

DIFERENCIAS ANTROPOMÉTRICAS ENTRE ADOLESCENTES PRACTICANTES Y NO PRACTICANTES DE EJERCICIO FÍSICO.



C.GARCIA, S.ESCOLAR, N.MÉNDEZ, P.MARTINEZ* Y M.P.PARRAS*

IES San Isidoro. C/ Juan García s/n. 30310 Cartagena. pilar.parras@iessanisidoro.es

INTRODUCCIÓN

El objetivo de este trabajo de investigación es averiguar si existen diferencias significativas en las medidas corporales de adolescentes practicantes y no practicantes de ejercicio físico. Nuestra hipótesis es que un adolescente practicante de un deporte concreto tiene más desarrollado un músculo que ese mismo músculo en un practicante de otro deporte o directamente de un no practicante. Hemos medido el peso y la talla y hemos calculado el índice de masa corporal (IMC); hemos medido el contorno del bíceps, el cuádriceps, los gemelos, el pectoral y la diferencia de anchura entre pectoral y cintura, también hemos medido la diferencia en la masa del tejido adiposo de los practicantes y los no practicantes. Hemos tomado como muestra a adolescentes que tengan la edad comprendida entre los 15 y los 16 años, pues en esa edad es cuando están más activos a la hora de hablar de deporte.

RESULTADOS Y DISCUSIÓN

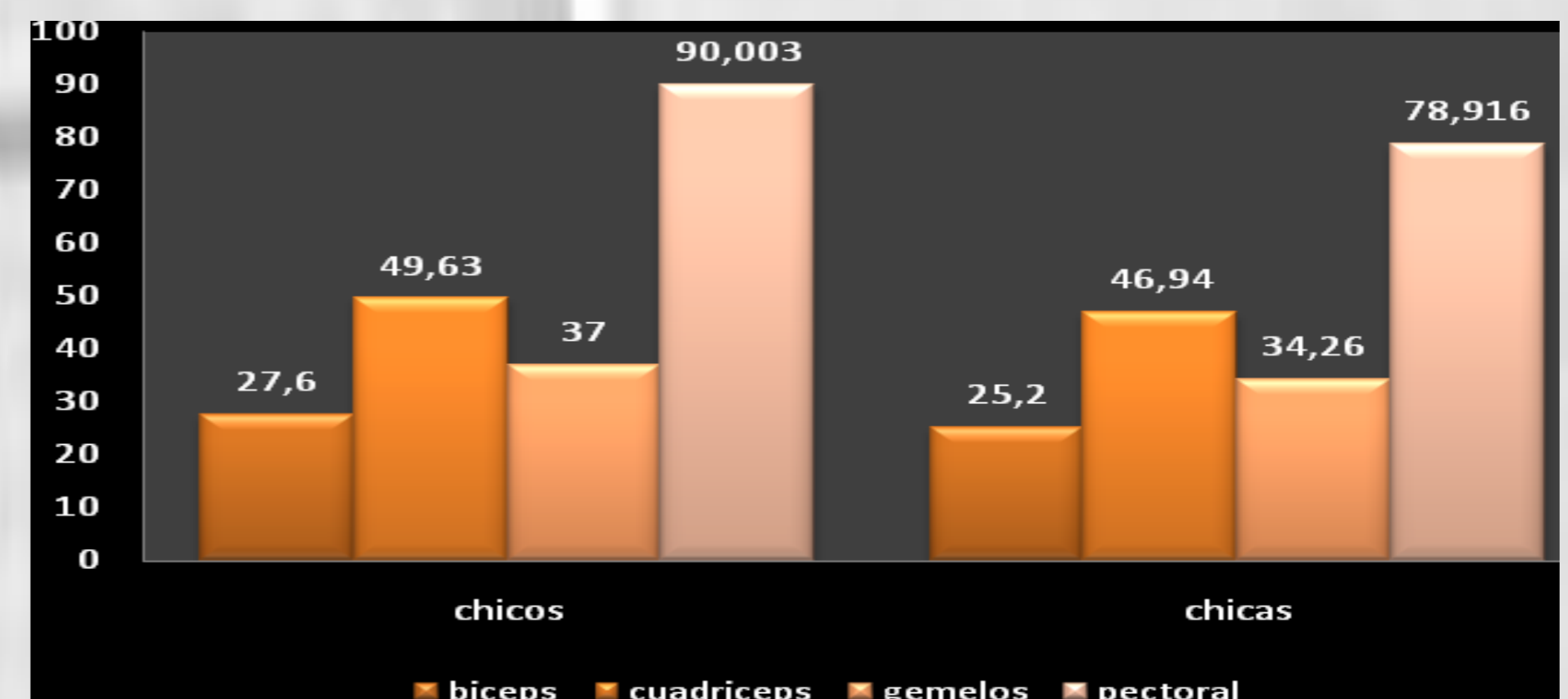


Figura 1: Contorno del bíceps, cuádriceps, gemelos y pectoral

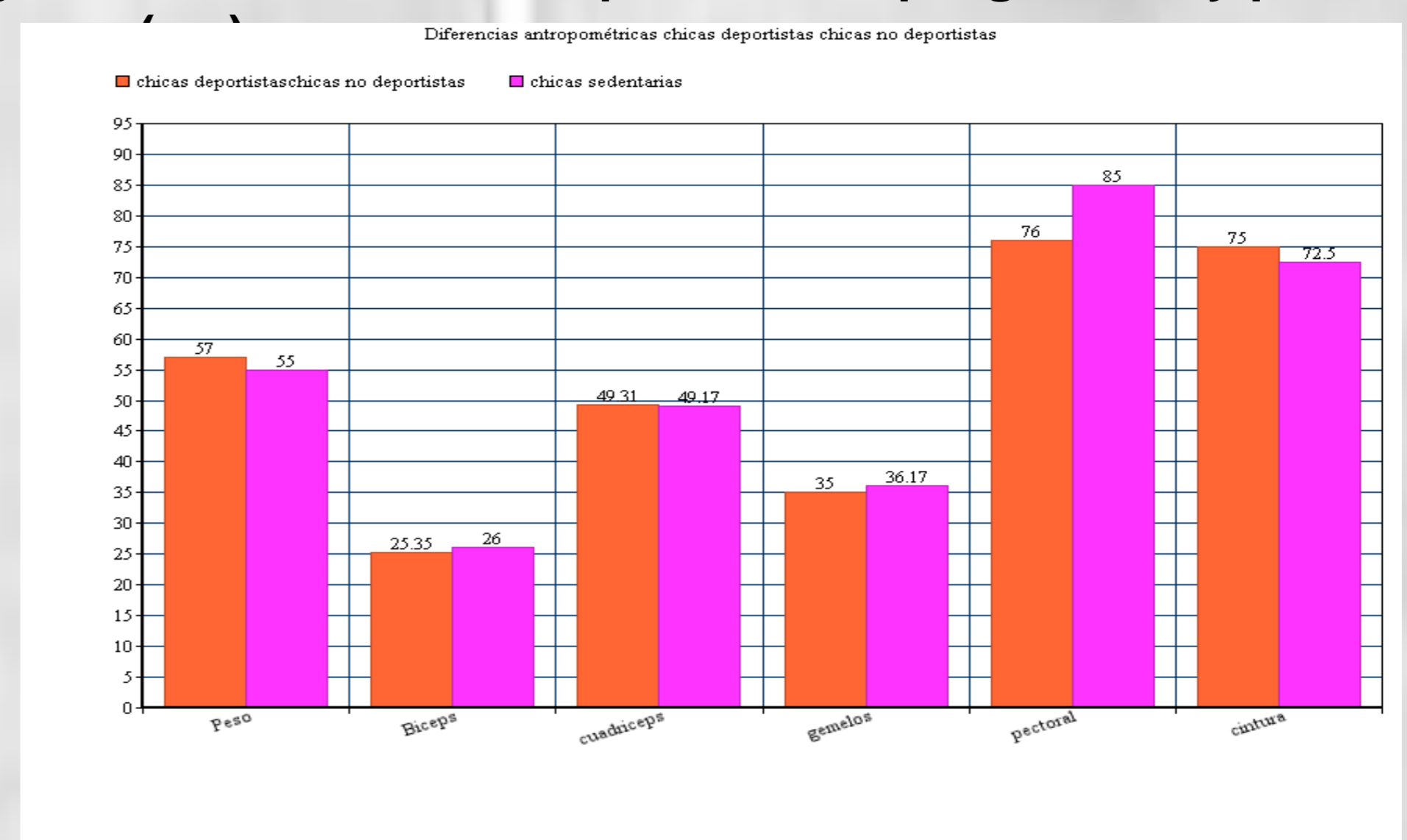


Figura 2. Diferencias antropométricas entre chicas deportistas y no deportistas

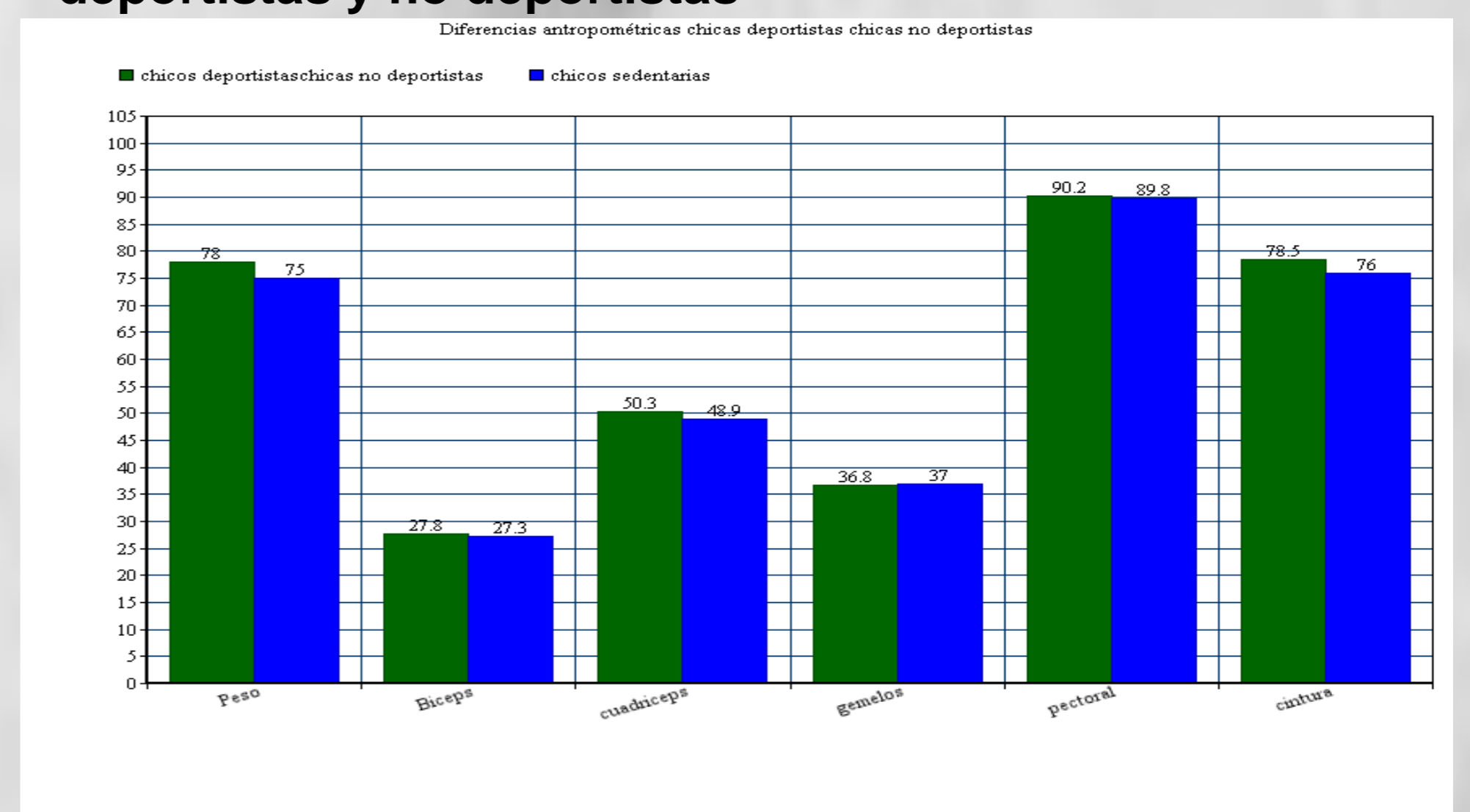


Figura 3. Diferencias antropométricas entre chicos deportistas y no deportistas

MATERIALES Y MÉTODO

- Báscula.
- Metro.
- Cinta métrica de costurera.



- Microsoft Excel
- Documento Word
- Aula XXI
- Power point

- Medir la altura,
- Medir el peso.
- Medir los contornos musculares.
- Calcular el IMC.

También, hemos visto que las medidas antropométricas entre los chicos y las chicas son diferentes, sobre todo en el contorno del pectoral, debido a que los chicos tienen la espalda más desarrollada que las chicas. Las diferencias antropométricas entre las chicas deportistas y no deportistas son apenas perceptibles, solo se ve que tienen los contornos un poco más desarrollados, menos en el contorno del pectoral que lo tienen menor debido a que no acumulan grasa en esa zona

CONCLUSIONES

- Hemos comprobado que los alumnos que están cursando la etapa de la ESO realizan más deporte que los de Bachillerato y a la misma vez son una gran variedad de deportes tanto ciclismo o footing como x-boxing. Hemos podido observar una diferencia considerable entre la altura (tanto chicas como chicos) pero esta diferencia no esta influencia por el deporte sino por la constitución de cada alumno. Hay una diferencia de unos 2-3 cm en bíceps, cuádriceps y pectoral de los alumnos, sin embargo en el peso hay una diferencia de más de 10 kilos lo que lleva a la conclusión de la que las mujeres son más sedentarias.

Agradecimientos:

* Profesores coordinadores