correspondientes a los exámenes de 34 montañeros de cotas superiores a 7.000 metros, hemos pensado dividir el trabajo en dos partes:

- En primer lugar análisis de los *individuos*, observando sus características psicológicas principales.

- En segundo lugar, un estudio sociométrico de los diversos *grupos de expedición* compuestos por estos mismos sujetos.

## ANÁLISIS INDIVIDUAL

### *Edad media montañeros:*

29 años, siendo 19 la edad mínima y 52 la máxima.

### *Nivel intelectual:*

Factor G. — Medido con los tests D48, PM56 (Raven) y B53. Se obtiene como promedio un Centil 40 —Normal Medio—. Comparando con una muestra de deportistas españoles, Baremos efectuados en el Centro de Investigación Médico-Deportiva.

### *Atención dispersa:*

Medida con el Tablero de SCHULTE, que nos proporciona información sobre la amplitud de campo perceptivo del sujeto y su rapidez de localización de objetos concretos en ese campo amplio: La medida del tiempo en segundos es  $x = 145.38$  que corresponde a un rendimiento NORMAL. Aplicando la Desviación standard  $s = 38.05$  tenemos que la mayoría de la muestra estudiada se encuentra entre 106 - 184 segundos, es decir resultados de Excelente a Regular. Por lo cual este parámetro no permite describir a la población.

### *Ansiedad:*

Medida con la Escala de Ansiedad de CAT-TELL.

Dicha escala proporciona una medida Global de Ansiedad y dos notas A y B que miden respectivamente Ansiedad velada, inconsciente y Ansiedad manifiesta, sintomática.

La media de Ansiedad General Obtenida es  $x = 26$  NORMAL, con una Desviación Standard  $s = 9.35$ , lo que demuestra una amplitud que va de los deciles 2 a 6. Es decir Ansiedad media que se considera normal hasta Flema, tranquilidad, tenacidad «indicada para momentos de exigencia y tensión exterior», según el manual de dicho test.

En cuanto al análisis de los subfactores A y B, encontramos resultados que nos confirman esta tendencia al control emocional y de reacciones de la población estudiada:

$x_A = 17$   $x_B = 9$ , con Desviaciones Standard de 5.1 y 4.2, respectivamente. Es decir, aunque la ansiedad interna sea normal, o incluso ligeramente superior a la normal, las manifestaciones externas de dicha ansiedad, la sintomatología, se hallan controladas. Quizás la vía de salida de la carga de ansiedad sea la propia actividad deportiva elegida.

### *Carácter:*

Utilizando la Caracterología de Le Senne, La distribución de los rasgos es como sigue:

<i>Emotividad:</i>	47 %	Emotivos
	52 %	no Emotivos
<i>Actividad:</i>	76 %	Activos
	23 %	no Activos
<i>Resonancia:</i>	38 %	Primarios
	61 %	Secundarios

Siendo la característica Emotividad la menos

discriminativa, mientras que Actividad y algo menos, Secundariedad se presentan como rasgos característicos de los montañeros.

**Psicomotricidad:**

Se realizaron las siguientes pruebas:

- Coordinación Bimanual
- Coordinación Manos y pies
- Tiempo de Reacción Visual
- Tiempo de Reacción Auditivo.

Utilizándose para ello los aparatos de la casa Bettendorf (Bruselas). Los resultados se distribuyen como sigue, según baremo realizado en C.I.M.D. con una muestra de deportistas españoles.

**Coordinación manos:**

Excelente	7 sujetos
Notable	7 sujetos
Normal	7 sujetos
Regular	5 sujetos
Mal	8 sujetos

**Coordinación manos y pies:**

Excelente	3 sujetos
Notable	9 sujetos
Normal	6 sujetos
Regular	6 sujetos
Mal	10 sujetos

Los resultados no son todo lo buenos que esperábamos, quizás explicables debido a la poca preparación física general que los montañeros revisados realizaban.

**Tiempo de Reacción Visual:**

Se obtiene una media de respuesta  $x = 24,19$  c/s, con una desviación standard  $s = 2,4$ ; ello representa una respuesta NORMAL en cuanto a rapidez de reacción visual.

**Tiempo de Reacción Auditivo:**

Aquí la media obtenida es  $x = 21,59$  y la desviación standard  $s = 2,2$ . Contrastada dicha puntuación con el baremo de población deportista española, le corresponde una clasificación entre NORMAL y REGULAR.

Para estos parámetros se analizó también el ritmo o regularidad en la respuesta, encontrándose que dicho ritmo era bastante irregular. La oscilación media para estímulos visuales era  $x = 2,53$  y para estímulos auditivos  $x = 2,28$ .

**Personalidad:**

En cuanto al análisis del Test Proyectivo de personalidad WARTEGG; hemos encontrado diversos rasgos que se repiten en los sujetos observados. Dadas las características de subjetividad en la interpretación del mencionado test, no vamos a hacer un análisis estadístico de la frecuencia de aparición de los diversos rasgos, sino tan sólo un comentario descriptivo:

**Introversión:** Es uno de los rasgos que aparece en la mayoría de los montañeros estudiados.

**Terquedad:** Tesón o fuerte amor propio.

**Auto-control:** Que coincide con los datos obtenidos al analizar el test de Ansiedad.

**Impulsividad:** Tendencia a la actividad, Vitalidad. En algunos sujetos podía interpretarse como Agresividad.

**Ambición:** Ideales o metas elevadas.

**Dinamismo:** Búsqueda de nuevas vivencias.

En varios casos se encontraron también: Hostilidad, Desconfianza y Desarraigo familiar.

Solamente en un caso hemos encontrado un tipo de personalidad patológico, y en la entrevista se descubrió que un hecho muy grave había ocurrido en la familia recientemente.

Por todo ello, en RESUMEN, podríamos decir que el montañero de cotas superiores a 7.000 metros, presenta las siguientes características:

- Una edad media de 30 años.
- Un nivel intelectual normal.
- Normal capacidad de dispersión de atención.
- Un nivel *interno* de ansiedad medio-alto, donde tal vez podríamos situar su motivación para el montañismo. Pero una ansiedad que no se traduce en reacciones externas neuróticas, revelando un buen control emocional.
- Unos rasgos caracterológicos de los que destaca la Tendencia a la ACTIVIDAD, y de forma menos acusada la Secundariedad o tendencia a la reflexión, a la persistencia de ideas, recuerdos y sensaciones.
- Una Psicomotricidad Normal, que suponemos en futuras generaciones será mejor, por una mejor educación física general desde la infancia.
- Una Personalidad caracterizada por la INTROVERSION, tenacidad, impulsividad y ambición.

Consideramos que es importante conocer estos datos antes de iniciar una expedición, como una medida más que debe añadirse al examen médico y a la evaluación técnica específica.

Pero sobre todo ello tiene interés a la hora de determinar los componentes del grupo que forma la expedición, pues muchas veces de la cohesión del grupo depende el éxito de la empresa.

Por eso hemos dedicado la segunda parte del trabajo al análisis de los diversos grupos de expedición y sus características.

## ANÁLISIS SOCIOMETRICO

Hemos visto al analizar las características individuales de personalidad, que el montañero es terco, introvertido, ambicioso... Estas características, que son muy interesantes desde el punto de vista de persistencia en una tarea ardua, pueden no ser las idóneas para el trabajo

en grupo, creando dificultades de integración. También somos conscientes, desde luego, de las dificultades que reviste organizar una expedición.

Casi nunca es suficiente un grupo de montañeros amigos, y la búsqueda e incorporación de nuevos elementos es difícil porque hay que atender al nivel técnico de los sujetos, a sus posibilidades (económicas, laborales, familiares, etc.) y en ocasiones incluso a la sociedad deportiva o club al que pertenecen.

El método empleado para el estudio de grupo fue el siguiente:

● Se reunió a todos los sujetos y se les entregó un cuestionario sociométrico con las siguientes preguntas:

A) Si hubieses de constituir un equipo de TRABAJO con tus compañeros

Buscarías a 1)

2)

No Buscarías a 1)

2)

B) Si hubieses de constituir un equipo de ESCALADA con tus compañeros.

C) Si hubieses de constituir un equipo de VIAJE o EXCURSION con tus compañeros.

D) Si hubieses de constituir un equipo de CONVIVENCIA con tus compañeros.

La lista de nombres de los miembros del grupo estaba escrita en la pizarra numerada, de

modo que las elecciones y rechazos se hacían numéricamente.

Al analizar las respuestas distinguimos cada criterio con un color diferente:

Negro para trabajo.

Rojo para escalada.

Verde para viaje o excursión.

Azul para convivencia.

Anotamos 1 para elección (o rechazo) en primer lugar y 2 para elección (o rechazo) en segundo lugar.

Una vez pasados los datos al cuadro, tenemos en horizontal las elecciones (o rechazos) emitidos por los sujetos, y en vertical las elecciones (o rechazos) recibidos por cada sujeto.

Analizamos las elecciones y rechazos recibidos en cada criterio, el número total de elecciones y rechazos recibidos y el número de sujetos por los que se ha sido elegido o rechazado.

Una vez hecho esto pasamos a la confección del gráfico, lo que hacemos anotando las elecciones recíprocas para el gráfico de elecciones y los rechazos mutuos para el de rechazos.

El inconveniente de este método es que si un sujeto no contesta el cuestionario no aparece en el gráfico, aunque puede deducirse su posición por las elecciones y rechazos recibidos.

Examen realizado el 27 de enero de 1972 (figura 1).

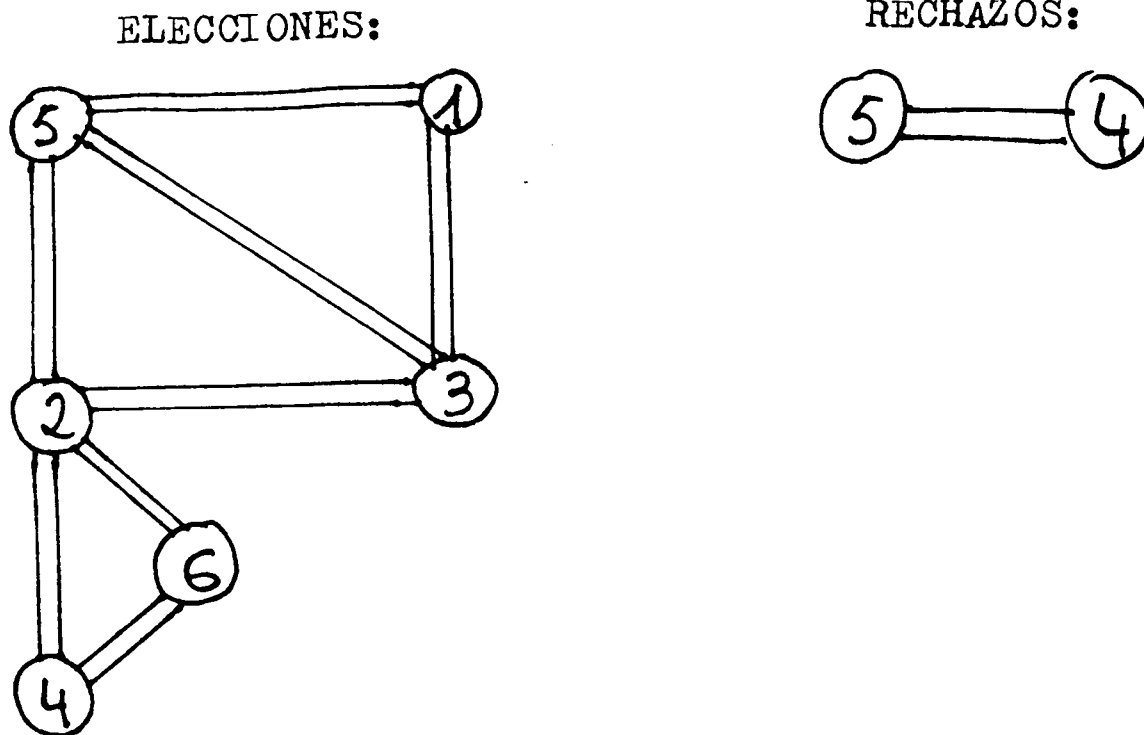


Figura 1. — Sociograma realizado (27 - I - 72).

Grupo compuesto originariamente por 6 sujetos de los cuales había que escoger 5.

Dado el reducido número de componentes, es lógico que el núcleo original esté cohesionado. Dentro de él se distinguen dos subgrupos con relación perfecta:

El compuesto por 5 - 1 - 3 y el integrado por 2 - 6 - 4. Además vemos que 2 es elegido también por 5 y por 3, con lo que este núcleo básico es el formado por 5 - 1 - 3 - 2.

Quedan entonces 4 y 6. Analizando los resultados del sociograma se observa que 6 no es rechazado por nadie, mientras que 4 tiene un fuerte rechazo recíproco con 5, sujeto importante dentro del grupo básico.

En la posterior entrevista, salió a relucir dicha oposición y 4 renunció voluntariamente a la expedición.

Examen de una expedición realizado el 17 de enero de 1973 (fig. 2).

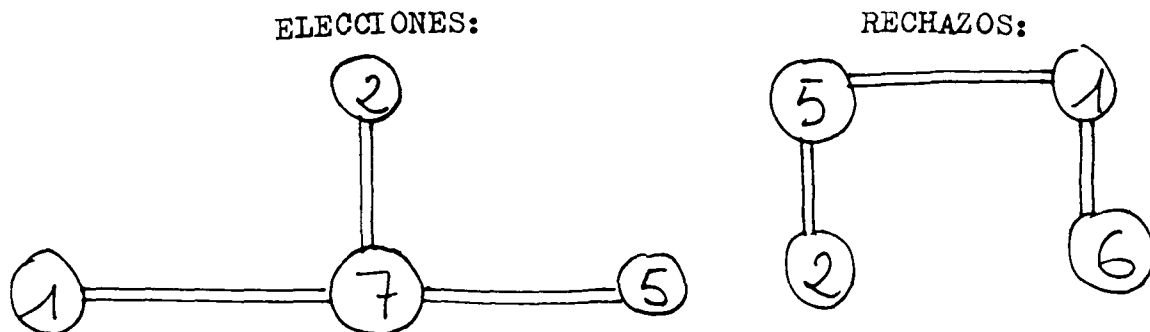


Figura 2. — Sociograma realizado (17 - I - 73).

Estos sujetos no constituyen un grupo básico primario con relaciones cohesionantes entre sí. Destacan tan sólo:

El número 7 que aglutina a 1 - 2 - 5, y el número 8 que no figura en el gráfico por no haber realizado la prueba, pero que recibe muchas elecciones como vemos en el análisis de respuestas del cuestionario sociométrico.

Como dictamen se informa de que si no están presentes 7 y 8 el grupo no funcionará, puesto que entre 5 - 2 - 1 - 6 no sólo no hay elecciones o relaciones positivas, sino que existen rechazos mutuos.

Examen de una expedición realizado el 3 de noviembre de 1973 (fig. 3).

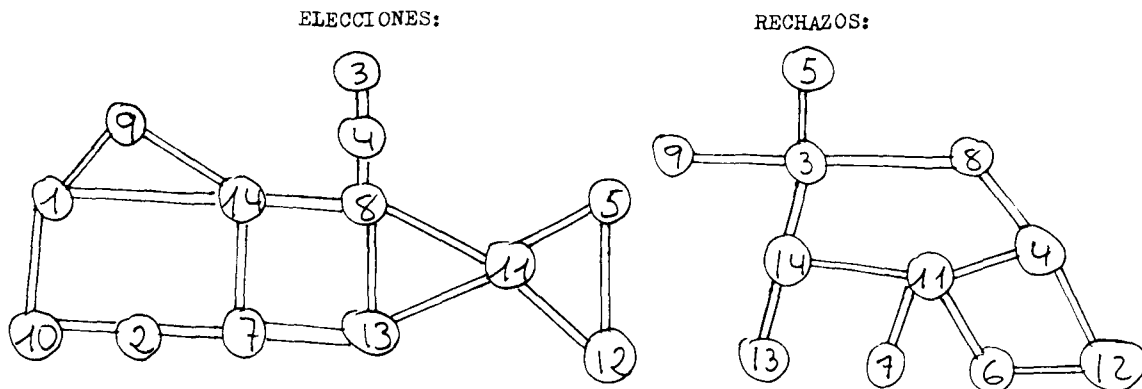


Figura 3. — Sociograma realizado (3 - XI - 73).

Esta es la expedición más numerosa que hemos examinado. Se trataba de un intento conjunto de varias provincias que agrupó montañeros que no conocían a los de las demás provincias. Lógicamente esto es lo que refleja el sociograma:

Numerosos grupos de 3 ó 4 sujetos, bastante

cohesionados entre sí y que rechazan a los componentes de los demás grupos. Dado precisamente que los sujetos no se conocían entre sí, seguro que la convivencia modificó la relación de los sujetos, pero no se pudo repetir el sociograma al regreso como hubiera sido nuestro deseo.

Se informó de las relaciones más fuertes tanto positivas como negativas, como dato a tener presente al organizar los grupos de viaje, las cordadas, etc.

Por último tenemos el examen sociométrico de una expedición, realizado Antes, Durante y Después de la expedición.

Antes, 11 de junio de 1974 (fig. 4).

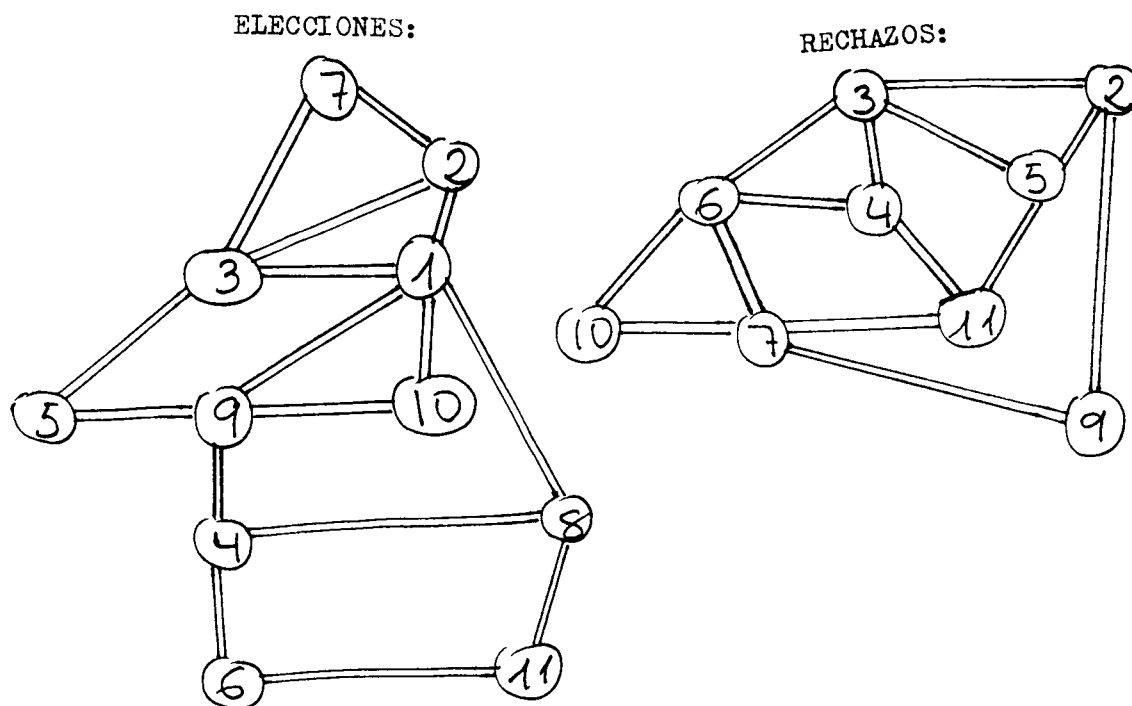


Figura 4. — Sociograma realizado ANTES de la expedición (11 - VI - 75).

Se observa una notable cohesión de los sujetos, destacando:

Núcleo principal el compuesto por 3-1-9, con relación perfecta y agrupando la mayoría de las elecciones, 7-2-10-5 constituyen el satélite de este núcleo inicial.

Otro subgrupo, unido al anterior por sus relaciones con 9 y con 1, es el formado por 4-8-6-11, que recoge a los sujetos con más conexiones negativas. Sin embargo este subgrupo difícilmente se constituirá en núcleo aparte por la ambivalencia de su propia estructura interna: 4, el elemento más negativo, rechaza a 6 y a 11.

También observamos que 3 es un sujeto conflictivo, recibiendo al mismo tiempo numerosas elecciones y rechazos.

Durante la expedición, Cuestionario realizado

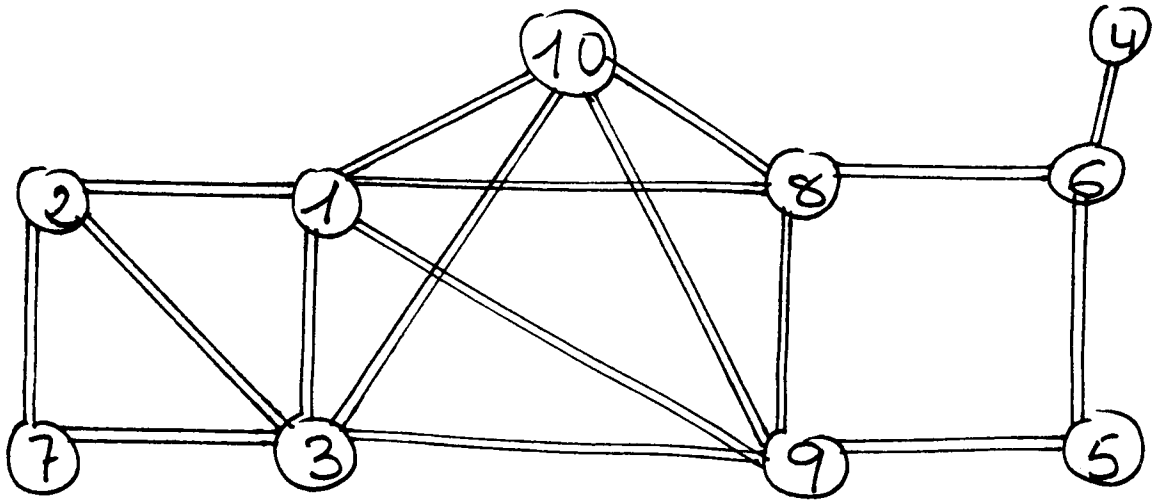
en el Campamento Base, 16 agosto 1975 (fig. 5). Hay una modificación de posiciones, entre las que destaca la preponderancia adquirida por 10, que se reveló como un sujeto muy eficaz en la alta montaña. También 8, desconocido antes para la mayoría de los miembros, se integró a la perfección dada su capacidad de trabajo y de acomodación. Es decir:

El núcleo base es ahora el formado por 10-1-8-3-9, mientras que el resto está bien integrado, a excepción de 11, que rehusó contestar, pero que no recibe ninguna elección y es rechazado por todos menos por 4.

Cuatro a su vez, sólo permanece unido al grupo por su relación con 6, que es muy débil, recibiendo también numerosos rechazos.

Después de la expedición, 23 de septiembre de 1975 (fig. 6).

**ELECCIONES:**



**RECHAZOS:**

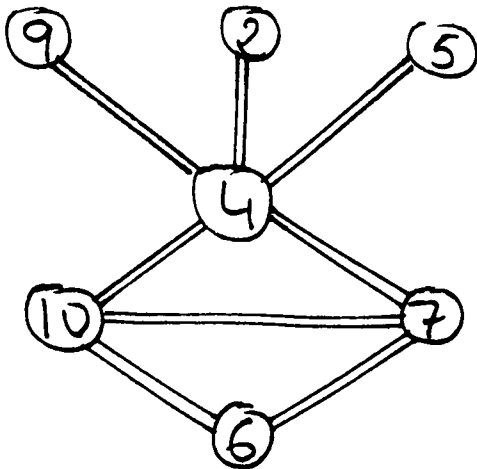
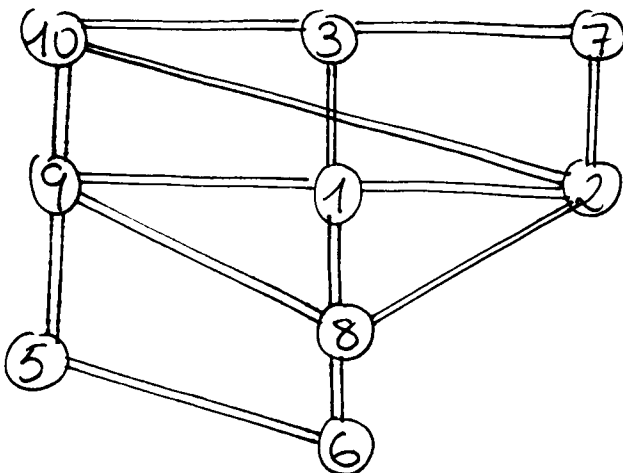


Figura 5. --- Sociograma realizado DURANTE la expedición (Campamento Base) (16 - VIII - 75).

**ELECCIONES:**



**RECHAZOS:**

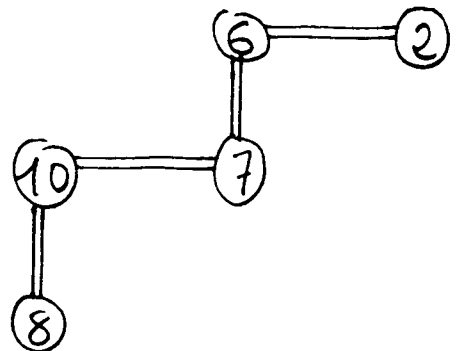


Figura 6. --- Sociograma realizado DESPUES de la expedición (23 - IX - 75).

El grupo se ha cohesionado extraordinariamente, aunque hay algunas variantes.

La expedición no tuvo el éxito esperado y se planteó un conflicto con los sujetos más negativos, 4 y 11 quienes abandonaron la expedición antes de finalizar.

Diez ha perdido algo de su preponderancia, una vez han regresado a la ciudad, en cambio 8 mantiene la posición conseguida, 4 está completamente aislado, sin recibir ninguna elección.

Asimismo, en el sociograma de rechazos, se ve que no hay una estructura negativa, al contrario de lo que ocurría en el primer examen, sobre todo por la desaparición de 4 y 11. (4 estuvo presente y contestó el cuestionario de elecciones pero no el de rechazos; 11 ni siquiera acudió).

Ahora sólo se observan rechazos por parejas, pero no en grupos.

# Bio-Star

energizante fisiológico



## INDICACIONES

Stress del deportista. Fatiga por sobreesfuerzo. Agotamiento. Sobreesfuerzos físicos. Decaimiento senil y del diabético. Astenia. Convalecencias. Sobreesfuerzos psíquicos. Sobreesfuerzos mentales. Distonías neurovegetativas. Depresiones nerviosas. Stress del directivo. Stress del ama de casa. Surmenage.

## COMPOSICION

### Cápsulas

(por cápsula): Extracto de raíz de Ginseng, estandarizado, valorado y estabilizado, equivalente a 400 mg de polvo de raíz.

### Viales bebibles

(por vial): Extracto de raíz de Ginseng, estandarizado, valorado y estabilizado, equivalente a 1.500 mg de polvo de raíz.

### Sobres monodosis

(por sobre monodosis): Extracto de raíz de Ginseng, estandarizado, valorado y estabilizado, equivalente a 1.500 mg de polvo de raíz.

## POSOLOGIA

**Cápsulas:** 2 a 4 cáp. al día.

**Viales:** 1 a 2 viales al día

**Sobres:** 1 a 2 sobres al día

## CONTRAINDICACIONES

No se le conocen.

## EFFECTOS SECUNDARIOS

No se le conocen.

## INCOMPATIBILIDADES

No se le conocen.

## TOXICIDAD

No se le conoce.

## PRESENTACION

**Cápsulas:** Envase con 30 cápsulas. (P.V.P. 341,90)

**Viales:** Envase con 10 viales bebibles. (P.V.P. 558,20)

**Sobres:** Envase con 15 sobres monodosis. (P.V.P. 572)

**Novag**

DIV. NOVAG de "FERRER INTERNACIONAL", S.A.

GRAN VIA CARLOS III, 86 (EDIFICIOS TRADE) BARCELONA-24