

Resumen #814

Somatotipo y composición corporal de porteadores y guías del monte Aconcagua, Argentina

¹Torres Mejias J, ²Rivarola E, ³Lopez, Espinoza M, ⁴Loyola, Gonzalez J, ⁵Vargas, Victoria R, ⁶Luna R, ⁷Díaz, Bustos E

¹Lab. Met. Energético e Isótopos Estables INTA Universidad de Chile. - Escuela de Nutrición y Dietética, Facultad de Salud, Universidad Santo Tomas Chile.; ²Escuela de Nutrición. FCM. UNC.- Lab. Met. Energético e Isótopos Estables INTA Universidad de Chile. - Escuela de Nutrición y Dietética, Facultad de Salud, Universidad Santo Tomas, Chile.; ³Departamento de Ciencias de la Rehabilitación, Universidad del Bío-Bío, Chile; ⁴Fotografía de Montaña, Rancagua Chile; ⁵Facultad de Ciencias de la Educación, Universidad Católica del Maule, Chile.; ⁶Escuela de Nutrición y Dietética, Facultad de Salud, Universidad Santo Tomas Chile.; ⁷Centro de Investigación en Metabolismo, Ejercicio y Salud (CIEMETS), Departamento de Educación Física, Universidad de la Frontera, Región de la Araucanía, Chile.

Persona que presenta:

Rivarola E, evangelinarivarola11@gmail.com

Área:

Básica

Resumen:

El montañismo es una disciplina de alto rendimiento tanto físico como mental. Hoy en día, un gran número de personas practican este deporte, sin conocer algunas características básicas, tales como la alimentación y las condiciones de capacidad física y composición corporal necesarias para lograr una eficaz ejecución de esta actividad. Objetivo: Describir el somatotipo y composición corporal de porteadores y guías del monte aconcagua.

La presente investigación es un estudio de casos del tipo descriptivo, el que fue aprobado por el comité de ética de la Universidad Católica del Maule Chile. Mediante mediciones antropométricas, basadas en la metodología de la "Society for the Advancement of Kinanthropometry" (ISAK), consistente en la medición corporal a través de elementos cineantropométricos para el cálculo de la composición corporal en deportistas; se realizaron mediciones en 21 sujetos (15 hombres y 6 mujeres), en el Campo Base "Plaza de Mulas" a 4.300 msnm, determinando talla, longitudes, circunferencias, perímetros y pliegues cutáneos. Los datos fueron tabulados y analizados según las fórmulas de Deborah Kerr, para estratificar la composición corporal de los sujetos. Para fines de comparación, los somatotipos fueron clasificados en categorías de acuerdo con los parámetros descritos por Carter & Heath en el año 2002. El somatotipo también fue expuesto en un gráfico (somatocarta), desarrollado por Carter & Heath (1990).

Los sujetos presentaron un somatotipo del tipo mayoritariamente mesomórfico para los hombres y meso-endomórfico para las mujeres, junto con una composición corporal y estado nutricional preferentemente normal.

Esta investigación determinó el somatotipo y composición corporal de montañistas de alto nivel, quienes son porteadores y guías del Monte Aconcagua, quienes poseen una composición corporal predominantemente musculo-esquelética y un estado nutricional normal, logrando de esta manera subir sin problemas a la cumbre del Monte Aconcagua. De esta manera, estos resultados sirven para orientar a personas que realizan las mismas prácticas deportivas o pretenden alcanzar alturas y latitudes similares.

Palabras Clave:

somatotipo, composición corporal, montañismo

Somatotype and body composition of porters and guides from mountain Aconcagua, Argentina

¹Torres Mejias J, ²Rivarola E, ³Lopez, Espinoza M, ⁴Loyola, Gonzalez J, ⁵Vargas, Victoria R, ⁶Luna R, ⁷Díaz, Bustos E

¹Lab. Met. Energético e Isótopos Estables INTA Universidad de Chile. - Escuela de Nutrición y Dietética, Facultad de Salud, Universidad Santo Tomas Chile.; ²Escuela de Nutricion. FCM. UNC.- Lab. Met. Energético e Isótopos Estables INTA Universidad de Chile. - Escuela de Nutrición y Dietética, Facultad de Salud, Universidad Santo Tomas, Chile.; ³Departamento de Ciencias de la Rehabilitación, Universidad del Bío-Bío, Chile.; ⁴Fotografía de Montaña, Rancagua Chile; ⁵Facultad de Ciencias de la Educación, Universidad Católica del Maule, Chile.; ⁶Escuela de Nutrición y Dietética, Facultad de Salud, Universidad Santo Tomas Chile.; ⁷Centro de Investigación en Metabolismo, Ejercicio y Salud (CIEMETS), Departamento de Educación Física, Universidad de la Frontera, Región de la Araucanía, Chile.

Persona que presenta:

Rivarola E, evangelinarivarola11@gmail.com

Abstract:

Mountaineering is a discipline of high physical and mental performance. Today, many people practice this sport without knowing some basic needs such as the type of food, fitness status and the body composition necessary for this type of activity. Objective: To assess body composition somatotype in porters and guides from the Aconcagua mountain.

The present research is a descriptive case study, approved by the Ethics Committee of the Catholic University of the Maule, Chile. Anthropometric measurements, based on the methodology of "Society for the Advancement of Kinanthropometry "(ISAK), consisting of body measurement through cineanthropometric elements for the calculation of body composition in athletes; measurements were done in 21 subjects (15 men and 6 women) at Base Camp "Plaza de Mulas", situated at 4,300 meters above sea level. We determined height, weight, lengths, circumferences, perimeters, and skin folds. Data were tabulated and analyzed according to the formulas of Deborah Kerr, to stratify the body composition of the subjects. For purposes of comparison, the somatotypes were classified in categories according to the parameters described by Carter & Heath in 2002. Somatotype was also exposed in a graph (somatochart), developed by Carter & Heath (1990).

Most of the subjects presented a somatotype corresponding to the mesomorphic type for the men and meso-endomorphic for the women, together with a body composition and preferably normal nutritional status.

This research determined the somatotype and body composition in mountaineers, porters and guides of Mount Aconcagua. They have a predominantly muscular-skeletal body composition and normal nutritional status, which allows them to climb up to the top of the Aconcagua mountain. These results serve as a guide for people doing the same sportive practices or intending to reach similar altitudes.

Keywords:

-Key words: Somatotypes, Body Composition, nutrition.