



UNIVERSIDAD DE LA INTEGRACIÓN DE LAS AMÉRICAS
FACULTAD DE SALUD

ESPECIALIZACIÓN EN NUTRICIÓN DEPORTIVA Y
ENTRENAMIENTO

RELACIÓN ENTRE LA COMPOSICIÓN CORPORAL Y LA
TITULARIDAD DE LOS JUGADORES EN EL EQUIPO DE
FÚTBOL, CATEGORÍA SUB 18 DEL CLUB NACIONAL DE
ASUNCIÓN PARAGUAY, AÑO 2013

Adriana Alicia Roca Castillo
Leticia Del Carmen Vázquez Jiménez

Asunción, Paraguay

2013

Relación entre la...

RESUMEN

La composición corporal se utiliza con gran frecuencia en poblaciones de atletas, específicamente de futbolistas, ya que permite de manera inmediata tener una visión global del biotipo del futbolista sobre el cual se puede actuar modificándolo fácilmente por medio de varias estrategias como una adecuada preparación física y un adecuado seguimiento nutricional, sirviendo como recurso diagnóstico y de seguimiento. En este trabajo se estudiaron 26 jugadores de fútbol juvenil, de la categoría Sub 18, que desarrollan su actividad física en el Club Nacional de la ciudad de Asunción Paraguay, obteniéndose el consentimiento informado previo del entrenador de acuerdo a los estándares internacionales. La composición corporal se realizó mediante la segmentación del cuerpo humano en dos componentes. El análisis estadístico se realizó utilizando la comparación de medias y el análisis de varianza de una vía, mediante el test t student y ANOVA con nivel de significancia ($p < 0,05$). La edad media de los jugadores estudiados es de 18,2 años, el peso medio es de 69,86 kilos. Los jugadores tienen en promedio 175,04 cm de estatura y 22,78 Kg/m² de IMC., el porcentaje de grasa medio es de 15,34(2,3)%, el porcentaje muscular medio es de 57,27(3,0)%, y presentan un somatotipo promedio mesomorfo balanceado.

Palabras clave: Composición Corporal, Somatotipo, Fútbol, Titulares, Suplentes.