

## DIFERENCIAS DE PERSONALIDAD ENTRE MATUTINOS Y VESPERTINOS

VIRGINIA DRESCH<sup>1</sup>

*Universidad Complutense de Madrid, España*  
*Centro Universitario Feevale, Brasil*

MARÍA DEL PILAR SÁNCHEZ LÓPEZ

*Universidad Complutense de Madrid, España*

Y

MARTA EVELIA APARICIO GARCÍA

*Universidad Complutense de Madrid, España*

### ABSTRACT

The aim of this study was to attempt to answer the question of whether subjects with different circadian typology (morningness-eveningness) have a differential personality profile, going beyond the aim of relating the circadian typology with isolated and more general personality variables, such as Extraversing-Introversing. The research has been carried out with 804 participants, university students from a university in the South of Brazil (Novo Hamburgo-RS/BR) of 33 different degree courses, using the MIPS- Millon Index of Personality Styles (Millon, 1994) and the CS-Composite Scale (Smith, Reilly and Midkiff, 1989) as a measurement of Personality Styles and the chronotype, respectively. The findings point to a personality profile which is more socially desirable for Morningness (higher mark in the Enhancing, Systematizing and Conforming scales), whereas those for Eveningness are characterised by being less adapted to their environment (higher mark in Preserving, Innovating; Hesitating, Dissenting and Agreeing scales). That confirms the usefulness of having a more flexible, detailed frame of reference, such as that of Theodore Millon.

*Key-words:* personality, chronotype, millon, MIPS, chronopsychology.

---

1 Correspondencia: VIRGINIA DRESCH, Campus de Somosaguas, 28223 Madrid – España. *E-mail:* vdresch@psi.ucm.es

## RESUMEN

El objetivo de este estudio era determinar si los sujetos con distinta tipología circadiana (matutinidad-vespertinidad) tenían un perfil de personalidad diferencial, trascendiendo el intento de relacionar la tipología circadiana con variables de personalidad aisladas y más generales, como Extraversión-Introversión. La investigación se llevó a cabo con 804 participantes, universitarios de una universidad del sur de Brasil (Novo Hamburgo-RS/BR) de 33 carreras distintas, utilizándose el MIPS – Inventario de Estilos de Personalidad de Millon (Millon, 1994) y la CS – Escala Compuesta (Smith, Reilly y Midkiff, 1989) como medida de los estilos de personalidad y cronotipos, respectivamente. Los resultados apuntaron a un perfil de personalidad más deseable socialmente para los matutinos (mayor puntuación en las escalas Expansión, Sistematización y Conformismo), mientras que los vespertinos se caracterizaron por estar menos adaptados a su entorno (mayor puntuación en las escalas Preservación, Innovación, Indecisión, Discrepancia y Descontento).

*Palabras-clave:* personalidad, cronotipos, Millon, MIPS, cronopsicología.

## INTRODUCCIÓN

El estudio de las relaciones entre tipología circadiana y otras variables, tanto fisiológicas como psicológicas, ha hecho que durante la última década se haya aumentado el interés de los investigadores por este tema (Tankova, Adan & Buéla-Casal, 1994). Sin embargo los autores están de acuerdo en que son necesarios más estudios para entender mejor las relaciones entre matutinidad-vespertinidad y variables de personalidad, puesto que los resultados son dispares y se carece de un marco teórico sobre el que interpretarlos.

Es en este contexto donde se sitúa el estudio actual, puesto que se pretende enfocar el problema desde una perspectiva distinta, que, a nuestro entender, puede contribuir a aclarar las relaciones entre estas dos variables, ya que no se buscan relaciones con variables de personalidad aisladas (p. ej. extraversión-introversión) sino con patrones generales, es decir, con estilos de personalidad.

La investigación en el área de la personalidad no es ninguna novedad en la ciencia psicológica, ya que se lleva más de un siglo

investigando este tema e intentando encontrar sus relaciones con otras variables psicológicas. Muchos modelos e instrumentos han sido desarrollados para medir esta variable a lo largo de los años. Sin embargo, en esta investigación pretendemos añadir aspectos aún novedosos en esta área de la Psicología: emplear el modelo de Theodore Millon (Millon, 1990) - todavía aún poco conocido fuera de Estados Unidos - para analizar relaciones y diferencias en personalidad según la tipología circadiana de los sujetos.

Millon (Millon, 1990; Millon & Davis, 1996) propone que la personalidad engloba las características psicológicas más internas, ocultas y menos aparentes del individuo. El autor concibe la personalidad como un patrón complejo de características psicológicas profundamente arraigadas, que son en su mayor parte inconscientes y difíciles de cambiar y que se expresan automáticamente en casi todas las áreas de funcionamiento del individuo. Estos rasgos intrínsecos y generales surgen de una complicada matriz de determinantes biológicos y aprendizaje, y, en última instancia, se refiere al patrón idiosincrásico de cómo el individuo siente, piensa, afronta los retos y se comporta.

En el área de la tipología circadiana, desde 1931, a partir de los trabajos de Wuth se distingue entre “sujetos de mañana” y “sujetos de tarde”; los sujetos de mañana empiezan a estar cansados al mediodía y por la tarde se acuestan pronto, se duermen rápidamente y se levantan por la mañana en forma; los sujetos de tarde tienen su mejor rendimiento al final del día, se acuestan relativamente tarde y se despiertan cansados por la mañana.

La mayoría de los correlatos entre personalidad y tipología circadiana han sido realizados desde el modelo de Eysenck y Eysenck (1985), sin que se hayan obtenido conclusiones claras y casi todos los trabajos se han realizado utilizando el cuestionario MEQ de Horne y Ostberg (1976) o su versión reducida (Adan & Almirall, 1991).

La mayor parte de los estudios encuentran una relación entre la vespertinidad y la extraversión (Adan, 1992; Adan 1995; Adan, 1997). Sin embargo, este resultado no ha sido corroborado en otros trabajos o la relación encontrada ha sido débil (Neubauer, 1992). Larsen (1985) señala que la tendencia a la vespertinidad se relaciona con la sociabilidad, pero no con la impulsividad. Wilson (1990) encuentra un mayor nivel de activación entre los introvertidos, particularmente por la mañana. Para este autor, la sociabilidad, más que la impulsividad, parece ser el componente que explicaría esta interacción. Sin embargo, Neubauer (1992) encuentra una mayor tendencia a la extraversión entre los vespertinos, y esto unido a la aparición de algunos problemas con respecto a la multidimensionalidad del MEQ, le lleva a concluir que la impulsividad, más que la sociabilidad, parece ser la responsable de la asociación con la vespertinidad.

En otro trabajo previo (Díaz Morales & Aparicio García, 2003) aparece la tendencia señalada por Larsen (1985) entre la vespertinidad y la sociabilidad (considerando que la sociabilidad se medía con el modelo de Millon en el trabajo de Díaz Morales y Aparicio García y con el modelo de Eysenck en el de Larsen), aunque no es significativa.

Respecto al neuroticismo, Neubauer (1992) señala que la relación entre el neuroticismo y la matutinidad es una particularidad del instrumento utilizado (el MEQ); la utilización de la versión reducida del cuestionario confirma esta hipótesis (Tankova, Adan & Buela-Casal, 1994).

Violani, Lucidi, y Devoto (2001) trataron de relacionar personas que duermen una cantidad de tiempo normal y personas que duermen demasiado, tomando medidas de variables sociodemográficas, hábitos de sueño, ritmos circadianos y personalidad, operativizadas a través de la aplicación de los siguientes instrumentos: EPQ, MMPI, MEQ y Epworth Sleepness Scale. Los resultados indican que la vespertinidad está asociada con dormir mucho. Las características psicológicas de las personas que duermen mucho comparadas con las que duermen un tiempo normal incluyen puntuaciones más bajas en neuroticismo, más baja eficacia de sueño durante la primera fase del mismo y más somnolencia durante el día.

Mecacci y Roccheti (1998) evaluaron la tipología circadiana y otras variables psicológicas (personalidad y desórdenes psicológicos y psicosomáticos). Los autores encontraron correlaciones significativas entre las variables estudiadas. Los vespertinos mostraron índices más altos e intensos de desórdenes psicológicos y psicosomáticos, conductas pro-estresantes, además de presentar más dificultades para ajustarse a las demandas ambientales y sociales.

Los resultados son dispares y se carece de un marco teórico sobre el que interpretarlos. Son pocos los trabajos que analizan la matutinidad-vepertinidad y las variables de personalidad desde un modelo diferente al de Eysenck (Furnhan, 1990). En este estudio proponemos analizar esta variable desde el modelo de personalidad de Millon.

El modelo de personalidad de Millon, operativizado a través de la aplicación del Inventario de Estilos de Personalidad de Millon – MIPS (Millon, 1994; 2004), ha sido aplicado

para estudiar las relaciones con otras variables psicosociales y demográficas tales como: sexo (Bonilla-Campos & Castro-Solano, 2000), edad (Díaz-Morales & Castro Solano, 2000), nación/cultura (Sánchez-López & Aparicio, 1998; Aparicio & Sánchez-López, 1998; & Aparicio-García, 2000), objetivos de vida y satisfacción vital (Castro-Solano & Díaz-Morales, 2000), en el ámbito laboral (Castro-Solano & Casullo, 2000; Aparicio-García, 2001), cognición y relación con la hemisfericidad (Ruíz-Rodríguez & Fusté-Escolano, 2000) y mujeres víctimas de malos tratos (Patrón-Hernández, Fernández-Ros & Corbalán-Berná, 2000).

Recientemente se han realizado estudios relacionando personalidad y matutinidad-vespertinidad, utilizando el modelo de personalidad de Millon. Sánchez-López y Díaz-Morales (2000) realizaron un estudio relacionando las medidas obtenidas a través de la aplicación del Inventario Millon de Estilos de Personalidad -MIPS con la Escala Compuesta -CS. En este estudio se analizaron las relaciones entre las 24 escalas del MIPS y los tres grupos de sujetos que se obtienen de la CS (matutinos, intermedios y vespertinos) en un grupo de 120 mujeres universitarias argentinas. Los resultados indican, a través de un análisis correlacional, una relación negativa entre matutinidad y acomodación (Pasividad) y una tendencia positiva (no significativa) al individualismo y la actividad. Además, las mujeres matutinas se diferencian de las vespertinas en sus Modos Cognitivos, principalmente en las escalas transformacionales, es decir, aquellas que dan cuenta de los procesos internos que la persona realiza con la información una vez que la ha asimilado del entorno.

Los resultados indican que la matutinidad se asocia con la escala Sistematización, es decir, con la tendencia a asimilar la información del entorno a esquemas de conocimiento previos. Por el contrario, aparece una relación negativa con la escala Sentimiento, es decir, con la tendencia a transformar la información según parámetros afectivos y emocionales. Además, aunque en menor medida, se asocia positiva-

mente con el Pensamiento, esto es, con la tendencia a transformar la información del entorno basándose en parámetros cognitivos, en la lógica y en la razón.

En un estudio con población española (Díaz-Morales & Aparicio, 2003), con un grupo de 189 universitarios, 128 mujeres y 61 varones, relacionando estilos de personalidad (según el modelo de Millon) y matutinidad-vespertinidad estos datos se comprueban. La matutinidad se asocia con la preferencia por obtener información tangible del entorno y procesos transformacionales de la información a partir de esquemas de conocimiento previos, mientras que la vespertinidad se asocia con la preferencia por la información abstracta y ambigua, y procesos y transformaciones de la información basados en esquemas novedosos y creativos. Es decir, las personas matutinas se caracterizan por ser más organizadas y sistemáticas a la hora de transformar la información del entorno y muestran una tendencia a procesar la información en parámetros lógico-rationales, mientras que las personas vespertinas manifiestan características de personalidad relacionadas con la creatividad e innovación.

El análisis correlacional indica que hay una estrecha relación entre la matutinidad y los estilos cognitivos que la persona utiliza para obtener y transformar la información del entorno. La matutinidad se asocia con la preferencia por obtener información tangible del entorno y por procesos transformacionales de la información a partir de esquemas de conocimiento previos, mientras que la vespertinidad se asocia con la preferencia por la información abstracta y ambigua y por procesos transformacionales de la información basados en esquemas novedosos y creativos.

En un estudio más reciente con universitarios peruanos (Díaz Morales, Sánchez-López & Thorne, 2005) analizan el resultado de la escala de CS para poder diferenciar a matutinos y vespertinos, demostrando ésta buena fiabilidad también en este grupo. Los autores destacan que

es necesario conocer la distribución de la escala CS en la población de referencia antes de poder diferenciar a los matutinos y vespertinos. Lo mismo ocurre con datos españoles que analizan las propiedades psicométricas con esta escala (Díaz & Sánchez López, 2005).

Dentro de este marco, el objetivo de este estudio es analizar cuáles son las variables de personalidad propuestas por Millon (1994) que diferencian los sujetos matutinos (sujetos de mañana), vespertinos (sujetos de tarde) e intermedios (sujetos que están en la parte central de la distribución normal de la población).

## MÉTODO

### *Participantes*

En el presente estudio han participado 804 sujetos, universitarios de una universidad del sur de Brasil (Novo Hamburgo-RS/BR), procedentes de 52 ciudades distintas, de los cuales 499 son mujeres (62,1%) y 305 varones (37,9%), todos mayores de 18 y menores de 53 años y con una edad media de 24,2 años (desviación típica = 7,2). Se han seleccionado los sujetos de tal forma que tuviesen diferentes edades y carreras (33 carreras distintas).

### *Instrumentos*

Para medir la personalidad utilizamos el MIPS - Inventario de Estilos de Personalidad de Millon (Millon, 1994; 2004) – versión brasileña (Dresch, Sánchez-López & Aparicio-García, 2005). El MIPS es un cuestionario compuesto por 180 ítems respecto de los cuales el sujeto debe determinar si le son aplicables (respuesta verdadero/falso); su objetivo es medir la personalidad de individuos adultos que funcionan normalmente y cuya edad está comprendida entre los 18 y los 65 años o más. Para completar la mayoría de los ítems se requiere un nivel de educación correspondiente al primer año de la escuela secundaria. La mayoría de las personas emplean 30 minutos o menos para responder al cuestionario. La fiabilidad promedio de las escalas del MIPS

en la población estadounidense, establecida mediante el método de la división por mitades, es  $r = 0,82$ , en la muestra de adultos ( $N = 1000$ ), y  $r = 0,80$  en la muestra de universitarios ( $N = 1600$ ). En la muestra de universitarios brasileños el promedio de este índice es de 0,74 ( $N = 804$ ).

Para medir la variable matutinidad-vespertinidad utilizamos la Escala Compuesta - CS de Smith, Reilly y Midkiff, 1989 – versión brasileña (Dresch, Sánchez-López & Aparicio-García, 2004). La Escala Compuesta es un cuestionario de 13 preguntas a las que el sujeto debe elegir una de las opciones ofrecidas, presentadas en formato tipo *likert*; 5 ítems se refieren a horarios específicos de las 24 horas del día. La suma de las puntuaciones en estos ítems da una puntuación general en la escala que, cuanto más alta es la puntuación, más tendencia a la matutinidad del sujeto, y al contrario, cuanto más baja, más tendencia a la vespertinidad. Para rellenar el cuestionario los sujetos tardan alrededor de 10 minutos. El coeficiente alfa promedio de la escala en población estadounidense es  $r = 0,90$  y  $r = 0,84$  en una muestra de universitarios brasileños (Dresch, Sánchez-López & Aparicio-García, 2004). Esta escala ha tenido diversos apoyos experimentales en distintos países al analizar sus propiedades psicométricas (por ejemplo, Díaz Morales & Sánchez-López, 2004 y Díaz Morales & Sánchez López, 2005, en población española; Caci, Nadalet, Staccini, Myquel & Boyer, 1999, en Francia; Pornpitakpan, 1998, en Italia, Díaz Morales, Sánchez-López & Thorne, 2005, en Perú, Sánchez-López & Díaz Morales, 2001, en Argentina, etc.), además de un análisis de su versión reducida (Adan & Almiral, 1990).

### *Procedimiento*

La aplicación de las pruebas (MIPS y CS) se realizó de forma colectiva, en grupos de hasta 50 personas cada uno, cumpliendo las normas deontológicas oportunas y garantizando el anonimato. Los participantes dieron su consentimiento en participar por escrito, de forma libre y esclarecida.



## RESULTADOS

En primer lugar analizamos las correlaciones entre las variables, es decir las escalas del MIPS (personalidad) y la escala CS (matutinidad-vespertinidad). Los resultados se presentan en la Tabla 1. Nos limitaremos a comentar los resultados que presentan un nivel igual o superior a 0,05 de significación.

TABLA 1  
*Correlaciones entre las escalas del MIPS<sup>1</sup> y matutinidad-vespertinidad*

Escalas del MIPS	Mat-Vesp
1A-Expansión	0,21**
1B-Preservación	-0,20**
2A-Modificación	0,14**
2B-Adecuación	-0,18**
3A-Individualidad	-0,08*
3B-Protección	0,17**
4A-Extraversión	0,11**
4B-Introversión	-0,13**
5A-Sensación	0,15**
5B-Intuición	-0,13**
6A-Pensamiento	0,05
6B-Sentimiento	0,00
7A-Sistematización	0,26**
7B-Innovación	-0,19**
8A-Retraimiento	-0,13**
8B-Sociabilidad	0,08
9A-Indecisión	-0,20**
9B-Decisión	0,13**
10A-Discrepancia	-0,29**
10B-Conformismo	0,27**
11A-Sumisión	-0,10**
11B-Dominio	0,06
12A-Descontento	-0,25**
12B-Aquiescencia	0,14**

Nota: \* =  $p < 0,05$ , \*\* =  $p < 0,01$ ,

<sup>1</sup> Aunque el autor haya cambiado el nombre de las escalas en la reciente revisión del MIPS (Millon, 2004), esto no afecta el trabajo que se presenta, ni a las adaptaciones del instrumento realizadas previamente a otras poblaciones.

Como se puede verificar, los resultados indican una relación positiva entre **matutinidad** y las escalas Expansión, Modificación, Protección,

Extraversión, Sensación, Sistematización, Decisión, Conformismo y Aquiescencia. Y por otro lado, una relación negativa o inversa con las escalas Preservación, Adecuación, Introversión, Innovación, Retraimiento, Indecisión, Discrepancia, Sumisión y Descontento. Sin embargo, desestimando las correlaciones próximas o inferiores a 0,20, nos quedamos con las escalas Expansión ( $r = 0,21$ ), Preservación ( $r = -0,20$ ), Sistematización ( $r = 0,26$ ), Innovación ( $r = -0,19$ ), Indecisión ( $r = -0,20$ ), Discrepancia ( $r = -0,29$ ), Conformismo ( $r = 0,27$ ) y Descontento ( $r = -0,25$ ), que presentan correlaciones moderadas con matutinidad-vespertinidad.

En el caso de la CS, una alta puntuación en la escala indica un mayor grado de Matutinidad, mientras que una baja puntuación significa que la persona muestra una mayor tendencia a ser vespertina. En este sentido y considerando los resultados, podemos decir que los **matutinos**, en lo que se refiere a sus metas motivacionales, tienden a ser optimistas en cuanto al futuro y que les resulta fácil pasarlo bien y aceptar los altibajos de la existencia. Respecto al modo que utilizan para procesar la información que reciben del entorno, son organizados, transformando información nueva y adecuándola a lo conocido, son perfeccionistas y eficientes. Además, son honrados, con autodominio, respetan la autoridad, son cooperativos, pero no espontáneos.

Por otra parte, los **vespertinos** se caracterizan por concentrarse en los problemas de la vida agravándolos; consideran su pasado desafortunado y piensan que las cosas irán a peor a la hora de actuar según sus propósitos. En lo que se refiere a sus modos cognitivos, son creativos, asumiendo riesgos, disconformes con lo predecible, buscando consecuencias imprevistas. Respecto a su manera de interactuar con los demás, son tímidos y nerviosos en situaciones sociales; desean ser aceptados, pero temen el rechazo, son sensibles, emotivos y propensos a aislarse. Actúan de modo independiente, no conformista y no acatan las normas tradicionales. Además, son pasivo-agresivos y malhumorados, presentando estados de ánimo y conductas variables.

Para estudiar el perfil de personalidad, teniendo en cuenta también a los sujetos intermedios, además de los vespertinos y matutinos, se ha realizado un Análisis Multivariado de la Varianza (MANOVA) considerando la tipología circadiana como variable independiente y las escalas del MIPS como variables dependientes. Posteriormente, para determinar entre qué tipos se producen las diferencias se ha calculado el test de Scheffé. Siguiendo las normas habituales cuando se aplica la CS, hemos clasificado a las personas en tres grupos: personas con una clara tipología matutina, tipología intermedia y clara tipología vespertina. Para ello hemos formado grupos empleando el criterio de punto de corte propuesto por Alzani y Natale (1998) y Natale y Alzani (2001), es decir 13/26, 27/41 y 42/55. Según este criterio el número y porcentaje de los

sujetos perteneciente a cada grupo en nuestra muestra es: 107 vespertinos (13,3%), 541 (67,3%) intermedios y 156 (19,4%). Estos porcentajes son similares a los aportados por estos autores en el estudio del 2001: 17,98% de matutinos, 60,67% de intermedios y 21,35% de vespertinos (Natales & Alzani, 2001). Y también similares a los porcentajes obtenidos en el estudio de Díaz Morales y Aparicio (2003), en el que se obtenía un porcentaje de matutinos del 12,6%, 60,7% de intermedios y 26,8% de vespertinos. Esto nos lleva a pensar que los porcentajes de estos cronotipos en la población están bastante asentados, según lo que se viene comprobando en los distintos estudios. Las medias y desviaciones típicas para cada cronotipo, así como los resultados del MANOVA y el test de Scheffé según este criterio se presentan en la Tabla 2 y en la Figura 1.

TABLA 2

*Análisis multivariado de la varianza (MANOVA) de las escalas del MIPS según la tipología circadiana de universitarios brasileños (vespértinos, intermedios y matutinos)*

Escala	Vespertinos (1) n=107		Intermedios (2) n=54		Matutinos (3) n=156		F (2, 804)	Test de Scheffé
	Media	DT	Media	DT	Media	DT		
<i>Metas Motivacionales</i>								
1A-Expansión	22,73	8,48	24,51	7,20	27,32	7,21	13,63***	1,3; 2,3*
1B-Preservación	19,93	11,10	18,95	9,65	14,57	9,41	13,92***	1,3; 2,3*
2A-Modificación	29,43	8,37	31,41	7,27	32,53	8,34	5,22***	1,3*
2B-Adecuación	21,78	8,96	20,41	8,69	17,44	8,68	9,49***	1,3; 2,3*
3A-Individualidad	25,02	7,56	23,00	7,08	22,73	7,63	3,90*	1,2; 1,3*
3B-Protección	27,49	8,50	30,98	6,97	32,14	6,90	14,23***	1,2; 1,3*
<i>Modos Cognitivos</i>								
4A-Extraversión	26,22	9,31	28,33	8,04	28,96	8,44	3,75*	1,3*
4B-Introversión	13,82	6,70	12,76	6,54	11,24	6,55	5,34**	1,3; 2,3*
5A-Sensación	15,60	5,88	16,97	5,31	18,71	5,21	11,33***	1,3; 2,3*
5B-Intuición	24,26	6,95	24,43	7,23	21,17	6,90	12,88***	1,3; 2,3*
6A-Pensamiento	19,98	7,50	19,65	6,55	20,80	6,98	1,73	-
6B-Sentimiento	29,14	8,48	31,34	7,37	29,92	6,73	5,20**	1,2*
7A-Sistematización	30,80	10,13	34,98	9,86	38,81	9,14	21,65***	1,2; 1,3; 2,3*
7B-Innovación	34,08	8,76	31,99	8,14	28,92	7,20	14,31***	1,3; 2,3*
<i>Comportamiento Interpersonales</i>								
8A-Retraitamiento	20,94	9,27	17,77	9,04	16,61	9,26	7,54**	1,2; 1,3*
8B-Sociabilidad	35,49	11,23	37,33	10,32	38,04	11,24	1,90	-
9A-Indecisión	20,02	10,85	18,64	10,55	14,53	10,41	11,34***	1,3; 2,3*
9B-Decisión	35,24	9,71	35,84	9,80	38,24	10,45	4,14*	2,3*
10A-Discrepancia	27,95	7,32	25,15	7,50	21,21	7,49	28,01***	1,2; 1,3; 2,3*
10B-Conformismo	34,24	9,09	38,08	8,54	41,96	8,03	26,65***	1,2; 1,3; 2,3*
11A-Sumisión	16,95	8,37	16,69	7,27	14,96	7,35	3,59*	2,3*
11B-Dominio	26,85	8,47	25,05	7,69	24,69	8,07	2,75	-
12A-Descontento	29,71	8,78	27,56	8,60	23,44	8,88	19,43***	1,3; 2,3*
12B-Aquiescencia	29,37	9,44	32,38	7,58	33,29	8,01	8,40***	1,2; 1,3*

Nota: \* =  $p < 0,05$ , \*\* =  $p < 0,01$ , \*\*\* =  $p < 0,001$ \*\*\*.

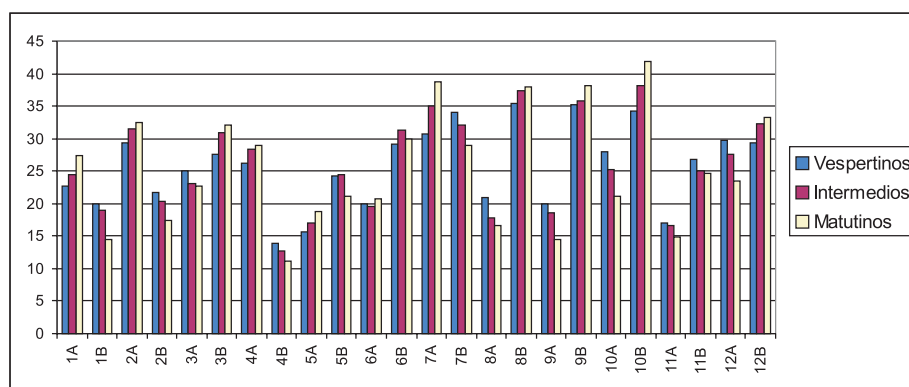


Figura 1. Perfiles de personalidad de vespertinos, intermedios y matutinos brasileños.

En la Tabla 3 se presenta el perfil de personalidad de los sujetos vespertinos, según lo obtenido en la Figura 1. Como se puede observar, al realizar el análisis de varianza (MANOVA) se han añadido 3 variables de personalidad más a las que aparecían en el análisis de correlaciones presentado en la Tabla 1. Es decir, en el análisis de correlaciones aparecía la vespertinidad asociada con las escalas Preservación, Adecuación, Innovación, Retraimiento, Indecisión, Discrepancia y Descontento, mientras que en la MANOVA aparece además en Individualidad, Introversión y Sumisión.

Como se puede constatar en la descripción de las escalas, los vespertinos se caracterizan por presentar características menos adaptadas de personalidad, es decir, puntúan más en los polos B de las escalas que componen las Áreas de Metas Motivacionales y Modos Cognitivos y más en los polos A de las escalas del Área de Comportamientos Interpersonales del cuestionario que, según Millon (1994) son aquellas escalas menos adaptativas para el sujeto. La explicación del significado de las escalas de personalidad en las que puntúa más alto el vespertino se pueden consultar en la Tabla 3.

TABLA 3  
Perfil de personalidad de vespertinos

Área/Escala	Descripción
<i>Metas Motivacionales</i>	
Preservación	Concentración en los problemas de la vida, agravándolos. Consideran su pasado desafortunado y piensan que irá a peor.
Adecuación	No intentan dirigir sus vidas. Se acomodan a las circunstancias creadas por otros. No tienen iniciativa.
Individualidad	Orientados a sus propias necesidades, sin preocuparse de los demás. Independientes y egocéntricos.
<i>Modos Cognitivos</i>	
Introversión	Utilizan sus propios pensamientos y sentimientos como recurso. Su fuente de inspiración son ellos mismos.
Innovación	Creativos, asumen riesgos. Disconformes con lo predecible. Buscan consecuencias imprevistas.
<i>Comportamientos Interpersonales</i>	
Retraimiento	Falta de emotividad e indiferencia social. Silenciosos, pasivos y renuentes a participar.
Indecisión	Tímidos y nerviosos en situaciones sociales. Desean ser aceptados, pero temen el rechazo. Sensibles y emotivos. Propensos a aislarse.
Discrepancia	Actúan de modo independiente y no conformista. No acatan normas tradicionales.
Sumisión	Habitados al sufrimiento. Sumisos ante los demás.
Descontento	Pasivo-agresivos y malhumorados. Estados de ánimo y conductas variables.



En la Tabla 4 se presenta el perfil de personalidad de los matutinos que se extrae de la Figura 1. Al igual que ocurría en el caso de los vespertinos, en el análisis de correlaciones de la Tabla 1 se observa que los matutinos correlacionan con sólo 3 variables, y en el análisis de la varianza se añaden 6 variables de personalidad. En el primer caso, matutinidad correlacionaba con Expansión, Sistematización y Conformismo. Cuando se realiza el MANOVA, además de aparecer las tres variables anteriores, se añaden

Modificación, Protección, Extraversión, Sensación, Decisión y Aquiescencia. El significado de estas escalas se puede consultar en la Tabla 4.

Estos sujetos, al contrario que los vespertinos, son personas que parecen adaptarse mejor a su entorno, pueden incluso ser considerados sujetos deseables socialmente, es decir, puntúan más alto en las escalas A del cuestionario, lo que según Millon (1994) significa que tienen un perfil de personalidad más adaptativo.

TABLA 4  
*Perfil de personalidad de matutinos*

Área/Escala	Descripción
<i>Metas Motivacionales</i>	
Expansión	Optimistas en cuanto al futuro. Les resulta fácil pasarlo bien y aceptan los altibajos de la existencia.
Modificación	El futuro depende de ellos, por lo que intentan cambiar su entorno para conseguir sus deseos.
Protección	Motivados a satisfacer primero a los demás.
<i>Modos Cognitivos</i>	
Extraversión	Recurren a los demás para buscar estimulación, mantener alta su autoestima y para que les conforten.
Sensación	Derivan sus conocimientos de lo concreto. Lo práctico y lo «real», lo literal y lo fáctico son lo que las hace sentir cómodas y las inspira confianza.
Sistematización	Organizados. Transforman información nueva adecuándola a lo conocido. Perfeccionistas y eficientes.
<i>Comportamientos Interpersonales</i>	
Decisión	Creer ser talentosos y competentes. Ambiciosos, egocéntricos y seguros de sí mismos.
Conformismo	Honrados, con autodominio. Respetan la autoridad. Cooperativos. No espontáneos.
Aquiescencia	Simpáticos socialmente, establecen vínculos afectivos y leales muy fuertes. Ocultan sus sentimientos negativos.

Por último en la Tabla 5 se presentan las variables de personalidad que diferencian a los sujetos intermedios respecto a los dos grupos extremos (vespertinos y matutinos) según lo que se ha señalado en la Figura 1 y en la Tabla 2. Los sujetos intermedios no se diferencian tanto como los extremos (matutinos y vespertinos), excepto

en dos variables del bloque de los modos cognitivos. En el análisis de correlaciones no teníamos la oportunidad de valorar a este grupo de sujetos, por las características del análisis, por lo que los resultados son únicamente del MANOVA.

TABLA 5  
*Perfil de personalidad de intermedios*

Área/Escala	Descripción
<i>Modos Cognitivos</i>	
Intuición	Prefieren a lo simbólico y desconocido. Buscan lo abstracto y lo especulativo.
Sentimiento	Forman sus juicios respecto a sus propias reacciones afectivas y guiándose por sus valores personales.

## DISCUSIÓN

En los análisis realizados, respecto a las relaciones encontradas entre las variables, encontramos que la **matutinidad** está asociada a las escalas Expansión, Sistematización y Conformismo y la **vespertina** con las escalas Preservación, Innovación, Indecisión, Discrepancia y Descontento.

En el análisis de los perfiles de personalidad, considerando los tres grupos de sujetos, los matutinos se diferencian en las variables Expansión, Sistematización y Conformismo (que ya habían sido encontradas en el análisis correlacional) y también en las escalas Modificación, Protección, Extraversión, Sensación, Decisión y Aquiescencia.

Es decir, los **matutinos** de nuestro estudio, en lo que se refiere a sus metas motivacionales, se caracterizan por ser optimistas en cuanto al futuro, les resulta fácil pasarlo bien y aceptar los altibajos de la existencia, creen que el futuro depende de ellos, por lo que intentan cambiar su entorno para conseguir sus deseos y están motivados a satisfacer primero a los demás.

A la hora de obtener información del entorno, recurren a los demás para buscar estimulación, mantener alta su autoestima y para que les conforten. Derivan sus conocimientos de lo concreto, confiando en la experiencia directa y en lo observable. En cuanto al modo de procesar la información recibida, son organizados, transformando información nueva a lo conocido, además de ser perfeccionistas y eficientes.

Respecto a los modos de relacionarse con los demás, creen ser talentosos y competentes. Son ambiciosos, egocéntricos y seguros de sí mismos. Además presentan autodominio, respetan la autoridad, son cooperativos, simpáticos socialmente y establecen vínculos afectivos muy fuertes.

Basándonos en este perfil, podemos decir que los matutinos son personas que parecen

adaptarse mejor a su entorno, pueden incluso ser considerados sujetos deseables socialmente: es decir, su perfil de personalidad es más adaptativo según los planteamientos del propio Millon. Esto puede explicar por qué no se adaptan a los turnos rotativos (Díaz-Ramiro, 1999, 2000), puesto que son más estables en cuanto a sus variables de personalidad, ya que las características de Sistematización que aparecen en el cuestionario apuntan en esta dirección.

Respecto a sus perfiles, los **vesperinos** de este estudio tienen puntuaciones más altas en Preservación, Innovación, Indecisión y Discrepancia (que ya habían sido identificadas en el análisis correlacional) y también en las escalas Adecuación, Individualidad, Introversión, Re-  
traimiento y Sumisión.

Los vespertinos, respecto a sus metas motivacionales, se concentran en los problemas de la vida, agravándolos. No intentan dirigir sus vidas, acomodándose a las circunstancias creadas por otros. Sin embargo están orientados a sus propias necesidades, sin preocuparse de los demás.

En cuanto a las fuentes empleadas para adquirir conocimientos, utilizan sus propios pensamientos y sentimientos como recurso. Su fuente de inspiración son ellos mismos. Respecto al modo de transformar la información, son creativos, asumen riesgos, están disconformes con lo predecible y buscan consecuencias imprevistas.

En lo que se refiere a sus comportamientos interpersonales, demuestran una falta de emotividad e indiferencia social. Son tímidos y nerviosos en situaciones sociales y propensos a aislarse. Están habituados al sufrimiento y son sumisos ante los demás. Actúan de modo independiente y no conformista, son pasivo-agresivos y malhumorados. Sus estados de ánimo y conducta son variables.

Este perfil de personalidad es menos deseable socialmente, o menos adaptativo, según el

modelo de Millon. Es decir, las respuestas que dan los sujetos vespertinos en personalidad son las menos deseables según el modelo. Estos resultados guardan relación con los encontrados por Mecacci y Rochetti (1998); en su estudio los vespertinos mostraron índices más altos y más intensos de desórdenes psicológicos y psicosomáticos, conductas pro-estresantes, además de presentar más dificultades para ajustarse a las demandas ambientales y sociales. Otro estudio realizado por Kasof (2001) también encuentra conductas desadaptativas en los vespertinos, en este caso conductas bulímicas. Por tanto se comprobaría que los sujetos vespertinos tienen peores índices de salud y perfiles de personalidad más desadaptativos que los matutinos.

Por último, los sujetos **intermedios** brasileños apenas se diferencian de los matutinos y vespertinos en dos variables de personalidad de los Modos Cognitivos: Intuición y Sentimiento. A la hora de aprehender la información prefieren lo simbólico y desconocido, buscan lo abstracto y lo especulativo y en el momento de transformarla o procesarla forman sus juicios respecto a sus propias reacciones afectivas, guiándose por sus valores personales.

Estos resultados añaden más detalles a los perfiles encontrados en estudios previos realizados con otras poblaciones. En población española (Díaz-Morales & Aparicio García, 2003) la matutinidad se asocia con Sistematización y la vespertinidad con Innovación. En población argentina (Sánchez-López & Díaz-Morales, 2000) los matutinos puntúan alto en Sistematización y Pensamiento (no se presentan datos de los vespertinos). Y en nuestro estudio, se comprueba la relación entre matutinidad y sistematización y vespertinidad e innovación, aunque también se presentan otras características de estos cronotipos que no aparecían en otras poblaciones. Por tanto, se sigue comprobando la tendencia de los matutinos a procesar la información de forma organizada, transformando la información nueva y adecuándola a lo conocido y de los vespertinos a la creatividad y la innovación.

Un aspecto a destacar acerca de nuestros datos, es que no confirman los resultados encontrados utilizando el modelo de personalidad de Eysenck (Eysenck & Eysenck, 1985) y el cuestionario MEQ de Horne y Ostberg (1979), en los que la matutinidad se relaciona con introversión y la vespertinidad con extraversión y sociabilidad (Adan, 1992; Testu, 1992; Larsen, 1985). Con sujetos brasileños lo que encontramos es que la vespertinidad se asocia con Introversión y Retraimiento y la matutinidad con Extraversión. Como ya hemos comentado anteriormente, otros estudios realizados tampoco corroboran este resultado y en otros trabajos la relación encontrada ha sido débil (Neubauer, 1992; Sánchez-López & Díaz Morales, 2000; Díaz Morales & Aparicio, 2003).

Es conveniente hacer un comentario sobre las escalas de Introversión-Extraversión por la relevancia que se les ha dado en otros estudios analizados, como acabamos de ver. En primer lugar, la concepción de Millon sobre estas escalas las incluye como estilos de aprehender la información (fuentes externas o internas), en la línea de la concepción clásica de Jung, más alejada de la definición de Eysenck. Por esto, cuando analizamos las relaciones entre matutinidad-vespertinidad y extraversión-introversión, a través del modelo de Millon, encontramos una relación inversa; es decir, los matutinos son extravertidos y los vespertinos introvertidos. Además, cuando analizamos las correlaciones con el par de variables Retraimiento-Sociabilidad, que en cuanto a concepto corresponden a las escalas Introversión-Extraversión del modelo de Eysenck, la relación vuelve a ser inversa, es decir los vespertinos son retraídos y los matutinos sociables (aunque en población brasileña esta última relación no aparece).

En segundo lugar, el que aparezcan unas relaciones contrarias a la bibliografía entre esta variable extraversión-introversión y matutinidad-vespertinidad en nuestro estudio puede ser explicada porque los datos provenientes de la bibliografía publicada son dispares y no conclu-

yentes. Según el estudio que analicemos encontraremos relaciones entre estas variables o no, en parte dependiendo del modelo de personalidad utilizado. Y ni siquiera usando el mismo modelo de personalidad se obtienen los mismos resultados, por lo que probablemente habrá que seguir investigando con un número mayor de sujetos y más diverso, ya que en muchos estudios se trabaja únicamente con universitarios.

Pese a lo anterior, hemos constatado en diferentes trabajos (Sánchez-López & Díaz Morales, 2000; Díaz Morales & Aparicio, 2003), que la utilización del modelo de personalidad de Millon nos permite analizar las posibles relaciones entre personalidad y matutinidad-vespertinidad, de forma más detallada que si utilizamos grandes bloques de variables de personalidad, como introversión-extraversión en el sentido clásico,

lo que nos ha permitido llegar a estas conclusiones.

Para finalizar, hay que dejar claro que este estudio no agota el tema y presenta limitaciones, principalmente en lo que se refiere a la limitación de rango, teniendo en cuenta que en este estudio la población universitaria que ha participado, corresponde a una universidad ubicada en el sur, en uno de los 23 estados brasileños. A pesar de tratarse de un grupo grande (804 sujetos) no podemos afirmar que se trata de una muestra representativa de la población estudiada. Se hace necesario replicar el estudio empleando población universitaria así como adulta de otros estados de Brasil y de otros países / culturas para verificar si se confirman los resultados encontrados en este estudio.

#### REFERENCIAS

- Adan, A. (1992). The influence of age, work schedule and personality on morningness dimension. *International Journal of Psychophysiology*, 12, 95-99.
- Adan, A. (1995). La cronopsicología, su estado actual: una revisión. *Revista Latinoamericana de Psicología*, 27, 391-428.
- Adan, A. (1997). Diferencias individuales en las variaciones diurnas fisiológicas y comportamentales. *Revista Latinoamericana de Psicología*, 29, 81-114.
- Adan, A. & Almirall, H. (1990). Estandarización de una escala reducida de matutinidad en población española: diferencias individuales. *Psicothema*, 2 (2), 137-149.
- Adan, A. & Almirall, H. (1991). Horne y Ostberg Morningness-Eveningness Questionnaire: a reduced scale. *Personality and Individual Differences*, 12 (3), 241-253.
- Alzani, V & Natale, A. (1998). Uno strumento per la valutazione delle differenze nei ritmi circadiani: una versione italiana della Composite Scale of morningness. *Testing Psicometría Metodología*, 5, 19-31.
- Aparicio-García, M. E. (2000). Estilos diferenciales de personalidad según cultura y/o nación. En M. P. Sánchez-López & M. M. Casullo. (Eds.). *Estilos de personalidad: una perspectiva iberoamericana*. Madrid: Miño y Dávila.
- Aparicio-García, M. E. (2001). *Evaluación de la personalidad mediante el modelo de Theodore Millon en el ámbito laboral*. Tesis Doctoral no publicada. Madrid: Universidad Complutense de Madrid.
- Aparicio, M. & Sánchez-López, M.P. (1998). Medida de la personalidad a través del Inventario Millon de Estilos de Personalidad en España y México. *Revista Mexicana de Psicología*, 15, 103-117.
- Bonilla-Campos, A. & Castro-Solano, A. (2000). Estilos diferenciales de personalidad según sexo en población española y argentina. En M. P. Sánchez-López & M. M. Casullo (Eds.). *Estilos de personalidad: una perspectiva iberoamericana*. Madrid: Miño y Dávila.
- Caci, H., Nadalet, L., Staccini, P., Myquel, M., & Boyer, P. (1999). Psychometric properties of the French version of the Composite Scale of Morningness in adults. *European Psychiatry*, 14, 284-290.
- Castro-Solano, A. & Casullo, M. M. (2000). Los estilos de personalidad en el ámbito laboral. En M. P. Sánchez-López & M. M. Casullo (Eds.). *Estilos de personalidad: una perspectiva iberoamericana*. Madrid: Miño y Dávila.

- Castro-Solano, A. & Díaz-Morales, J. F. (2000). Estilos de personalidad, objetivos de vida y satisfacción vital. En M. P. Sánchez-López & M. M. Casullo (Eds.). *Estilos de personalidad: una perspectiva iberoamericana*. Madrid: Miño y Dávila.
- Díaz-Morales, J. F. & Aparicio, M. E. (2003). Relaciones entre matutinidad-vespertinidad y estilos de personalidad. *Anales de Psicología, 19*, 247-256.
- Díaz-Morales, J. F. & Castro-Solano, A. (2000). Estilos diferenciales de personalidad según edad en población española y argentina. En M. P. Sánchez-López & M. M. Casullo (Eds.). *Estilos de personalidad: una perspectiva iberoamericana*. Madrid: Miño y Dávila.
- Díaz-Morales, J. F., Sánchez López, M.P. & Thorne, C. (2005). La escala de preferencias y la escala compuesta de matutinidad en universitarios peruanos. *Revista Interamericana de Psicología, 39* (2).
- Díaz-Morales, J.F. & Sánchez-López, M.P. (2005). Propiedades psicométricas de la escala de preferencias y la escala compuesta de matutinidad. *Psicothema, 17*.
- Díaz-Morales, J.F. & Sánchez-López, M.P. (2004). Scales of morningness in adult and university samples. *The Spanish Journal of Psychology, 7* (2), 93-100.
- Díaz-Ramiro, E. (1999). Temporalidad y psicología del trabajo. En M. P. Sánchez-López. *Temporalidad, cronopsicología y diferencias individuales*. Madrid: Editorial Ramón Areces.
- Díaz-Ramiro, E. (2000). *Estudio de los aspectos psicológicos determinantes de la adaptación al trabajo nocturno*. Tesis Doctoral no publicada. Madrid: Universidad Complutense de Madrid.
- Dresch, V., Sánchez-López, M. P. & Aparicio-García, M. E. (2004). Do morning-types have a more adapted to their environment than evening-types? 28<sup>th</sup> International Congress of Psychology. Beijing.
- Dresch, V., Sánchez-López, M. P. & Aparicio-García, M. E. (2005). El Inventario de Estilos de Personalidad de Millon (MIPS) en Brasil. *Revista Iberoamericana de Diagnóstico y Evaluación Psicológica*.
- Eysenck, H. J. & Eysenck, M. W. (1985). *Personalidad y diferencias individuales*. Madrid: Pirámide.
- Furnham, A. (1990). Can people accurately estimate their own personality tests scores? *European Journal of Personality, 4*, 319-327.
- Horne, J. A. & Ostberg, O. (1976). A self-assessment questionnaire to determine morningness-eveningness in human circadian rhythms. *International Journal of Chronobiology, 4*, 97-110.
- Kasof, J. (2001). Eveningness and bulimic behavior. *Personality and Individual Differences, 31*, 361-369.
- Larsen, R. J. (1985). Individual differences in circadian activity rhythm and personality. *Personality and Individual Differences, 6*, 305-311.
- Meccaci, L. & Rochetti, G. (1998). Morning and evening types: stress-related personality aspects. *Personality and Individual Differences, 25*, 537-542.
- Millon, T. (1990). *Toward a new personality: an evolutionary model*. Nueva York: Wiley.
- Millon, T. (1994). *Millon Index of Personality Styles, Manual*. San Antonio: The Psychological Corporation.
- Millon, T. (2004). *Millon Index of Personality Styles, Manual Revised*. Minneapolis: Pearson.
- Millon, T. & Davis, R. D. (1996). *Disorders of personality: DSM-IV and beyond*. New York: Wiley Interscience. (Millon, T.; Davis, R.D., 1998). *Trastornos de la personalidad: más allá del DSM-IV*. Barcelona: Masson.
- Natale, V. & Alzani, A. (2001). Additional validity evidence for the composite scale of morningness. *Personality and Individual Differences, 30*, 293-301.
- Neubauer, A. C. (1992). Psychometric comparison of two circadian rhythm questionnaires and their relationship with personality. *Personality and Individual Differences, 13*, 125-131.
- Patrón-Hernández, R., Fernández-Ros, E. & Corbalán-Berná, J. F. (2000). Inventario de Estilos de Personalidad de Millon en mujeres víctimas de malos tratos. En M. P. Sánchez-López & M. M. Casullo, *Estilos de personalidad: una perspectiva iberoamericana*. Madrid: Milo y Dávila.
- Pornpitakpan, C. (1998). Psychometric properties of the Composite Scale of Morningness. A shortened version. *Personality and Individual Differences, 25*, 699-709.
- Ruiz-Rodríguez, J. & Fusté-Escolano, A. (2000). El MIPS como medida de estilos de cognición y su relación con la hemisfericidad. En M. P. Sánchez-López & M. M. Casullo, *Estilos de personalidad: una perspectiva iberoamericana*. Madrid: Milo y Dávila.
- Sánchez-López, M.P. & Aparicio, M.E. (1998). Inventario Millon de estilos de Personalidad: su fiabilidad y validez en España y Argentina. *Revista Iberoamericana de Diagnóstico y Evaluación Psicológica, 4*, 87-110.
- Sánchez-López, M.P. & Díaz-Morales, J.F. (2000). Tipología circadiana y estilos de personalidad en universitarias argentinas. *Psicodebate, 1*, 35-44.



- Smith, C., Reilly, C. & Midkiff, K. (1989). Evaluation of three circadian rhythm questionnaires with suggestions for an improved measure of morningness. *Journal of Applied Psychology*, 74, 728-738.
- Tankova, I., Adan, A. & Buela-Casal, G. (1994). Circadian typology and individual differences. A review. *Personality and Individual Differences*, 16, 671-684.
- Testu, F. (1992). *Cronopsicología y ritmos escolares*. Barcelona: Masson.
- Violani, C., Lucidi, F. & Devoto, A. (2001). Caratteristiche di soggetti capaci di estenderé il proprio sono per oltre 11 ore. *Giornale Italiano di Psicologia*, 28, 93-106.
- Wilson, G. D. (1990). Personality time of day and visual perception: preferences and selective attention. *Personality and Individual Differences*, 9, 345-352.

**Recepción:** febrero de 2004

**Aceptación final:** julio de 2005