



CURSO DE ACREDITACIÓN Y REACREDITACIÓN INTERNACIONAL

EN CINEANTROPOMETRÍA, Presencial

Por la International Society for the Advancement of Kinanthropometry:
NIVEL 1 Nº: 2102.01.mdca

Madrid

4, 5, 11,12 y 13 Febrero de 2021



Organiza

Escuela de Medicina de la Educación Física y el Deporte
Facultad de Medicina - Universidad Complutense de Madrid

En colaboración con la Sociedad Internacional para la Antropometría Aplicada al Deporte y La Salud
(SIAnADS)



Justificación:

En los planes de estudios de Grado en Nutrición Humana y Dietética no se contempla de forma específica el conocimiento sobre el morfotipo humano mediante la toma de mediciones comparativas del cuerpo en sus diferentes partes y sus proporciones; así como la adhesión a un protocolo de reglas de medición determinado por los organismos normativos nacionales e internacionales en las que se obtienen el peso, talla, pliegues cutáneos, diámetros, longitudes y perímetros, para la estimación de la composición corporal su somatotipo y su proporcionalidad, tan importante en la práctica clínica diaria como en la expansión de nuestros datos en forma de publicaciones de índole nacional e internacional donde es exigido. Por ello nos planteamos la realización de este curso de acreditación internacional en cineantropometría basado en los consensos internacionales de la International Society for the Advancement of Kinanthropometry (ISAK) o Sociedad Internacional para el Avance de la Cineantropometría (ISAK) según la normativa de 2019

La importancia de este curso reside en el aprendizaje de la técnica antropométrica y la valoración de la composición corporal (masa grasa, muscular, ósea y residual), de importancia para el profesional dietista-nutricionista, en la valoración nutricional de los individuos y su evolución, así como en el profesional de la Actividad física y el Deporte (entrenadores y preparadores físicos) y las Ciencias de la Salud, como son entre otros los médicos y enfermeros.

Objetivos:

1. Aprendizaje y perfeccionamiento de la técnica de medición antropométrica y realización de mediciones exactas, válidas, confiables y objetivas.
2. Aprendizaje correcto de la técnica antropométrica según el perfil completo, para evitar el error técnico de medida exigido ya en las publicaciones científicas de alto índice de impacto, aumentando la precisión en la toma de las mismas, su validez y la confiabilidad.
3. Capacitar al alumno para el desarrollo de una investigación y valoración en esta área científica colaborando en la integración con otros profesionales de las ciencias de la salud y el deporte.
4. Formar y certificar a nivel internacional al antropometristas en un nivel básico completo.

Acreditación:

El Nivel 1 está diseñado para la mayoría de antropometristas acreditados por ISAK que necesitan pocos requisitos más allá de la medida de la altura, del peso y de los pliegues. También se han incluido en este nivel un pequeño número de perímetros y dos diámetros para permitir la monitorización de variables de salud y el crecimiento, y el cálculo del somatotipo, los cuales ISAK ve como indicadores útiles para la comparación de tamaño, la forma y la



composición corporal. Por lo tanto, una persona que completará con éxito el Nivel 1 podría demostrar la precisión adecuada en 2 medidas básicas, 5 perímetros, 8 pliegues y 2 diámetros, y tendría un conocimiento básico de la teoría de las aplicaciones antropométricas

La certificación será emitida después de:

1. Superar con éxito la participación en un curso de antropometría (de Nivel 1) que incluya los componentes teóricos y prácticos como se especifica en el diseño curricular del Nivel 1.

2. Realizar con éxito la marcación, el manejo de equipos y la medición del perfil restringido frente a un antropometrista Nivel 3 o Nivel 4.

3. Superar un examen práctico (80% mínimo), en presencia de un antropometrista de Nivel 3 (Instructor) o de Nivel 4 (Criterio). El examen consistirá en la medición de al menos 10 medidas del perfil restringido en un mínimo de 3 modelos. Las 10 medidas del examen, deben incluir: una medida básica, 5 pliegues, 3 perímetros y un diámetro. Para conseguir la puntuación para una variable, el porcentaje del ETM intra-evaluador en el examen práctico no debe ser mayor del 10% para los pliegues y no más del 2% para las demás medidas. Para que una variable pueda ser puntuada, el ETM inter-evaluador entre el antropometrista Nivel criterio y el técnico (cuando se utiliza el mismo equipo y remarcación) no debe superar el 12,5% para las medidas de los pliegues y no más del 2,5% para el resto de medidas

4. Completar con éxito tras la finalización del curso, las medidas del perfil restringido en 20 modelos, donde un modelo se marca y a continuación se toman las medidas por duplicado o por triplicado. Todas las variables del perfil restringido se van a medir en cada uno de los 20 sujetos. [Esto debe hacerse mediante la medición de toda la proforma una vez, y luego una segunda vez, y a continuación, una tercera vez si fuera necesario]. El cálculo del porcentaje del ETM intra-evaluador no debe exceder del 7,5% para cualquiera de los pliegues o del 1,5% para cualquiera de las otras medidas. El candidato debe certificar la autenticidad de la sesión o sesiones de medidas y la originalidad de los datos. La autenticidad y la adecuación de la/s sesión/sesiones de medida será determinada por el examinador.

Nota: los Nivel 1 tienen cuatro meses a partir de la fecha del examen práctico para presentar las 20 proformas en la hoja de cálculo electrónica del ETM.

El certificado caduca a los cuatro años y seis meses a partir de la fecha del examen práctico.



Re-acreditación del Nivel 1

La acreditación caduca tal y como se indica en el certificado ISAK. **Aquellos alumnos cuya acreditación anterior haya caducado más de dos años, no serán admitidos para el proceso de re-acreditación.** En el caso de no poder re-acreditarse, deberá realizar el curso de Nivel 1 completo. Esta norma será aplicada definitivamente a partir del 30 de julio de 2016. Para la re-acreditación, ISAK requiere la verificación de la técnica y la precisión en un examen práctico a tres modelos en presencia de un antropometrista Instructor de Nivel 3 o Nivel 4 (antropometrista Criterio). Se deben cumplir los objetivos de los índices de errores de medida ETM intra-evaluador (de 12,5% para cada uno de los pliegues y el 2,5% para cada una de las otras medidas). ISAK también requiere la finalización con éxito de las mediciones del perfil restringido en 20 modelos en un periodo de cuatro meses y la presentación de éstas en el formato requerido al antropometrista de Nivel 3 o Nivel 4 que coordinó y realizó el examen práctico de re-acreditación. La re-acreditación es válida por un período de cuatro años y cuatro meses a partir de la fecha del examen práctico.

Estructura curricular

Perfil restringido -Técnico

Duración total: 60 horas y un mínimo de tres días presenciales.

Aprendizaje tutelado por el profesor: 40 horas – 6 horas de teoría, 18 h de formación práctica dentro del curso y 16 h de prácticas una vez acabado el curso.

Aprendizaje individual: 20 horas.

Nivel 1 práctico: 18 horas en contacto con el formador y 16 horas aproximadamente tras el curso para que el candidato tome 20 perfiles restringidos.

Contenido

☑ **Marcación:** localización correcta de acromiale, radiale, acromiale-radiale-medio, punto del pliegue del tríceps, punto del pliegue del bíceps, subescapulare, punto del pliegue subescapular, iliocristale, punto del pliegue de la cresta ilíaca, iliospinale, punto del pliegue supraespinal, punto del pliegue abdominal, patellare, punto del pliegue del muslo anterior, perímetro máximo de la pierna y punto del pliegue de la pierna medial.

☑ **Manejo del equipo:** manejo correcto de la cinta métrica, segmómetro, plicómetro, paquímetro, báscula y estadiómetro o tallímetro.

☑ **Medición con supervisión:** medidas repetidas, en el orden correcto, de todos los items en el perfil restringido.

☑ **Examen práctico frente al Nivel 3 ó 4.**

☑ **Error técnico de medida:** uso de datos recopilados para calcular el ETM.



☑ **Medición de 20 modelos tras el curso:** para determinar el error técnico de medida (ETM) para cada medida en el perfil restringido.

Nivel 1 teórico. 6 horas de presenciales - 4 obligatorias y 2 opcionales.

Curso destinado a:

Estudiantes del Grado en Nutrición Humana y Dietética y dietistas-nutricionistas profesionales.

Estudiantes o profesionales del área de las Ciencias de la Salud, del Deporte y de la Actividad Física, entrenadores personales.

Profesorado:

- **María Dolores Cabañas Armesilla. Directora Responsable del curso.** Antropometrista Instructor ISAK nivel 3, Exmiembro del Comité Ejecutivo de la ISAK. Profesora de la Facultad de Medicina, Universidad Complutense de Madrid UCM). Codirectora y Responsable del Grupo de Investigación validado por la UCM, ref. 920325 "EPINUT" (Valoración de la Condición Nutricional en las Poblaciones humanas: Aplicaciones Clínicas, Epidemiológicas y de Promoción de la Salud). www.epinut.ucm.es. lolacaba@gmail.com
/lolacaba@ucm.es

Ayudante - Colaborador:

Francisco Miguel Tobal Nivel 2 ISAK PROF. de la Escuela de Medicina de la Educación Física y el Deporte. Facultad de Medicina. Universidad Complutense de Madrid

Lugar:

Escuela de Medicina de la Educación Física y el Deporte. Facultad de Medicina. Planta 4. Pabellón VI.
Sala A. Universidad Complutense de Madrid.
Plaza Ramón y Cajal s/n 28040 Madrid
Metro ciudad Universitaria -Línea 6

PRECIO total : 350€

Los alumnos que este curso académico 2020 -21 son alumnos de la UCM, tendrán un descuento de 25 € si adjuntan el impreso de matrícula DEL CURSO, escaneado.

Ingresar el importe por transferencia bancaria a la cuenta corriente de **ABANCA:**

ES66 2080 1131913040066769

El concepto que tiene que poner en la transferencia: **Curso Isak EMD FEBRERO 2021**

Cumplimentar la hoja de inscripción adjunta y mandarla por email junto al recibo de la transferencia bancaria junto al justificante de ser alumnos de la UCM



La Matrícula del Curso incluye:

La tasa de NZ\$ 80 del certificado de acreditación oficial de la ISAK y su membresía y acreditación por 4 años.

Material teórico del curso.

Software de aplicación para los 20 estudios post-curso (así como para trabajar después).

Manual ISAK Nivel 1 de técnica de mediciones (Edición color español 2019) y Tarifa de derecho de autor del Manual de ISAK a todos los niveles: 3 NZ\$

Kit de material antropométrico de la marca CESCORF Brasil para cada alumno, validado por la

ISAK para mediciones antropométricas: 1 cinta métrica metálica pequeña, 1 paquímetro, 1

plicómetro y 1 lápiz dermográfico (valorado en 100€).

Se cumplirán todas las normas higiénicas recomendadas por al iSAK y el gobierno español por la pandemia del SARS-02 Covid 19, para la impartición del curso presencial con mascarillas y hidrogel

Procedimiento de Inscripción:

1. Descargar y cumplimentar el formulario de inscripción
2. Enviar el formulario escaneado vía correo electrónico a
3. Una vez rellenado el formulario y entregado, se emitirá un recibo de pago el cual debe hacerse efectivo 24 horas posteriores a su emisión.
4. Con el pago efectuado se reserva la plaza.

IMPORTANTE: las mediciones se realizarán entre los alumnos, para ello deberán acudir al curso con:

ROPA ADECUADA PARA MEDICIONES: Pantalón corto de deporte, top deportivo o parte de arriba del bikini (no bañador), camiseta de tirantes o de manga corta, calcetines y chanclas de piscina.

PROGRAMA

Jueves 4 FEBRERO 2021	Contenido Teórico y Práctico
09,00-09,30h	Inauguración del Curso. Entrega de material antropométrico Presentación y estructura organizativa-evaluativa de los cursos de acreditación: • Teoría: Historia de la Cineantropometria, ISAK y estructura de la IAAS. Actualización
09,30-10,30h	Teoría: Equipo y calibración: aspectos básicos de la calibración del plicómetro, parquímetro, cinta métrica segmómetro, báscula y estadiómetro o tallímetro.
10,30-11,00h	<i>Descanso con cambio a ropa deportiva</i>



11,00- 11,30h	Práctica: • Anatomía básica: terminología, referencias anatómicas y puntos de medición para el Perfil Restringido (PR).
11,30- 14,00h	Práctica: Anatomía básica: terminología y localización de los puntos anatómicos para las medidas del Perfil restringido (PR). Medidas fundamentales y <i>complementarias*</i> . • Masa (peso), talla.
Viernes 5 Febrero 2021	<i>Comida (vuelta de la comida con ropa deportiva)</i>
16,00-17,00h	Teoría: Composición corporal: Revisión del Nivel 1. Adiposidad corporal total, modelos anatómicos y químicos. Otros métodos. Pliegues, ecuaciones de regresión, porcentaje de grasa corporal, algunos errores de estas ecuaciones; otros métodos.
17,00-18,00h	Práctica: Referencias anatómicas para el PR (1). Anatomía básica: terminología y localización de los puntos anatómicos para las medidas del PR.
18,00-18,30h	<i>Descanso café</i>
18,30-19,30h	Repaso de todas las medidas estudiadas cambiando las troikas
19,30-20,30h	Práctica: Referencias anatómicas para el PR (2). Medidas de diámetros óseos Perfil Restringido (PR).
Jueves 11 Febrero 2021	<i>Comida (vuelta de la comida con ropa deportiva)</i>
09,00-09,30h	Práctica: repaso de las medidas tomada cambiando las troikas de peso y estatura Medidas de diámetros óseos Perfil Restringido (PR).
09,30-10,30h	Práctica: Medidas de los perímetros brazo relajado y contraído, cintura mínima, abdominal, umbilical, cadera máxima, muslo frontal y pantorrilla máxima.
10,30-11,00h	<i>Descanso</i>
11,00- 11,30h	Práctica: Toma de los pliegues cutáneos tríceps , biceps y Subescapular
11,30- 14,00h	Teoría: Ética: el consentimiento informado, vestimenta para la medición, condiciones ambientales, medición de mujeres y niños, sensibilidades étnicas y culturales.
viernes 12 Febrero 2021	Contenido Teórico y Práctico
16,30-16,30h	Teoría: Estudio del Somatotipo: Definiciones, cálculos básicos, somatocartas, relación con el rendimiento deportivo
16,30-17,00h	Práctica del Perfil Restringido (1) • Los alumnos formarán equipos de 3 personas (“troikas”) y se alternarán actuando como evaluador, anotador y modelo. Repasando todas las medidas estudiadas



17,00-17,30h	Descanso
17,30-18,30h	Práctica del Perfil Restringido (1) • Los alumnos en “troikas diferentes y se alternarán actuando como evaluador, anotador y modelo. Tomaran de los pliegues cutáneos del tronco y miembro inferior
18,30-19,30h	Práctica del Perfil Restringido (1) • Los alumnos formarán equipos de 3 personas (“troikas”) diferentes y se alternarán actuando como evaluador, anotador y modelo y repasaran todo el perfil Restringido completo controlando el tiempo
19,30-20,00h	Aprendiendo a examinarse: práctica “real” • Los alumnos se alternarán actuando como evaluador, anotador y modelo para efectuar 10 medidas en un tiempo de 15’.
20,00-20,30h	Teoría: Antropometría y salud: relaciones entre la grasa corporal, su cantidad y distribución, el ejercicio y la salud, el uso de marcadores antropométricos del estado de salud y su riesgo.

Sábado 13 Febrero 2021	Contenido Teórico y Práctico
9,00-10,00h	Entrega de Certificados Foto del curso Examen teórico tipo Test de una sola respuesta correcta
10,00-10,30h	Explicación de la sistemática del examen práctico DE N1y de la plantilla de los 20 estudios Postcurso.
10,30-14,30h	Examen Práctico Nivel 1 con modelos externos, según la normativa ISAK 2019