

PERSONALIDAD E INGESTIÓN DE TÉ

Jorge PÉREZ SÁNCHEZ*

EYSENCK (1967) resume su teoría en dos postulados. El primero, el de las diferencias individuales, dice que las personas difieren según la rapidez de la excitación y la inhibición, la fuerza de la excitación y la inhibición y la velocidad de disipación de la inhibición. El segundo, el postulado tipológico, dice que los individuos de potencial excitatorio débil o inhibición reactiva generada rápidamente, inhibición fuerte que se disipa lentamente, mostrarán pautas de conducta extravertida y, en caso de crisis neuróticas, desarrollarán trastornos histéricos. Al contrario, los sujetos cuyo potencial excitatorio es generado rápidamente, sujetos de potencial fuerte o inhibición reactiva generada lentamente, inhibición débil que se disipa rápidamente, mostrarán pautas de conducta introvertida y desarrollarán trastornos distímicos (ansiedad, depresión, etc.) en caso de crisis neuróticas.

Eysenck sugiere que las diferencias individuales en la variable Extraversión son reflejo de variaciones en el funcionamiento de la formación reticular del cerebro. Esta estructura es la responsable de producir *el despertar* no específico del córtex cerebral, y el mencionado autor dice que este estado de *despertar* sería más alto en los introvertidos que en los extravertidos en idénticas condiciones de estimulación externa. Así, mientras el introvertido no

* Dirección: Departament de Psicologia Mèdica
Facultat de Medicina
Universitat Autònoma de Barcelona
Bellaterra

necesita recoger estimulación exterior porque su nivel de activación cortical es óptimo, el extravertido consigue un nivel óptimo de activación procurándose estimulación exterior. De aquí que los extravertidos sean unas personas sociables, amantes de las fiestas; efectivamente, tienen muchos amigos, necesitan gente con la que hablar, no les gusta estudiar solos, son amantes de la aventura y el riesgo, son impulsivos, les gustan las bromas, la variación y el cambio, son despreocupados y tienden a ser agresivos. Al contrario los introvertidos son personas retraídas, quietas, amantes de la lectura, suelen tener pocos amigos, aunque íntimos, les gusta hacer planes a largo plazo, piensan las cosas antes de hacerlas, tienen un régimen ordenado de vida, etc.

La variable Neuroticismo (emocionabilidad-estabilidad) está, según Eysenck, relacionada con características del cerebro visceral (estructuras del hipocampo, amígdala, cingulum, septum e hipotálamo). Las personas que mediante cuestionarios puntúan alto en Neuroticismo tienden a ser gente que tiene una gran labilidad emocional. Lo que caracteriza al neurótico es una alta reactividad del sistema nervioso autónomo, que se altera rápidamente y permanece en un estado de alteración demasiado largo.

Eysenck relacionó las variables de personalidad y el efecto de los fármacos a través del *postulado de los fármacos*. Dice que las sustancias depresoras aumentan la inhibición cortical, decrecen la excitación cortical y por eso producen pautas de conducta extravertida; que los fármacos estimulantes decrecen la inhibición cortical, aumentan la excitación cortical y por eso producen pautas de conducta introvertida.

Hemos apuntado que los patrones de conducta extravertida e introvertida están relacionados con estructuras cerebrales, particularmente con la formación reticular. EYSENCK (1967) apunta que la forma más clara en que, en parte, se pueden modificar estas estructuras es mediante la acción de los fármacos. Existen dos tipos principales de fármacos, los estimulantes del S.N.C. y los depresores de éste. Así, los sujetos que tomaran fármacos depresores como el alcohol o barbitúricos, que tendrían una acción inhibitoria en el córtex, mostrarían patrones de conducta extravertida, mientras que si los fármacos ingeridos fueran estimulantes como la cafeína o antetamina, cuyos efectos son excitatorios, se encaminarían a mostrar pautas de conducta introvertida.

Basándonos en los anteriores fundamentos, los extravertidos necesitarían, para conseguir una activación óptima, recoger estimulación del exterior. Es conocido el poder estimulante del tabaco, café y té (EVANS, 1978). Así, sería de esperar que los extravertidos fumaran más cigarrillos y tomaran más tazas de café y de té que los introvertidos.

La hipótesis de que las personas extravertidas fumarían más que las introvertidas ha recibido importante soporte (EYSENCK *et al.*, 1960; KANEKAR y DOLKE, 1970; MEARES *et al.*; RAE, 1975; PÉREZ, 1977, 1980). También se ha realizado algún estudio que muestra la relación entre café y extraversión (REVELLE *et al.*, 1976) y la mayor tendencia de los extravertidos a tomar café (PÉREZ, 1979).

Sería de esperar, también, que las personas extravertidas tendieran a ingerir más té que las introvertidas. Este es el objeto del presente trabajo.

MÉTODO

Sujetos

Fueron utilizados 1217 estudiantes universitarios de ambos sexos, de segundo y tercer curso de carrera de cuatro facultades de la Universidad Autónoma de Barcelona y de la Facultad de Medicina de la Universidad de Barcelona, con edades comprendidas entre los 18 años y los 29 años, con una media de edad de 19,59 años y una desviación estándar de 2,85.

Material

a) Cuestionario de personalidad EPI forma A (EYSENCK, H.J. y EYSENCK, S.B.G., 1973). Este cuestionario está diseñado para evaluar dos grandes dimensiones de la personalidad: Neuroticismo y Extraversión y está basado en pautas de conducta de los individuos que se fundamentan en la base teórica y experimental de los conceptos neuroticismo y extraversión ya apuntados anteriormente. Consta, por tanto, de estas dos escalas y una tercera de Sinceridad.

b) Encuesta farmacológica (GUTIÉRREZ, 1976). Esta encuesta, elaborada de cara a un estudio de las principales drogodependencias en nuestro país, consta de una primera parte que sondea la cantidad de tabaco, café y bebidas alcohólicas y no alcohólicas ingeridas por los sujetos y de una segunda parte sobre la ingestión de otros fármacos comerciales y no comerciales.

Procedimiento

A los 1217 sujetos se les pasó un cuestionario de la forma A del EPI y una encuesta farmacológica sobre ingestión de tabaco, café, bebidas alcohólicas y

no alcohólicas y otros productos farmacológicos. Creemos muy importante remarcar que los sujetos no fueron llamados individualmente para su estudio, sino que fueron seleccionadas a priori las clases y se les pidió su colaboración como grupo. De esta manera se estudió la totalidad de los componentes de las clases seleccionadas.

Posteriormente fueron seleccionadas todas aquellas personas que tomaban regularmente más de 10 tazas de té al mes. Las medias de las variables de Extraversión (E) y Neuroticismo (N) de este grupo ($n = 156$) fueron comparadas con las de toda la muestra universitaria ($n = 1217$).

RESULTADOS

La Tabla 1 muestra las medias y desviaciones estándar de las puntuaciones en el EPI de los bebedores de té y de la muestra global de estudiantes universitarios. También aparecen en la tabla las medias y desviaciones de las variables de personalidad de los tres subgrupos de bebedores de té, según la división de la muestra total de personas que tomaban té (de 10 a 29; 30; y más de 30 tazas al mes).

Tabla 1

Medias y desviaciones estándar de las puntuaciones del EPI en los diferentes grupos de bebedores de té y en la muestra global universitaria.

	10-29 tazas mes	30 tazas mes	+ 30 tazas mes	total	MUESTRA GLOBAL
N	11.17(4.27)	11.32(3.96)	10.45(4.81)	11.05(4.31)	11.00(4.49)
E	11.22(3.88)	11.64(4.36)	9.72(3.93)	10.95(4.15)	10.34(4.83)
n	63	56	37	156	1217

Observamos que la media de Extraversión de los bebedores de té es superior a la de toda la muestra. La media de Neuroticismo es prácticamente igual entre los dos grupos.

Las tablas 2 y 3 muestran los valores de las pruebas *t* realizadas para ver la significación de la diferencia de medias de las variables de Extraversión y Neuroticismo respectivamente.

Tabla 2

Pruebas *t* y grado de significación en la comparación de medias de Extraversión entre los diversos grupos de bebedores de té y la muestra global universitaria¹

	Total	+ 30 tazas	30 tazas	10-29 tazas
MUESTRA GLOBAL	1.91*	0,96	2.20**	1.83*
10-29 tazas		1.83 *	0,54	
30 tazas		2,13 **		

* p 0.05

** p 0.025

*** p 0.01

Con respecto a la variable Extraversión vemos que existe significación (p 0,05) entre la muestra total de bebedores de té y el grupo global de estudiantes universitarios. Podemos observar una diferencia significativa en sentido contrario al esperado entre el grupo de mayor frecuencia de ingestión de té y los otros dos subgrupos. Sin embargo existe significación estadística

Tabla 3

Pruebas *t* y grado de significación en la comparación de medias de Neuroticismo entre los diversos grupos de bebedores de té y la muestra global universitaria

	Total	+ 30 tazas	30 tazas	10-29 tazas
MUESTRA GLOBAL	0.15	0,75	0.60	0.31
10-29 tazas		0.76	0,19	
30 tazas		0.93		

¹ Hemos utilizado pruebas unilaterales o de una cola.

entre estos dos últimos subgrupos y la muestra global de estudiantes en el sentido esperado.

Centrándonos en la variable Neuroticismo, podemos ver que no existieron diferencias significativas entre ninguno de los grupos.

DISCUSIÓN Y CONCLUSIONES

De los resultados podemos deducir que las personas que beben usualmente más de 10 tazas de té al mes, tomadas globalmente, puntuaron significativamente más alto en la variable Extraversión que toda la muestra universitaria. Sin embargo, contrariamente a las previsiones, el grupo de mayor ingestión de té puntuó significativamente más bajo que los otros grupos. Esto último, si bien pudiera ser debido al sensible menor número de sujetos de este grupo, hace que tomemos estos resultados con mucha precaución.

En la variable Neuroticismo no encontramos diferencia alguna entre ninguno de los grupos, dando soporte a la hipótesis de independencia entre esta variable y la Extraversión.

Los resultados que se desprenden del presente estudio apoyan la hipótesis de una relación positiva entre la variable de personalidad Extraversión y la ingestión de té. Al igual que con el tabaco y el café (PÉREZ, 1977; 1979) no se encontró ninguna relación entre la variable Neuroticismo y la ingestión de té.

Tenemos que hacer notar que el té se toma con muy poca frecuencia en nuestro país; de aquí que la muestra sea muy pequeña y no permita realizar estudios estadísticos más completos, cosa que ha sido posible realizar tanto con el tabaco como con el café (PÉREZ, 1977; 1979).

Por todo ello, para dar más sólido soporte a la presente hipótesis, se necesitarían muestras mayores de bebedores de té y otro tipo de diseño más perfeccionado. También sería conveniente realizar otros estudios más experimentales que implicaran la utilización de aparatos fisiológicos.

BIBLIOGRAFÍA

- EVANS, R., «Ethnopharmacological significance of Psychotropic Drugs of vegetal origin», en W.G. Clark y J. del Giudice (eds.), *Principles of Psychopharmacology*, Londres, Academic Press, 1978, pp. 41-70.
- EYSENCK, H.J., *The biological basis of Personality*, Springfield, Charles C. Thomas, 1967.
- y EYSENCK, S.B.G., *EPI. Cuestionario de Personalidad. Manual*, Madrid, Ediciones TEA, 1973.
- EYSENCK, H.J., TARRANT, M., WOOLF, y ENGLAND, L., «Smoking and Personality», en *British Medical Journal*, 1960, 1, pp. 1456-1460.
- GUTIÉRREZ, R., *Farmacología de las principales drogodependencias en nuestro país*, Barcelona, Universidad Autónoma de Barcelona, 1976, (Tesis doctoral inédita).
- KANEKAR, S. y DOLKE, A.M., «Smoking, extraversion and neuroticism», en *Psychological Reports*, 1970, 26, p. 384.
- MEARES, R., GRINWADE, J. y WOOD, C., «Smoking and neuroticism», en *The Lancet*, 1971, 2, pp. 770-771.
- PÉREZ, J., *Personalidad y hábito de fumar*, Barcelona, Universidad Autónoma de Barcelona, 1977, (Tesis de licenciatura inédita).
- «Personalidad y hábito de fumar: una revisión», en *Revista de Psicología General y Aplicada*, 1980, 35, pp. 661-672.
- «Personalidad y caféina», 1979, (Trabajo no publicado).
- RAE, G., «Extraversion, neuroticism and cigarette smoking», en *British Journal of Social and Clinical Psychology*, 1975, 14, pp. 429-430.
- REVELLE, W., AMARAL, P., y TURRIFF, S., «Introversión-extroversión, Time Stress, and Caf-
feina: Effect on Verbal Performance», en *Science*, 1976, 19, pp. 149-150.

RESUMEN

Según la teoría de Eysenck las personas extravertidas tenderían a tomar más té que las personas introvertidas. De una muestra universitaria (n = 1217) se seleccionaron aquellas personas que tomaban más de 10 tazas de té al mes (n = 156).

Esta muestra puntuó significativamente más alto que la muestra global universitaria en la variable Extraversión. No existieron diferencias significativas en la variable Neuroticismo. Se sugieren nuevos estudios para dar mayor soporte a la hipótesis citada.

ABSTRACT

According to Eysenck's Theory extroverts would tend to drink more tea than introverts. In a University sample ($n = 1217$), people who took more than 10 cups of tea a month ($n = 156$) were selected.

This sample was significantly higher than the global university sample in the Extraversion variable. There were no significant differences in the Neuroticism variable. New studies are suggested to provide more support for the hypothesis.