

Creencias estereotipadas sobre ciclicidades

Ester Barberá Heredia y M^a Jesús Cala Carrillo
Universitat de Valencia

El objeto central de este artículo es analizar el sistema de creencias desarrollado por un grupo de estudiantes universitarios españoles sobre las repercusiones físicas y anímicas de cuatro ciclicidades bien delimitadas, como son: los días de la semana, el año académico, el tiempo climatológico y el ciclo menstrual. Además de estudiar la influencia específica de las sucesivas fases de cada ciclo, se ha llevado a cabo un análisis comparativo para ver cuáles son los ciclos dominantes, y conocer si hay diferencias significativas entre las mujeres y los varones en cada uno de los ciclos analizados. Tras describir la muestra y el procedimiento utilizado se debaten los resultados, concluyéndose la persistencia actual de creencias generalizadas sobre la afectación de los cuatro ciclos analizados. Finalmente, se comentan algunas limitaciones y se plantean propuestas para la investigación futura.

Stereotyped beliefs about cycles. The main aim of this paper is to analyse the belief's system about physical and psychological influence related to four cycles: days of the week, academic year, weather conditions, and menstrual cycle. Results were obtained firstly, cycle by cycle, analysing significant differences among phases inside each cycle. Secondly, a comparative analysis between the four cycles was carried out, and finally gender differences at each cycle were discussed. After describing participants (Spanish university students), procedure, and obtained results, the main conclusion is to confirm the general belief about the analysed cycles influence. Some limitations and future proposals are suggested.

‘Te resulta extraño cuando vuelves a Europa encontrarte con que tus amigos de las ciudades viven sin tener en cuenta los cambios de la luna y casi la ignoran’. Así escribía Karen Blixen al recordar, desde la fría Dinamarca, sus experiencias vividas en Kenia con los nativos masai, kikuyus o wakambas, de quienes aprendió la aceptación de los ciclos de la naturaleza que va ligada a un conocimiento del lugar ocupado por el ser humano en la tierra. Aunque la influencia del ciclo lunar sobre la psique ha servido como tema recurrente en la literatura y en el cine, la Psicología Experimental no ha conseguido demostrar efectos comportamentales diferenciados a lo largo de sus sucesivas fases (luna nueva, cuarto creciente, luna llena y cuarto menguante). Bien es verdad que las muestras empíricas con las que se ha pretendido validar esta hipótesis han sido personas extraídas de la población urbana que han aprendido, como decía la escritora, a vivir al margen de algunos ciclos de la naturaleza.

Esto no significa, en absoluto, que los humanos crezcamos al margen de cualquier influencia cíclica (Hardie, 1997). Es más, la creencia en el influjo físico y psíquico de determinadas ciclicidades ha sido interpretada como un recurso vital, que nos permite incorporar un cierto orden representacional frente al caos externo posibilitando, aunque sea parcialmente, la ilusión de control sobre el universo. Sin embargo, a lo largo del desarrollo hemos aprendi-

do a reemplazar unos ciclos por otros de acuerdo con la influencia dominante de los entornos ambientales. En las sociedades industrializadas, la organización viene modulada por los ritmos marcados por el mercado laboral a través de los días de la semana que distribuye el tiempo entre días laborales y fines de semana (Ripper, 1991). Las estaciones del año aglutinan la sucesión cíclica de doce meses alrededor de la climatología característica de cada una de ellas. Sin duda, una de las creencias más extendida es la que hace referencia a la posible influencia del ciclo menstrual sobre la vida de las mujeres, que supuestamente puede afectar a múltiples comportamientos, desde el aseo personal hasta sus capacidades mentales pasando por actividades cotidianas tales como practicar ejercicio físico, tomar decisiones relevantes o evitar contactos sexuales (McFarlane y MacBeth, 1994).

El objeto central de este estudio es analizar las creencias estereotipadas de un grupo de estudiantes universitarios españoles acerca de la afectación física y emocional de cuatro ciclicidades bien delimitadas, como son: i) las fases del curso académico, ii) los días de la semana, iii) el ciclo meteorológico y iv) las fases del ciclo menstrual de las mujeres. Además de estudiar las repercusiones específicas de cada uno de estos ciclos sobre el estado de bienestar de las personas y de analizar comparativamente cuáles son las creencias cíclicas dominantes, el presente trabajo se ha interesado por comprobar si existen diferencias entre los varones y las mujeres participantes respecto a la creencia en la afectación de cada uno de los cuatro ciclos analizados. Las principales hipótesis de trabajo se han organizado alrededor de tres objetivos básicos: i) conocer las creencias sobre la afectación personal de las ciclicidades. La hipótesis de partida sostiene que los cuatro ciclos van a afectar física y emocionalmente a las personas participantes. Esta

Fecha recepción: 3-4-03 • Fecha aceptación: 11-7-03

Correspondencia: Ester Barberá Heredia

Facultad de Psicología

Universitat de Valencia

46010 Valencia (Spain)

E-mail: barberah@uv.es

creencia se operativiza a través de las diferencias encontradas entre las sucesivas fases de cada ciclo (autopercepción) o mediante la percepción de lo que los varones creen que les pasa a mujeres próximas en el caso del ciclo menstrual; ii) conocer las variaciones existentes entre los cuatro ciclos. Puesto que se trata de estudiantes, la *hipótesis de partida* sostiene que el ciclo que más afecta es el académico, seguido por los días de la semana y el tiempo climatológico. Con respecto al ciclo menstrual, se parte de la idea de que la afectación va a ser sobre todo en términos negativos (regla y días previos a la menstruación), pero no va a tener, como ocurre en los otros ciclos, un equivalente en positivo; y iii) conocer si hay diferencias en las creencias cíclicas entre las mujeres y los varones. Se parte de la *hipótesis* de que las mujeres tienen más interiorizada la creencia en la afectación física y, sobre todo, emocional de determinados ciclos. En particular, van a estar afectadas más negativamente por determinadas fases del ciclo menstrual y por la climatología. Sin embargo, en el caso del ciclo académico y los días de la semana no se van a detectar diferencias con respecto a sus compañeros varones.

Método

Participantes e instrumento

En este estudio participaron voluntariamente 205 estudiantes (142 mujeres y 63 varones) de las Universidades de Valencia (71 mujeres y 32 varones) y Sevilla (71 mujeres y 31 varones). El rango de edad oscilaba entre 17 y 44 años, con una media de 20.82 años y una desviación típica de 3.76. Los estudiantes de Valencia procedían de la Escuela de Trabajo Social, mientras que los de Sevilla estaban cursando primero de Psicología. En las aulas se informaba acerca de la investigación, concertándose con las personas interesadas una cita para cumplimentar un cuestionario de 'fluctuaciones en las experiencias físicas y emocionales' elaborado específicamente para esta investigación¹.

El cuestionario estaba compuesto por un total de ocho preguntas referidas a los cuatro ciclos a evaluar. Para cada uno de ellos se formulaban dos cuestiones acerca de cómo se sentían física y emocionalmente. El formato de respuesta era tipo Likert y cada pregunta se presentaba con una escala de siete puntos incluyendo anclajes verbales en los extremos y en el centro. Para los *días de la semana*, los participantes debían contestar las dos preguntas con relación a lunes, martes, miércoles, jueves, viernes, sábado y domingo. El *año académico* se dividía en cuatro fases claramente diferenciadas: comienzo de curso, durante el curso, período de exámenes y época de vacaciones. Las preguntas referidas al *tiempo climatológico* estaban formuladas con relación a ocho condiciones atmosféricas: tiempo soleado, lluvioso, con viento, con niebla, nublado, con calor, con temperaturas moderadas y con frío. Por último, las respuestas referidas al *ciclo menstrual* consistían en auto-percepciones para las mujeres o en percepciones ajenas para los varones. Se registraban las respuestas con respecto a cinco momentos del ciclo: durante la «regla», los cinco días siguientes, la semana a mitad del ciclo, los cinco días siguientes y la semana anterior a la «regla».

Procedimiento

La prueba se administró de manera colectiva a mediados del primer cuatrimestre del curso 2001/2002, momento en el que no

había exámenes ni los estudiantes se encontraban próximos a realizarlos. Las instrucciones fueron las mismas tanto en Valencia como en Sevilla. Antes de entregarles el cuestionario se les daba instrucciones acerca de cómo rellenar las preguntas, haciéndose hincapié en que no existían respuestas correctas o incorrectas y se les garantizaba, además, que la información se trataría de forma confidencial. Aunque no había tiempo límite, todos los estudiantes rellenaron el cuestionario en un tiempo no superior a 20 minutos.

Resultados

Los datos de cada ciclo se analizaron mediante un ANOVA factorial mixto con la variable género como entregupos y los distintos valores de cada ciclo como intragrupos. Debido al posible incumplimiento del supuesto de esfericidad, seguimos la recomendación de utilizar la distribución *F* ajustada en función del valor de ϵ de Greenhouse-Geisser (e.g. Maxwell y Delaney, 1990; Vallejo, 1991). De acuerdo con la estrategia de análisis habitualmente recomendada para los diseños factoriales (e.g. Keppel, 1991; Pedhazur, 1982), comenzamos analizando si la interacción de cada uno de los ciclos y la variable género resultaba estadísticamente significativa. El nivel de significación se determinó en .01. Sin embargo, dado que se contaba con un elevado número de grados de libertad, se calcularon también los índices de tamaño de efecto eta cuadrado, que indican la proporción de varianza explicada por cada fuente de variación. Se hará hincapié en aquellos efectos estadísticamente significativos y a partir de un índice eta cuadrado medio (.07), de acuerdo con los niveles convencionales propuestos por Cohen (1988). Los resultados correspondientes a los efectos interactivos aparecen en la siguiente tabla.

Tabla 1
Efectos interactivos

Fuente	Físico			Emocional		
	F	Signifi- cación	Eta cuadrado	F	Signifi- cación	Eta cuadrado
Ciclo mens*género	10.298	.000	.048	11.474	.000	.054
Año académ*género	11.878	.000	.056	14.271	.000	.066
climatología*género	4.412	.000	.022	5.304	.000	.026
Días semana*género	1.694	.170	.008	4.301	.006	.021

Estos resultados mostraron una interacción estadísticamente significativa entre el ciclo menstrual y el género, tanto en lo físico como en lo emocional. Lo mismo ocurrió con la interacción en el año académico y en el ciclo climatológico. No obstante, puesto que el valor de eta cuadrado en estos 3 casos era inferior a .07 no consideraremos dichas diferencias suficientemente relevantes. En el caso de los días de la semana, la interacción con el género no resultó estadísticamente significativa a nivel físico y, aunque sí lo hizo a nivel emocional, el valor de eta cuadrado fue muy pequeño. Por tanto, seguiremos nuestro análisis centrándonos en los efectos simples de cada uno de los ciclos. Dentro de los análisis de cada efecto simple y puesto que el número de contraste de medias que se puede realizar es bastante elevado, se van a presentar los resultados de aquellas comparaciones que tienen una mayor relevancia teórica.

Creencia en la afectación de las cuatro ciclicidades

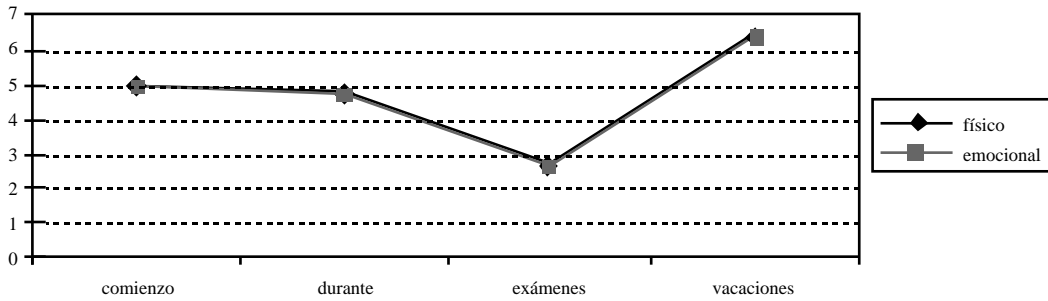
La *primera hipótesis* sostiene la creencia en la afectación física y emocional de las cuatro ciclicidades, puesta de manifiesto a través de diferencias considerables en la autopercepción de bienestar en las sucesivas fases de cada uno de los ciclos. El efecto de cualquiera de ellos resultó estadísticamente significativo y, en todos los casos, con una eta cuadrado grande (ver pie de las figuras 1, 2, 3 y 4).

En el *ciclo académico*, los datos promedios, cuya representación se muestra en la figura 1, evidencian que la respuesta varió significativamente en función del momento del ciclo, tanto en lo que respecta a la percepción del estado físico como del estado emocional, obteniéndose en ambos una eta cuadrada grande. De acuerdo con las previsiones establecidas, los participantes dicen sentirse muy bien durante el período de vacaciones y bastante mal durante la etapa de exámenes. Durante las otras dos fases del ciclo académico –comienzo y durante el curso– la creencia en la afectación física y emocional consigue valores intermedios.

Por lo que respecta al *ciclo semanal*, también los perfiles de creencia en la afectación física y emocional son similares, como

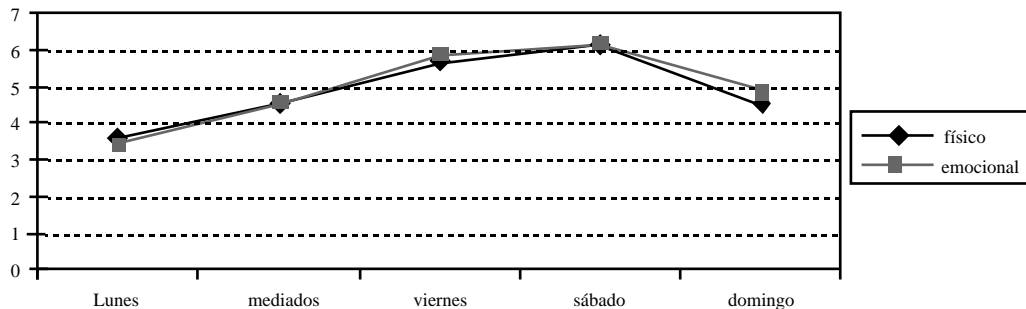
puede observarse en la figura 2. Si bien los registros de creencias se han tomado para cada uno de los siete días de la semana, los resultados se han analizado a partir de cinco fases diferenciadas, como son: principio de semana (lunes), mitad de semana (martes, miércoles y jueves), viernes, sábados y domingo. Los tres últimos días se han tratado de forma independiente, en lugar de agruparlos alrededor del ‘fin de semana’ debido a los diferentes resultados obtenidos para cada uno de ellos.

Igual que en ciclo anterior, las variaciones encontradas entre las cinco fases del ciclo se ajustan a las expectativas previstas, correspondiendo al lunes las puntuaciones más bajas, incrementándose éstas conforme avanza la semana hasta encontrar su puntuación más alta el sábado, momento a partir del cual vuelven a descender. Es interesante destacar que, en lo referente a la afectación física, la puntuación media del domingo (4.5) es idéntica a la de los días intermedios de la semana y en la afectación emocional, aunque la puntuación promedia del domingo (4.84) es superior a la de martes, miércoles y jueves (4.55), la diferencia no resulta estadísticamente significativa ($t= 1.617$; $p= .108$). No obstante, la puntuación del domingo correspondiente al estado emocional es



Fuente	Físico			Emocional		
	F	Sig.	Eta cuadrado	F	Sig.	Eta cuadrado
Año académico	235.791	.000	.539	208.428	.000	.508

Figura 1. Año académico: físico y emocional



Fuente	Físico			Emocional		
	F	Sig.	Eta cuadrado	F	Sig.	Eta cuadrado
Días de la semana	94.009	.000	.321	133.579	.000	.402

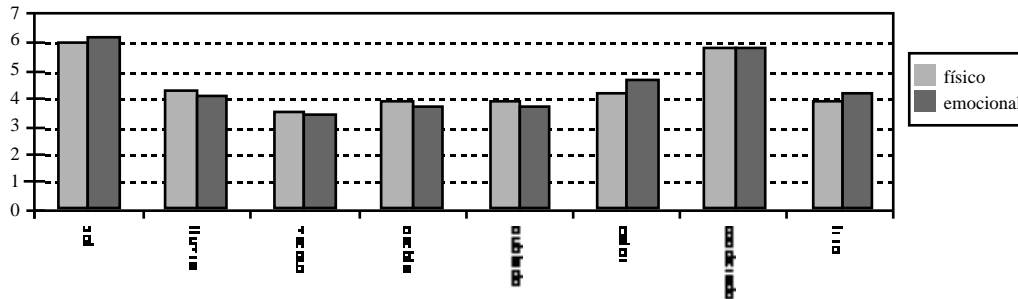
Figura 2. Días de la semana: físico y emocional

más elevada que la del estado físico, obteniéndose, en este caso, unas diferencias estadísticamente significativas ($t= -2.806$; $p= .005$) con un tamaño de efecto de $r= .20$. Una posible interpretación de este resultado es que la actual moda de vida noctámbula a la que están acostumbrados los jóvenes universitarios durante los fines de semana (viernes y sábado), les afecta físicamente, encontrándose el domingo cansados y necesitando reponer fuerzas para iniciar un nuevo ciclo semanal. Sin embargo, psíquicamente la percepción es algo distinta.

Con respecto al *ciclo climatológico*, las variaciones físicas y anímicas acontecidas, cuyos respectivos perfiles aparecen en la figura 3, muestran un efecto significativo. Las puntuaciones percibidas con mayores niveles de bienestar se corresponden con sol y con temperaturas moderadas. Las condiciones climatológicas percibidas como más adversas han sido: viento, niebla, nublado, frío, lluvia y calor.

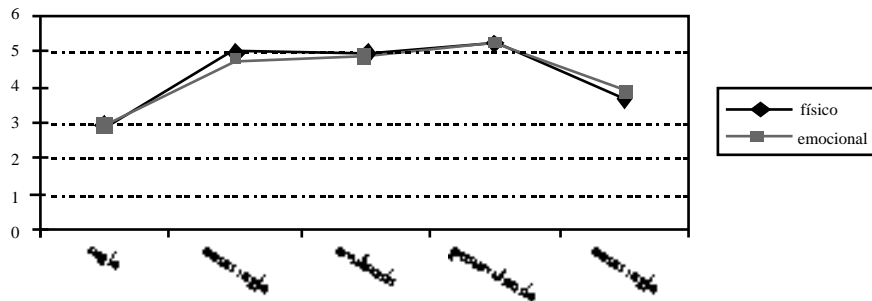
De los resultados obtenidos se desprenden matices interesantes que conviene resaltar: en primer lugar, el viento ha aparecido claramente como la condición atmosférica que se percibe más negativa tanto a nivel físico como emocional, por encima de la niebla,

el frío o la lluvia. En segundo lugar, cabe destacar las diferencias encontradas respecto de la afectación física y emocional dependiendo de condiciones climatológicas particulares. Así, la afectación positiva del sol y de las temperaturas moderadas resulta muy similar a nivel físico (puntuaciones medias de 6.06 y 5.83, respectivamente) y emocional (6.18 y 5.80), no siendo la diferencia estadísticamente significativa ni para situaciones soleadas ($t= -1.947$; $p= .053$) ni para temperaturas moderadas ($t= .316$; $p= .753$). Por el contrario, condiciones climatológicas adversas, como la lluvia, se perciben afectando más negativamente al estado de ánimo que al estado físico general, resultando las diferencias estadísticamente significativas ($t= 2.917$; $p= .004$ con un tamaño de efecto de $r= .20$). En condiciones de calor, sin embargo, los resultados obtenidos van en sentido opuesto, siendo las puntuaciones correspondientes a repercusión física inferiores a las emocionales. Las diferencias encontradas alcanzan un valor estadísticamente significativo ($t= -4.628$; $p= .000$) con un tamaño de efecto de $r= .31$. Este resultado se interpreta en el sentido de que, por regla general, la percepción de calor hace que la gente se sienta anímicamente bien aunque físicamente produzca agobio, cansancio o malestar.



Fuente	Físico			Emocional		
	F	Sig.	Eta cuadrado	F	Sig.	Eta cuadrado
Climatología	81.471	.000	.292	95.624	.000	.326

Figura 3. Tiempo climatológico: físico y emocional



Fuente	Físico			Emocional		
	F	Sig.	Eta cuadrado	F	Sig.	Eta cuadrado
Ciclo menstrual	119.917	.000	.371	87.988	.000	.303

Figura 4. Ciclo menstrual: físico y emocional

Por último, con respecto al *ciclo menstrual*, las puntuaciones más bajas se corresponden con el momento de la regla, seguidas del período anterior a la regla, días siguientes a la regla, fase de ovulación y, finalmente, las puntuaciones más elevadas se registran en los días siguientes a la ovulación. Como se observa en la figura 4, los perfiles de afectación física y emocional son bastante similares entre sí y presentan una meseta apoyada en tres fases –postregla, ovulación y postovulación– con dos picos descendentes correspondientes a las dos fases restantes: regla y días premenstruales. Resulta interesante destacar que se han encontrado diferencias estadísticamente significativas entre el momento de «regla» y los días anteriores a la regla tanto a nivel físico ($t = -6.019$; $p = .000$) como emocional ($t = -6.424$; $p = .000$) con un tamaño de efecto de $r = .39$ y $r = .41$, respectivamente, lo que significa que la creencia en la afectación negativa durante la menstruación está más introyectada que la creencia en el síndrome premenstrual (SPM).

Análisis comparativo entre ciclos

La *segunda hipótesis* sostiene que, puesto que los participantes son estudiantes, el ciclo que más va a afectarles es el académico, seguido de los días de la semana, el tiempo climatológico y las fases del ciclo menstrual. Efectivamente, el ciclo más efectivo ha sido el académico, situándose el valor de eta cuadrado muy por encima del resto de ciclos tanto a nivel físico como emocional. Con respecto a los resultados sobre la influencia relativa de los otros ciclos, éstos han sido bastante distintos en función de que el nivel de afectación analizado haya sido físico o emocional. Físicamente el segundo ciclo en importancia sería el menstrual, seguido de días de la semana y de climatología. Por el contrario, a nivel anímico, el grado de influencia se ajustaría a lo esperado: días de la semana, climatología y ciclo menstrual.

Se confirma igualmente la hipótesis de que en el ciclo menstrual la creencia sobre su posible afectación se desarrolla, en concordancia con la estigmatización bien documentada en trabajos previos (Hardie, 1997; McFarlane y MacBeth, 1994), en términos negativos, no teniendo un equivalente en percepción de bienestar en relación con los demás ciclos. Así, por ejemplo, las puntuaciones promedio física y emocional durante la fase de la regla (2.86 y 2.92)

son similares a las correspondientes al período de exámenes (2.72 y 2.64). Por el contrario, la diferencia entre las puntuaciones promedio durante el período de vacaciones (6.45 y 6.39) y la más alta del ciclo menstrual (5.22 y 5.20 de la fase post-ovulatoria) resultan sumamente esclarecedoras, siendo estadísticamente significativas ($t = -11.803$; $p = .000$ emocional y $t = -11.479$; $p = .000$ físico) con un tamaño de efecto grande en ambos casos ($r = .64$ y $r = .63$).

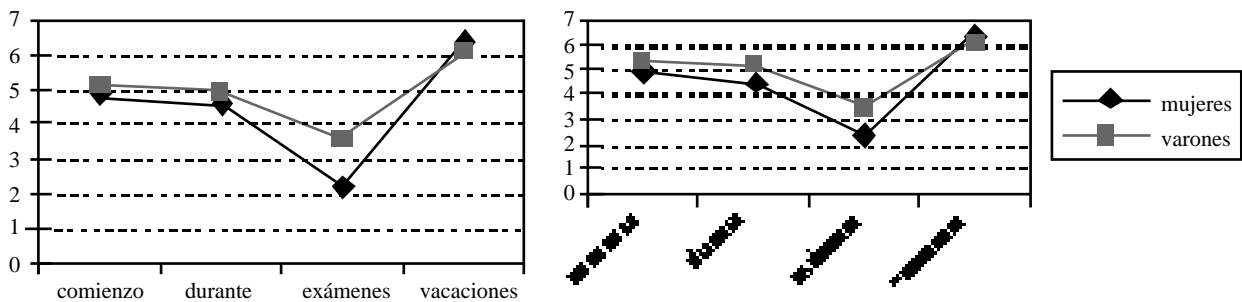
Diferencias intersexuales

Una vez analizado el efecto simple de los distintos ciclos seguiremos con el efecto simple del género en cada uno de los ciclos. La *tercera hipótesis* sostiene la existencia de diferencias entre mujeres y varones en el ciclo menstrual y en la climatología, afectando ambos ciclos más fuertemente a las mujeres, pero no respecto al ciclo académico ni a los días de la semana.

Los datos relativos al efecto de la variable género en los cuatro ciclos analizados aparecen en el pie de las figuras 5, 6, 7 y 8.

En sentido opuesto al esperado, las diferencias encontradas entre mujeres y varones respecto al *ciclo académico* resultaron estadísticamente significativas en cómo decían sentirse física o emocionalmente, y, en los dos casos, el valor de eta cuadrado se aproximaba bastante al valor de .07 considerado como un tamaño de efecto mediano. Los perfiles de varones y mujeres presentan la misma tendencia (véase la figura 5), caracterizada por un pronunciado pico de descenso en período de exámenes y un claro ascenso en época de vacaciones. Sin embargo, las puntuaciones de las mujeres se localizan por debajo de la de los varones en todos los casos, salvo en el período de vacaciones, donde las mujeres puntuaron levemente por encima. Las diferencias más destacadas se registran en las puntuaciones promedio bastante más bajas de las mujeres en cómo dicen sentirse en el período de exámenes tanto a nivel físico (2.35 mujeres frente a 3.56 los varones) como a nivel emocional (2.19 en mujeres y 3.65 en varones). Estas dos diferencias fueron estadísticamente significativas ($t = -5.629$; $p = .000$) y ($t = -7.069$; $p = .000$), con un tamaño de efecto de $r = .37$ y $r = .44$, respectivamente.

En relación con los *días de la semana*, los resultados van de nuevo en la dirección opuesta a las previsiones teóricas, siendo significativas las diferencias en la percepción física entre mujeres



Fuente	Físico			Emocional		
	F	Sig.	Eta cuadrado	F	Sig.	Eta cuadrado
Género	14.911	.000	.069	13.129	.000	.061

Figura 5. Año académico en varones y mujeres: físico y emocional

y varones (ver pie de página de la figura 6). Igual que en el ciclo académico, a las mujeres parece afectarles más negativamente que a los varones el inicio de la semana (lunes) y los días intermedios (martes, miércoles y jueves), mientras que las diferencias durante el fin de semana (viernes, sábados y domingo) se acortan y en algunos casos, como el sábado, resultan casi imperceptibles (véase figura 6). Emocionalmente, sin embargo, los datos se aproximan más a lo esperado, puesto que no se encontraron diferencias estadísticamente significativas entre mujeres y varones, tal y como se recoge en el pie de la figura 6.

Con respecto a las creencias diferenciadas entre varones y mujeres respecto de la *climatología*, los datos coinciden con lo esperado, siendo estadísticamente significativas, tanto física como emocionalmente, como se muestra en el pie de la figura 7. Resulta curioso destacar que, mientras con sol o temperaturas moderadas mujeres y varones puntúan de forma similar, en condiciones ‘supuestamente adversas’ las puntuaciones de las mujeres se encuentran por debajo (figura 7). Estas diferencias resultan especialmente relevantes en condiciones de viento, lluvia, niebla y frío. Así, por ejemplo, en condiciones de viento, tanto física como emo-

cionalmente, las diferencias intersexuales resultaron significativas estadísticamente ($t= -3.450; p= .001$) y ($t= -4.142; p= .000$) con un tamaño de efecto $r= .24$ y $r= .28$, respectivamente. Lo mismo ocurrió para la lluvia en lo físico y en lo emocional, donde las diferencias fueron significativas ($t= -4.639; p= .000$) y ($t= -4.536; p= .000$) con un tamaño de efecto de $r= .31$ y $r= .30$. También ocurrió en el caso de la niebla en lo físico ($t= -3.416; p= .001$) y en lo emocional ($t= -4.504; p= .000$) con un tamaño de efecto de $r= .23$ y $r= .30$, respectivamente; y en situaciones de frío a nivel físico ($t= -3.773; p= .000$) y a nivel emocional ($t= -2.867; p= .005$) con un tamaño de efecto de $r= .25$ y $r= .20$.

Finalmente, por lo que respecta al *ciclo menstrual*, en el que también se esperaban obtener diferencias de género significativas, éstas no se han encontrado ni en lo físico ($F= 1.300; p= .256$) ni en lo emocional ($F= .354; p= .552$). Los perfiles obtenidos por chicas y chicos son similares en afectación anímica y física (véase figura 8). En ambos casos, chicas y chicos obtienen puntuaciones promedio muy próximas durante la fase de la regla, la ovulación y después de la ovulación. Sin embargo, las diferencias resultan estadísticamente significativas cuando se comparan las medias para los

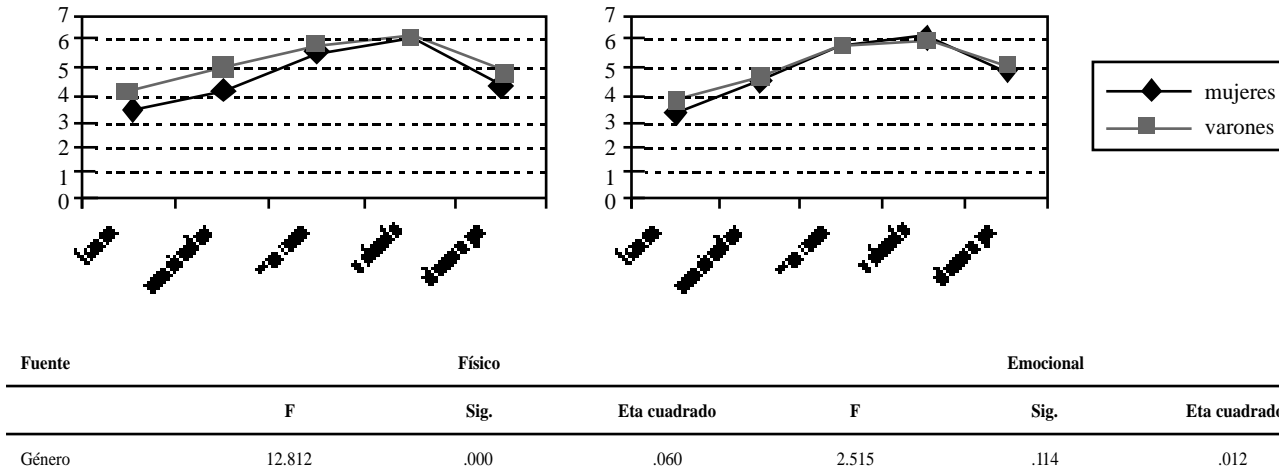


Figura 6. Días de la semana en varones y mujeres: físico y emocional

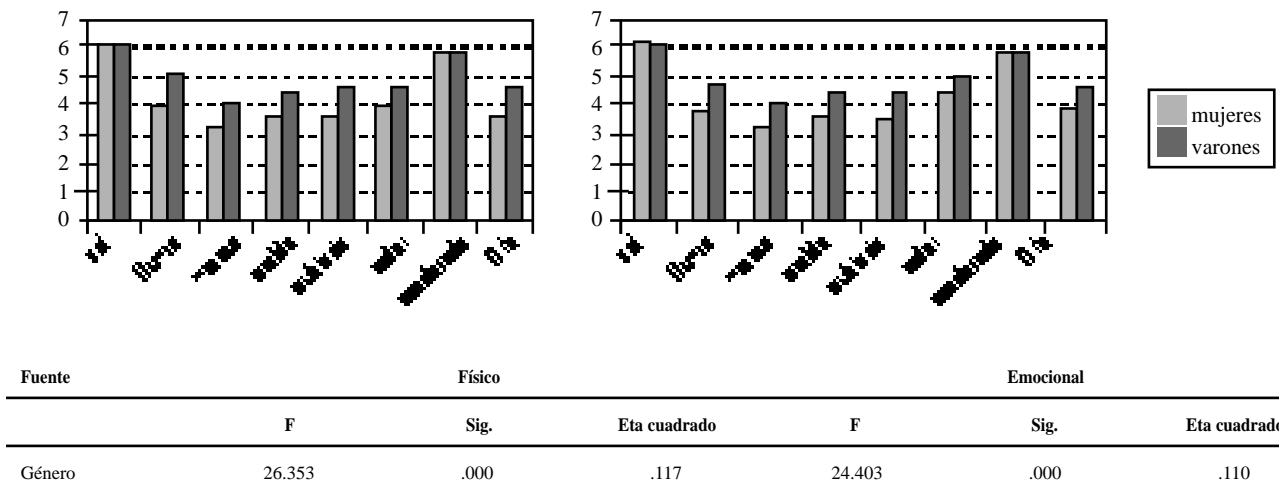


Figura 7. Climatología para varones y mujeres: físico y emocional

días siguientes a la regla a nivel físico ($t = 3.110; p = .002$) y emocional ($t = 3.087; p = .002$) con un tamaño de efecto $r = .21$ para ambos casos. En esta fase las mujeres dicen sentirse bastante mejor de lo que creen los varones. Sin embargo, durante la fase premenstrual las diferencias estadísticamente significativas para aspectos físicos ($t = -3.800; p = .000$) y emocionales ($t = -3.664; p = .000$), con un valor de $r = .26$ y $r = .25$, se muestran en sentido opuesto, al percibirse las mujeres peor de lo que piensan los varones.

Discusión

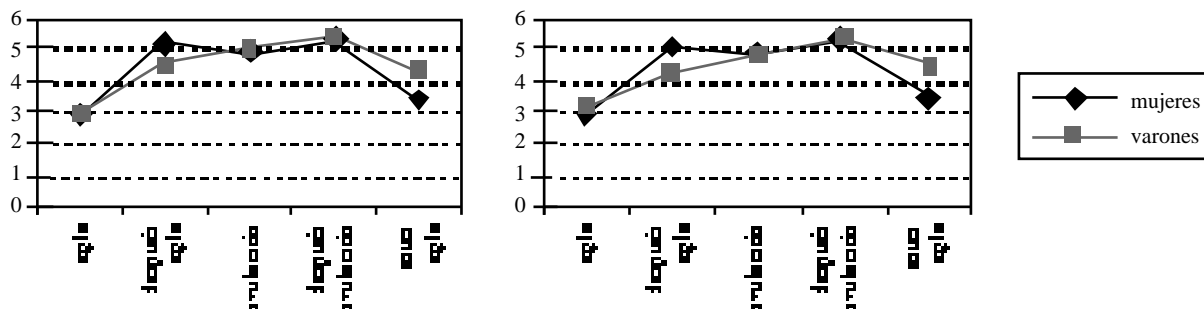
La creencia en el influjo físico y anímico de algunas ciclicidades sirve para ilustrar el efecto determinante de los estereotipos. Por su propia naturaleza, los sistemas de creencias no precisan ni confirmación empírica ni tampoco necesitan ser experimentados personalmente. El convencimiento bien establecido sobre las repercusiones psíquicas de su existencia genera por sí mismo efectos comportamentales, concepto que se ha popularizado en Psicología a través de la metáfora de la *profecía autocumplida* (Barberá, 1998). Además, los estereotipos no sólo afectan la propia conducta, sino que también median la evaluación sobre el comportamiento de los demás (Quilés, Leyens, Rodríguez, Betancor y Rodríguez, 2003), de manera que las creencias sobre cómo un ciclo determinado influye en las percepciones ajenas guarda una estrecha relación con los estereotipos existentes sobre dichas percepciones.

Los resultados obtenidos tras estos análisis permiten concluir que entre los jóvenes universitarios persiste la creencia sobre la afectación de determinadas ciclicidades, sean éstas consecuencia de fenómenos naturales (ciclo climatológico), de procesos biológicos (ciclo menstrual) o de modos urbanos de organizar el tiempo (ciclos semanal y académico). La selección de los cuatro ciclos analizados ha obedecido a los siguientes criterios: en el caso del *curso académico* se ha escogido por la importancia que tiene en la vida de los estudiantes, cuyas actividades se organizan en torno a fechas de exámenes, curso o vacaciones. El *ciclo semanal* se halla relativamente vinculado al anterior, en la medida en que los estudiantes suelen organizar sus actividades cotidianas alrededor de días de clase o fines de semana. El *climatológico* se ha seleccionado por tratarse de uno de los ‘ciclos de la naturaleza’ cuya influencia persiste en los entornos urbanos y sobre el que se ha ver-

tido más literatura acerca de su afectación potencial, llegándose a hablar incluso de distintos caracteres humanos en función de vivir en países fríos, cálidos, con lluvia o con sol. Finalmente, el *ciclo menstrual* ha sido elegido, en primer lugar, por la extensa mitología existente al respecto y, en segundo lugar, porque al tratarse de un ciclo con referencia específica a la vida de las mujeres puede ser especialmente relevante para analizar diferencias de género.

En concordancia con las previsiones establecidas es el ciclo académico el que más favorece el desarrollo de creencias, compartidas por chicas y chicos, sobre su posible repercusión física y emocional. Por lo que respecta al ciclo menstrual, nuestros resultados confirman la hipótesis de que se trata de un ciclo estigmatizado cuya afectación se representa socialmente con características negativas. Nuestros análisis ratifican la percepción de sintomatologías desfavorables (dolor, mal humor, ganas de llorar, desconsuelo, irritabilidad) durante dos períodos del ciclo: la menstruación y los días previos. Sin embargo, ninguna de las otras tres fases alcanza valores positivos semejantes a los obtenidos durante el fin de semana, en época de vacaciones o durante los días de sol. La revisión bibliográfica más actualizada no ofrece una creencia equivalente en relación con ninguno de los diversos ciclos de la vida de los varones (Lee, 2002; Nichols, 1995; Strathern, 1996). Finalmente, las diferencias de género más acusadas se dan con respecto a la influencia negativa que las mujeres autoperciben en cada ciclo: creen que les afecta más desfavorablemente que a los varones el comienzo de semana, las condiciones climatológicas adversas, los días previos a la menstruación y, de manera particular, la época de exámenes. Este último resultado guarda relación con la información recogida por Cano (2000) en un estudio sobre estrategias y estilos de aprendizaje entre estudiantes universitarios, en el que se concluía que las chicas desarrollaban un mayor nivel de ansiedad y miedo al fracaso que sus compañeros varones. En relación con nuestros resultados tal interpretación resulta prematura, siendo una alternativa posible más entre otras muchas. Hace falta una documentación empírica más asentada para dar por válida tal hipótesis.

Este trabajo no hace más que iniciar una prometedora línea de investigación en la que ya se vislumbran toda una serie de temas de interés abiertos a futuras investigaciones. En el momento presente se está incorporando a la muestra de estudiantes españoles



Fuente	Físico			Emocional		
	F	Sig.	Eta cuadrado	F	Sig.	Eta cuadrado
Género	1.300	.256	.006	.354	.552	.002

Figura 8. Ciclo menstrual para varones y mujeres: físico y emocional

otra de universitarios canadienses procedentes de la University of British Columbia (UBC) de Vancouver. La participación de jóvenes procedentes de otras culturas y que viven en un país con unas condiciones climáticas tan distintas a las del este y sur de España es interesante por diversos motivos. Por un lado, puede servir para establecer comparaciones relativas a la posible influencia diferencial de las condiciones climatológicas en función de las características específicas de los respectivos países de procedencia. En concreto, se espera que la autopercepción negativa del calor sobre el estado físico sea menos acusada en Canadá que en zonas con veranos tan calurosos como Sevilla o Valencia. Por otro lado, también interesa constatar si, tal y como se prevé, la creencia en la influencia negativa del SPM está más extendida entre la cultura anglosajona que entre la latina.

A un nivel más especulativo sería interesante analizar otras ciclicidades acordes con actividades laborales diferentes (i.e., comerciantes cuya actividad laboral se incrementa en Navidades, época de rebajas de enero o de verano, etc., o actividades artísticas), incorporando nuevos diseños muestrales y procedimentales, a fin de conocer si la influencia de tales ciclicidades se rige por los mismos o por diferentes criterios a los obtenidos con la presente muestra, según la fuerza que tengan en la organización de sus vidas personales y profesionales.

Nota

- 1 Para aquellas personas que deseen obtener una copia del cuestionario, solicítelo a la dirección que aparece de la primera autora.

Referencias

- Barberá, E. (1998). Estereotipos de género: construcción de las imágenes de las mujeres y los varones. En J. Fernández (Ed.), *Género y sociedad* (pp. 177-206). Madrid: Pirámide.
- Cano García, F. (2000). Diferencias de género en estrategias y estilos de aprendizaje. *Psicothema*, 12, 360-367.
- Cohen, J. (1988). *Statistical power analysis for the behavioral sciences* (2ª ed.). Hillsdale, NJ: Lawrence Erlbaum Associates.
- Hardie, E.A. (1997). Prevalence and predictors of cyclic and noncyclic affective change. *Psychology of Women Quarterly*, 21, 299-314.
- Keppel, G. (1991). *Design and analysis: A research handbook* (3ª Ed.). Upper Saddle River, NJ: Prentice-Hall.
- Lee, S. (2002). Ealth and sickness: The meaning of menstruation and premenstrual syndrome in women's lives. *Sex Roles*, 46, 25-35.
- Maxwell, S.E. y Delaney, H.D. (1990). *Designing experiments and analysing data: A model comparison perspective*. Pacific Grove, CA: Brooks/Cole.
- McFarlane, J. y MacBeth, T. (1994). Placing premenstrual síndrome in perspective. *Psychology of Women Quarterly*, 18, 339-373.
- Nichols, S. (1995). Positive menstrual experiences-Do they exist? *Feminism and Psychology*, 5, 162-169.
- Pedhazur, E.J. (1982). *Multiple regression in behavioral research: Explanation and prediction* (2ª ed.). New York: Holt, Rinehart & Winston.
- Quiles, M.N., Leyens, J.Ph., Rodríguez, A., Betancor, V. y Rodríguez, R. (2003). El género como criterio de pertenencia grupal y las atribuciones al prejuicio. *Psicothema*, 15, 65-70.
- Ripper, M. (1991). A comparison of the effect of the menstrual cycle and the social week on mood, sexual interest, and self-assessed performance. En D. Taylor y N. Woods (Eds.), *Menstruation, health, and illness* (pp. 19-33). Nueva York: Hemisphere.
- Strathern, A. (1996). *Body thoughts*. Ann Arbor, MI: University of Michigan Press.
- Vallejo, G. (1991). *Análisis univariado y multivariado de los diseños de medidas repetidas de una sola muestra y de muestras divididas*. Barcelona: PPU.