

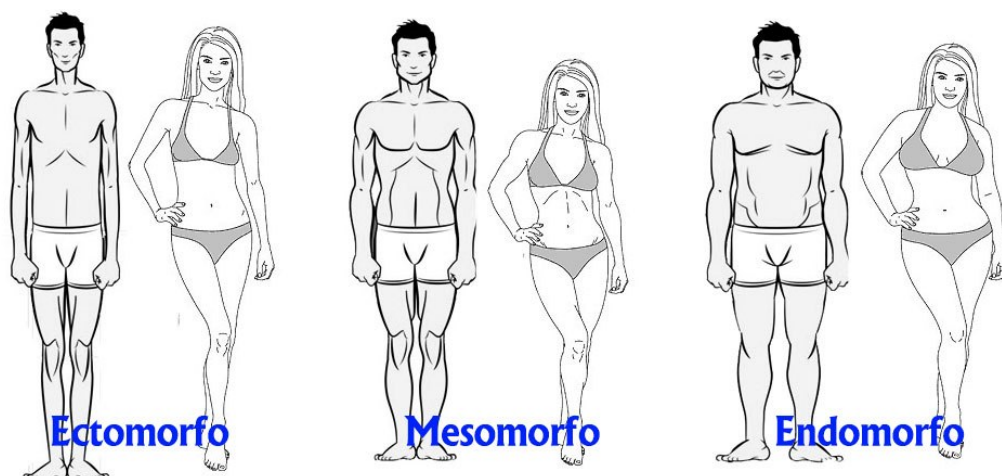
# Cineantropometría: Somatotipo

Dentro de todo el análisis humano aparece la biotipología o somatotipo como pilar indiscutido, ofreciendo a través del método de Heath-Carter la posibilidad de clasificar a los individuos por sus tres elementos esenciales, la *Endomorfia* o primer componente (tendencia a la obesidad), la *Mesomorfia* o segundo componente (tendencia al desarrollo músculo-esquelético relativo) y la *Ectomorfia* o tercer componente (tendencia a la linealidad relativa).

## *Definición, características y usos*

Dentro de todo el análisis humano aparece la biotipología o somatotipo como pilar indiscutido, ofreciendo a través del método de Heath-Carter la posibilidad de clasificar a los individuos por sus tres elementos esenciales, la *Endomorfia* o primer componente (tendencia a la obesidad), la *Mesomorfia* o segundo componente (tendencia al desarrollo músculo-esquelético relativo) y la *Ectomorfia* o tercer componente (tendencia a la linealidad relativa).

El Somatotipo o biotipo es un sistema para valorar la morfología del cuerpo que permite distinguir fácilmente la figura exterior del individuo[1].



Si además el estudio antropométrico se realiza en competidores de élite, éste provee datos valiosos sobre los requerimientos estructurales necesarios en las diferentes disciplinas, pues existen características somáticas que son selectivas en el mundo del deporte. Al respecto J. E. Lindsay Carter señala “...los atletas superiores de diferentes especialidades son de interés por la información que ellos proporcionan sobre el extremo del rendimiento en una población” [2].

Asimismo otros autores[3] señalan el concepto de prototipo morfológico relacionado al desempeño de los deportistas desde el punto de vista de las técnicas cineantropométricas, y establecen una figura ideal posible a través de la optimización de las variables corporales. Refuerza lo antedicho la afirmación de E. Jokl donde sugiere que la influencia del entrenamiento físico sobre el cuerpo es pequeño comparado con el rango en que la genética determina las variaciones, pero este u otros aspectos deben trabajarse para

lograr un acercamiento al biotipo ideal.

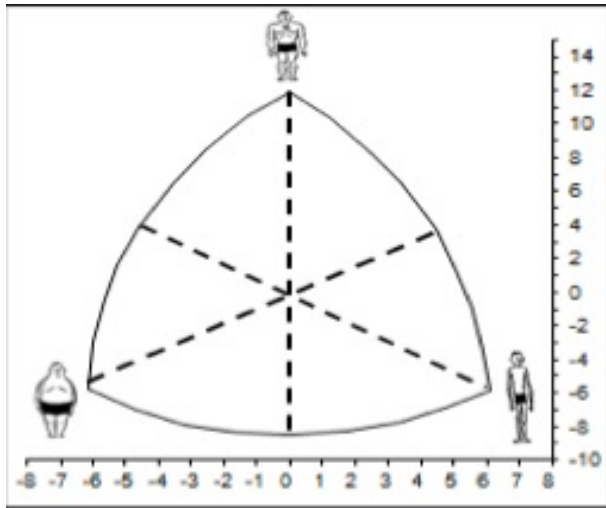


En un sentido, el prototipo morfológico es una estructura corporal que se adapta de la mejor manera ante las exigencias de un deporte. Es el soporte indispensable para la obtención de los mayores logros desde el punto de vista del rendimiento físico. En otro orden, Carter<sup>[4]</sup> asevera que el Somatotipo proporciona un resumen del físico que es más útil que las listas de medidas separadas o ecuaciones multivariantes y Hawes y Sovak agregan, “El Somatotipo de Heath-Carter es una excelente elección para describir y comparar prototipos morfológicos”.

Por consiguiente un gran desafío para los cineantropometristas y los estudiosos de las ciencias deportivas, es la comprensión de los rasgos somáticos que diferencien aspectos relevantes, para poder establecer la asociación entre una dimensión corporal y el mejor desempeño dinámico.

### *La Somatocarta*

Una persona posee los tres mismos componentes, pero en distintas proporciones relativas: el endomorfo (se relaciona con la tendencia a la obesidad), el mesomorfo (indica el predominio de la masa músculo – esquelética) y el ectomorfo (marca un predominio de formas lineales sobre las transversales). La somato carta es un triángulo muy utilizado para trabajar la representación gráfica bidimensional del valor numérico del somatotipo.



[1] Comité Olímpico Argentino. *Hera Argentina Olímpica*; 23(18). . 2003.

[2] Esparza Ros F. *Manual de cineantropometría*. Pamplona: Femedede. 1993

[3] Carter J. E. L. *The somatotypes of athletes. A review*. **Human Biology**; 42:535-569. 1970

[4] Carter J. E. L, Heath B. H. *Somatotyping development and applications*. Cambridge: Cambridge University Press. 1990.