

EVALUACIÓN DE LA COMPOSICIÓN CORPORAL SEGÚN POSICIÓN DE JUEGO DE LAS JUGADORAS DE FÚTBOL FEMENINO MAYORES DE 18 AÑOS DE MONTEVIDEO WANDERERS FÚTBOL CLUB

Ana Belén Schanzenbach, Giuliana Ferreira, Joaquín Alvarez, Natalia Terra, Valentina Peraza
Tutora. Prof. Adj Viviana Santin ¹. Cotutora Asistente: Sofia Petingi ².

^{1,2}. Departamento de Nutrición Básica Escuela de nutrición, Universidad de la República, Montevideo, Uruguay.
Email: Vsantin@nutricion.edu.uy



INTRODUCCIÓN

El fútbol es el deporte de equipo más popular del mundo. El creciente desarrollo que ha experimentado la práctica de fútbol femenino, ha ido posicionando poco a poco a las mujeres en este deporte. Si bien se dispone de una extensa cantidad de información sobre nutrición para futbolistas masculinos, es más difícil acceder a datos para mujeres futbolistas. Para garantizar su salud y rendimiento óptimo, es crucial estudiar su composición corporal. En el ámbito del fútbol y la nutrición deportiva, este análisis se centra en monitorear la masa adiposa y muscular, factores modificables mediante entrenamiento y alimentación.

La composición corporal influye directamente en el rendimiento deportivo, destacando la importancia de gestionar estos aspectos para maximizar el potencial de las jugadoras.

OBJETIVO GENERAL

Evaluar la composición corporal y somatotipo según posición de juego de las jugadoras de fútbol mayores de 18 años del club Montevideo Wanderers F.C en julio del año 2023.

OBJETIVOS ESPECIFICOS

Analizar la composición corporal de las jugadoras según posición de juego. Comparar la composición corporal de las jugadoras en función de su posición de juego. Identificar la distribución de los somatotipos de las jugadoras según posición de juego.

METODOLOGÍA

Estudio de tipo descriptivo transversal y observacional.

La población de estudio son todas las futbolistas mayores de edad de Wanderers FC.

Se realizaron mediciones corporales durante el torneo clausura del Campeonato Nacional de Fútbol Femenino. La muestra queda conformada por 18 jugadoras. Se utilizaron 21 medidas básicas (8 pliegues, 6 perímetros y 3 diámetros), siguiendo el protocolo del perfil restringido de la ISAK.

Para el cálculo de la composición corporal se utilizó el modelo anatómico de cuatro componentes de Ross y Drinkwater.

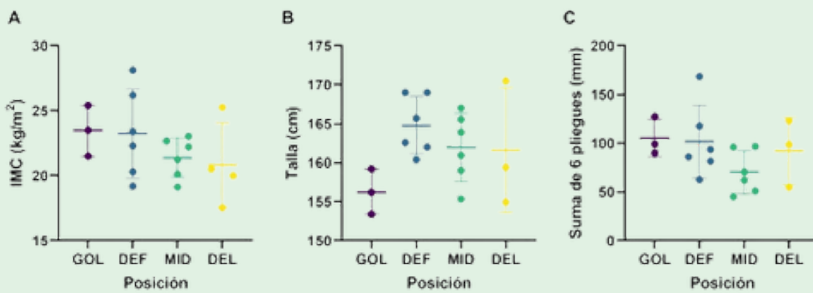
Para masa muscular se utilizó la fórmula de Lee et al.

Masa adiposa se calculó la fórmula de Kerr

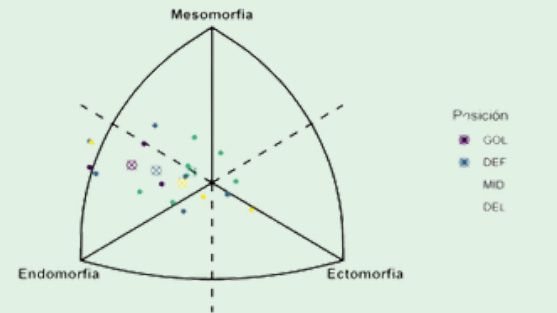
Masa ósea se obtuvo a partir de la fórmula de Rocha

El resto de los componentes se tomó como masa residual.

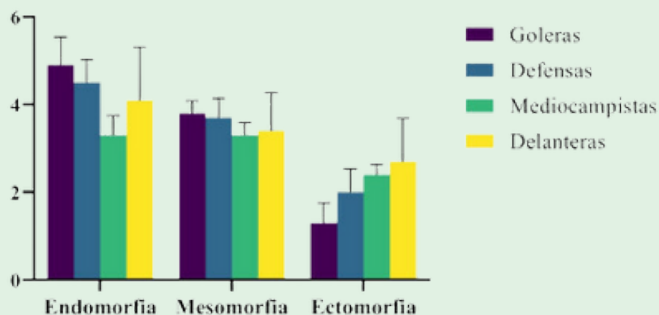
RESULTADOS



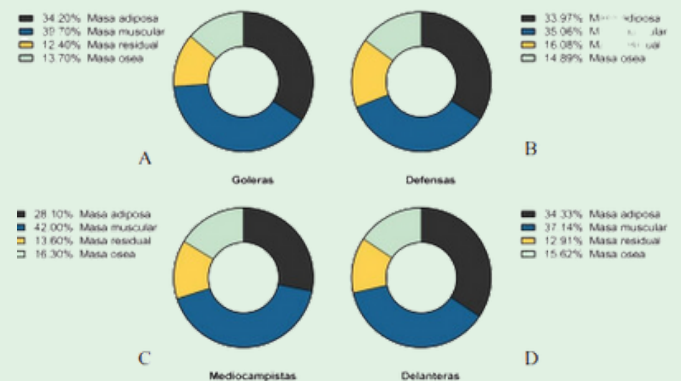
Representación de IMC (Kg/m²), Talla (cm) y suma de 6 pliegues (mm) de las jugadoras en función a la posición ocupada en la cancha



Somatocarta de las jugadoras según su posición de juego.



Componentes del somatotipo en función de la posición de juego



Distribución porcentual de cuatro componentes por posición de juego

CONCLUSIONES

Los resultados obtenidos mostraron que no existen diferencias estadísticamente significativas en composición corporal y somatotipo entre las distintas posiciones de juego. Estos hallazgos sugieren ciertas similitudes en términos de características antropométricas en todas las jugadoras; aún así se destacan algunas diferencias que se pueden vincular con su rol en la cancha.