

Estudio de la composición corporal de los participantes en el campeonato de España de Marathon 1986

****Dr. José Antonio Villegas García, **Dra. Ma Teresa Martínez Rocamora, *Dr. Diego Martí Hita, *Dr. Salvador Monreal Sánchez**

**** Médicos Titulares del Centro Regional de Control y Evaluación del Deportista.**

*** Médicos colaboradores del C.R.E.D.**

RESUMEN

Con motivo de la celebración en Lorca (Murcia) del campeonato de España de Marathón, hemos realizado un estudio de la composición corporal en veinte corredores con una mejor marca, en esa distancia, por debajo de 2 horas 30 minutos.

Palabras clave

Marathon. Composición Corporal.

SUMMARY

On the occasion of the celebration in Lorca (Murcia) of the Spanish Marathon Championship 1986, we have done an investigation about the corporal composition of 20 long distance runners who got a time under 2 hours and 30 minutes in this race.

Key word

Marathon. Corporal Composition.

RESUM

Amb motiu de la celebració a Lorca (Murcia) del Campionat d'Espanya de Marathon 1986, hem realitzat un estudi de la composició corporal en 20 corredors amb una millor marca, en aquesta distància, per sota de 2 hores 30 minuts.

Paraules clau

Marathon. Composició corporal.

Material y método

El material empleado en la toma de datos es el homologado internacionalmente¹, y consistente en:

- Una balanza AGI-IMSA (precisión 100 gr.)
- Un estadímetro AGI-IMSA (precisión 1 mm.)
- Un paquímetro Holtain (precisión 1 mm.)
- Un plicómetro Holtain (precisión 0,1 mm.)

- Una cinta métrica metálica inextensible (precisión 1 mm.)

El método empleado es el expuesto por Ross, W & Hebbelinck, M & Fanlkner, R.²

Los datos fueron tomados durante la entrega de dorsales el día previo a la carrera.

El proceso de datos se realizó en un ordenador Apple II, basado en la táctica de Drinkwater.³ El programa elaborado por el ordenador fue cedido por el Dr. Galiano (Centro de Medicina Deportiva



del passatge Permanyer. Barcelona. Dtor: Dr. Estruch).

Los resultados estadísticos descriptivos fueron también realizados por ordenador, según el programa de J. Steinmetz.

La enorme diferencia entre los métodos de obtención de la composición corporal y el somatotipo, cuyos resultados plantean desviaciones importantes según el sistema empleado (densitometría, pliegues cutáneos, impedancia, tomografía etc.), nos ha llevado a la elaboración por nosotros mismos de dichos somatotipos aprovechando las reuniones de deportistas de nivel nacional.

Nuestro planteamiento, por tanto, ha sido disminuir al máximo los errores de método, al ser el mismo sujeto, el que ha tomado las medidas de los deportistas de referencia, y el que tomará las de los deportistas que pasan su revisión y control por el C.R.E.D.

En este primer trabajo que comunicamos, hemos

	COMPOSICION CORPORAL			ENDO	SOMATOTIPO		X	COORDENADAS	
	P. GRASO	P. MUSCULAR	P. OSEO		MESO	ECTO			Y
F.Z.M.	9'05	49'6	17'2	1'3	4'8	3'1	1'8	5'1	
A.B.B.	9'3	48'4	18'1	1'7	4'4	2'9	1'2	4'2	
J.G.L.	9'3	48'3	18'2	1'5	3'8	3'4	1'8	2'7	
J.M.G.	10'4	49'6	15'8	2'1	4'0	2'4	0'4	3'5	
J.C.R.	10'3	49'3	16'2	2'2	3'7	3'1	0'9	2'2	
L.A.A.	10'5	48'3	17'0	2'2	3'5	3'3	1'1	1'5	
R.H.S.	11'0	48'3	16'6	2'3	4'8	2'4	0'1	4'9	
S.P.C.	9'1	50'6	16'2	1'5	4'7	1'8	0'3	6'1	
V.A.P.	8'8	47'2	19'9	1'2	3'0	4'7	3'5	0'0	
A.P.A.	9'5	48'6	17'7	1'6	4'2	2'4	0'8	4'4	
A.G.C.	10'4	48'6	16'9	2'2	5'3	1'7	- 0'4	6'6	
D.C.N.	9'9	49'5	16'5	2'0	3'7	3'0	1'0	2'4	
I.G.A.	9'9	49'2	16'8	1'9	3'8	3'1	1'2	2'8	
M.R.R.	11'4	46'8	17'6	2'8	2'1	4'4	1'6	-2'9	
E.G.D.	9'9	47'3	18'6	1'9	3'3	3'7	1'7	1'0	
J.T.Z.	11'5	48'0	16'3	2'7	4'4	2'0	-0'7	4'1	
M.M.L.	10'4	48'1	17'3	2'5	3'4	2'1	0'4	2'3	
P.B.P.	13'7	45'6	16'5	3'5	4'4	2'4	-1'1	2'8	
M.C.B.	10'2	48'2	17'4	2'0	4'2	2'7	0'7	3'6	
J.M.A.	9'1	48'9	17'9	1'4	3'6	3'0	1'5	2'7	

FIGURA 1A
Nombre de la variable: PORCENTAJE GRASO
Media: 10.192
Varianza: 1.28843773
Desviación Standard: 1.13509371
Error Standard: 0.253814686

FIGURA 1B
Nombre de la variable: PORCENTAJE MUSCULAR
Media: 48.4415
Varianza: 1.26104475
Desviación Standard: 1.12296249
Error Standard: 0.251102071

FIGURA 1C
Nombre de la variable: PORCENTAJE OSEO
Media: 17.2525
Varianza: 0.974146341
Desviación Standard: 0.986988521
Error Standard: 0.22069731

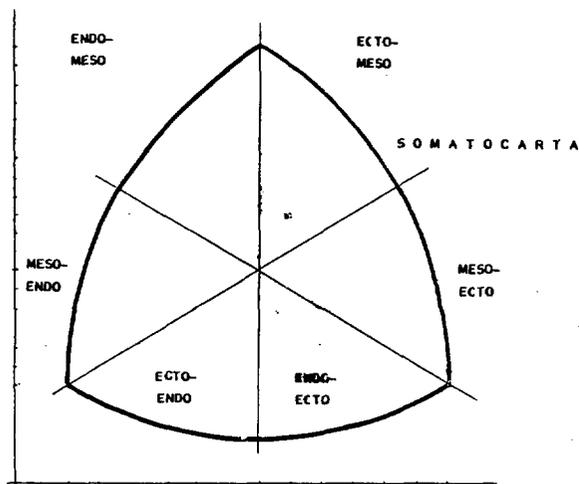


FIGURA 2
Somatotipo ecto-mesaforme (2'9-3'9-2'0) correspondiente a los 20 mejores corredores del campeonato de España de Marathon 1986 celebrado en Lorca (Murcia).

obtenido la composición corporal, y el somatotipo de los veinte maratonianos con mejor marca, que se presentaron al campeonato nacional de marathon celebrado en Lorca, en Abril del 86, todos ellos por debajo de 2h. 30 minutos.

Los datos son suficientemente explicativos en sí mismos sobre la diferencia entre los que existen en la literatura y los que hemos obtenido aplicando el método antes citado que es el que empleamos rutinariamente en nuestro Centro.

Así, frente a los porcentajes de grasa del 6,3-7,5% que aparecen en la literatura, la media de los obtenidos por nosotros, es de 10,19% (figura 1) y frente al somatotipo, publicado por Carter (): meso-ectomorfo (1,4-4,3-3,5) nosotros hemos obtenido: (2,9 - 3,9 - 2,0) ecto-mesomorfo (figura 2).

Pensamos que es muy conveniente conocer los datos de nuestros deportistas de nivel nacional y emplear métodos de trabajo unificados, de modo que los valores de referencia sean lo más cercanos posible a la realidad racial y social de nuestro País.

Bibliografía

Obtenida a partir del servicio de búsqueda bibliográfica del C.R.E.D., a disposición de los interesados en la dirección:

Centro Regional de Control y Evaluación del Deportista.

(Servicio de búsqueda bibliográfica).

**C/ Nicolás de las Peñas s/n
30.008 Murcia.**