

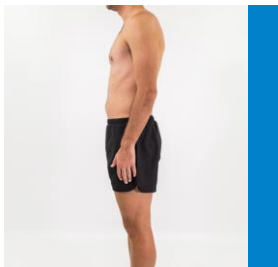
TÉCNICA GENERAL DE MEDICIÓN

Autores:
Francisco Esparza-Ros
Raquel Vaquero-Cristóbal

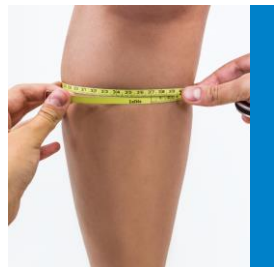




Medidas Incluidas



**Medidas
básicas**



Perímetros



**Pliegues
cutáneos**



Diámetros

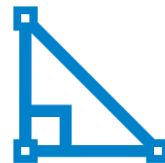
ORDEN DEL PROTOCOLO



**1. Temperatura
de la
habitación
adecuada**



**2. Deportista
descalzo y con
poca ropa**



**3. Calibrar el
instrumental**



**4. Marcar
previamente los
puntos anatómicos**

Medidas básicas



Manual ISAK, 2019

Masa Corporal



Manual ISAK, 2019

Talla

Manual ISAK, 2019

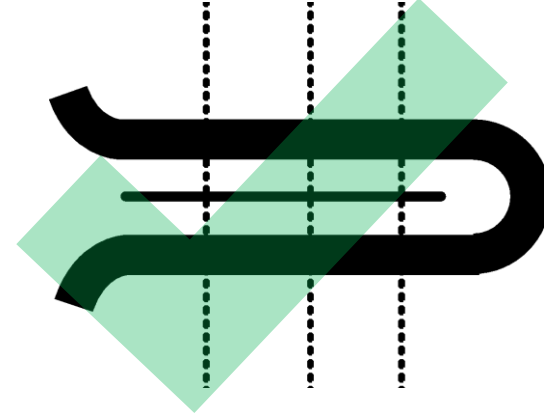
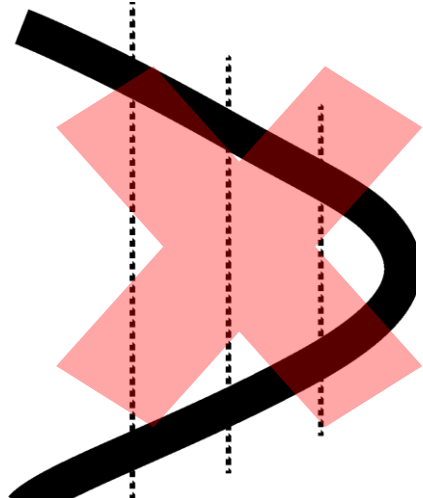
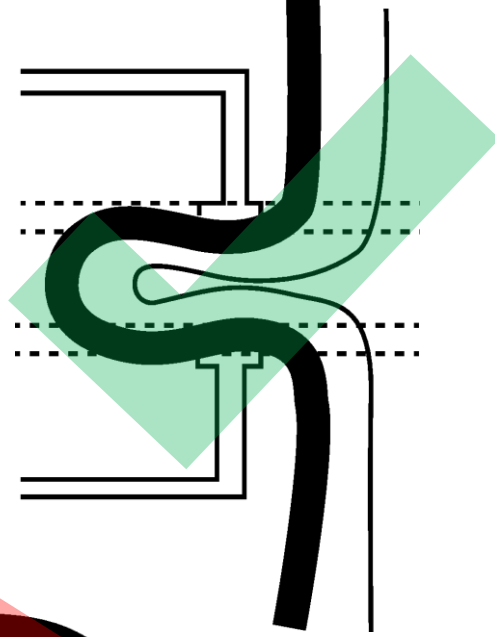
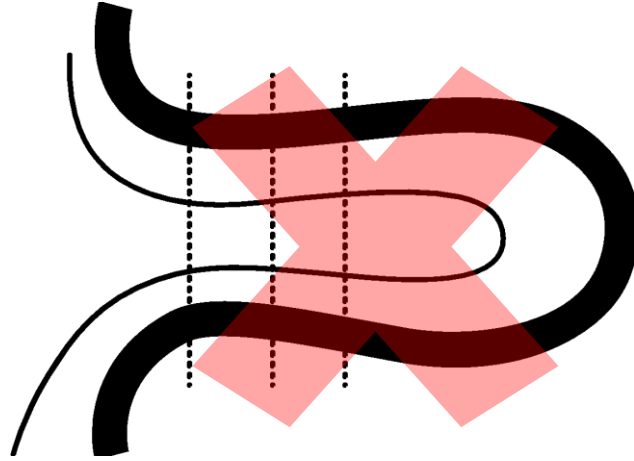


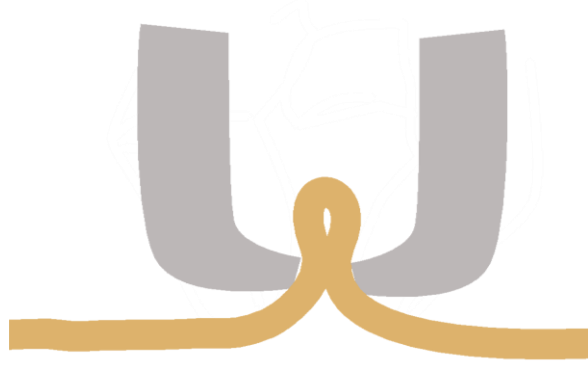
Pliegues cutáneos

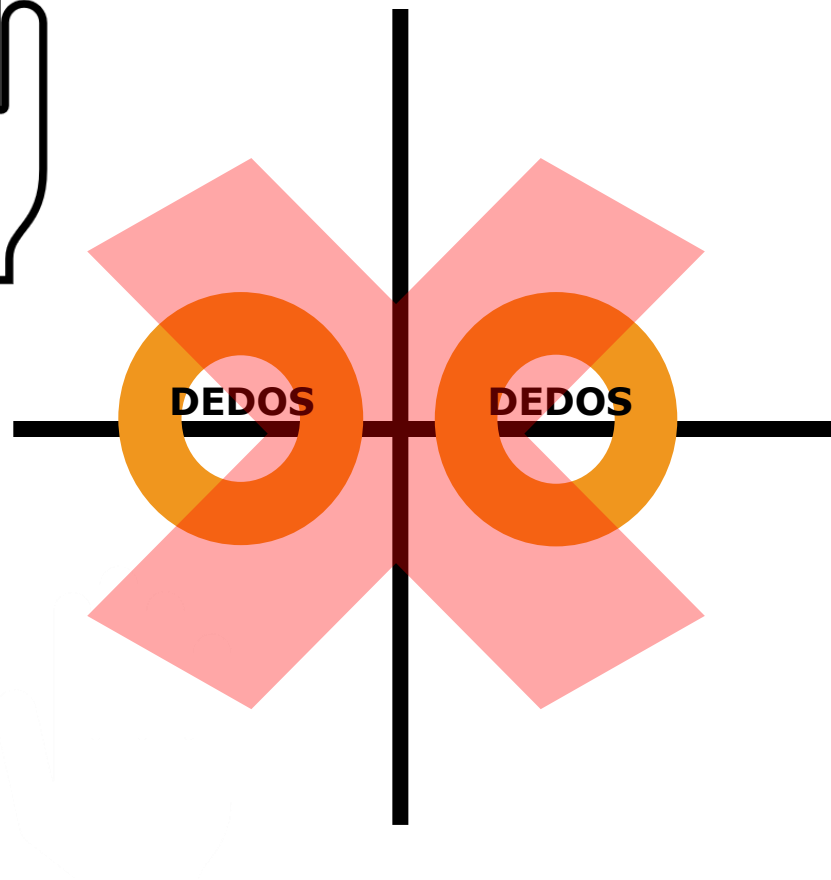
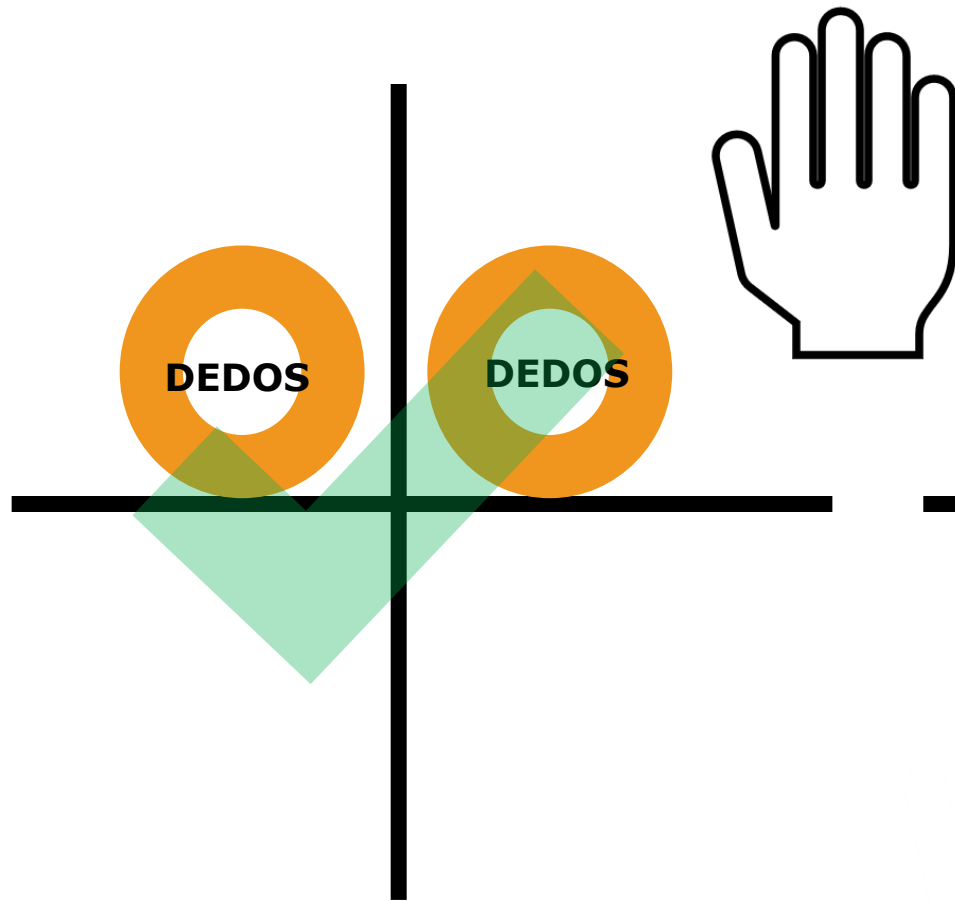


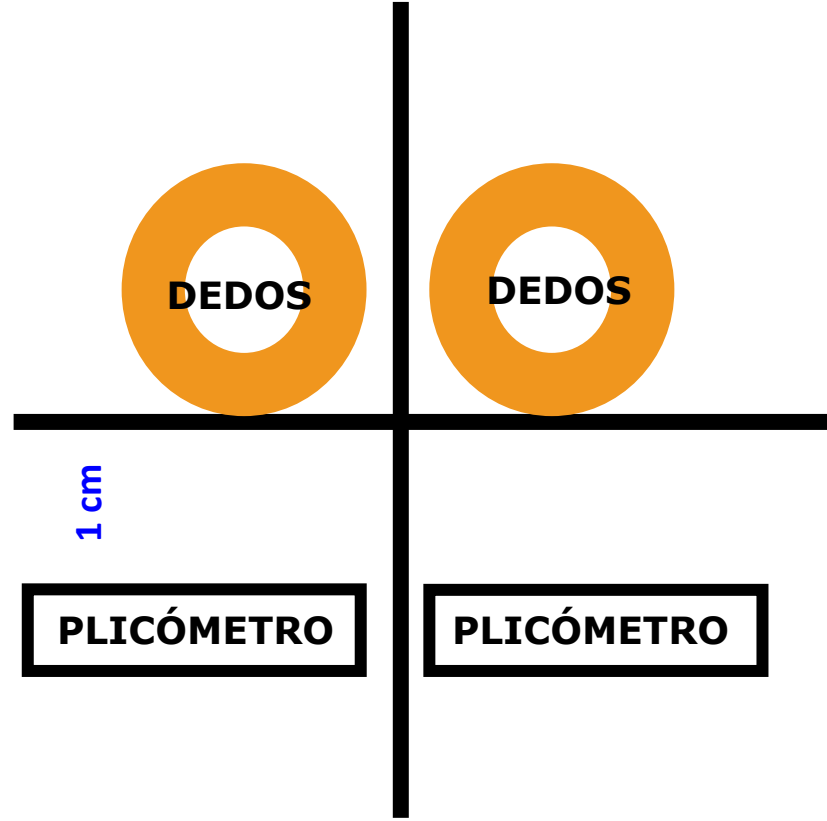
Manual ISAK, 2019

Pliegues cutáneos









1°



2°

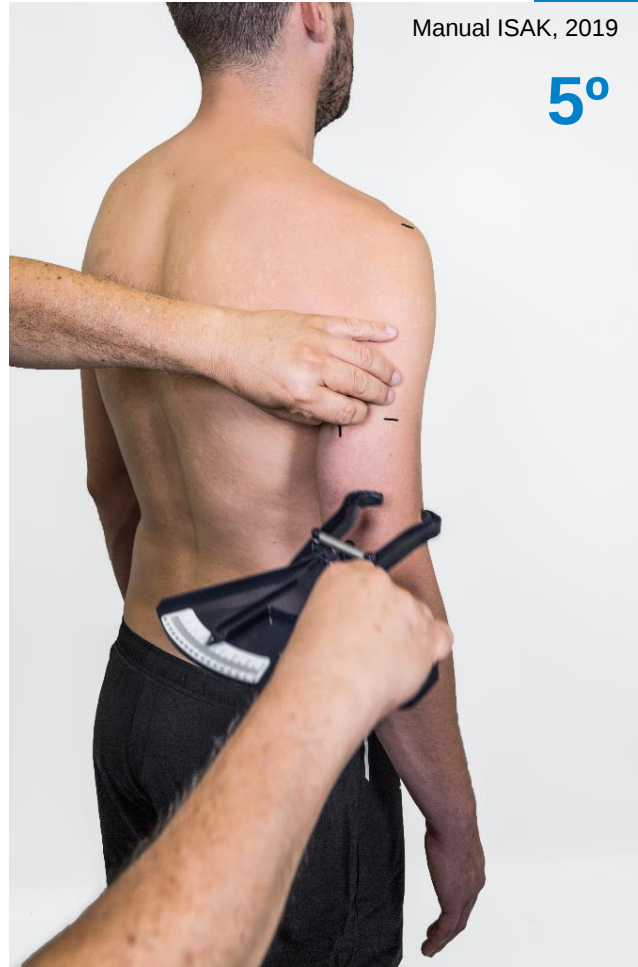


3°



4°

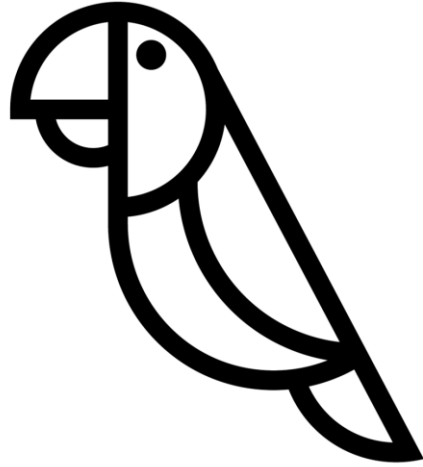




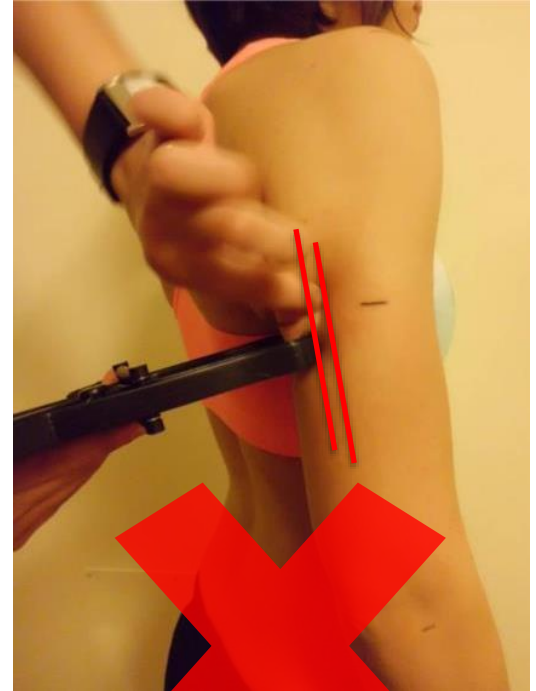
Pellizco alicates Pico de pato



Pellizco tenazas Pico de loro



Profundidad



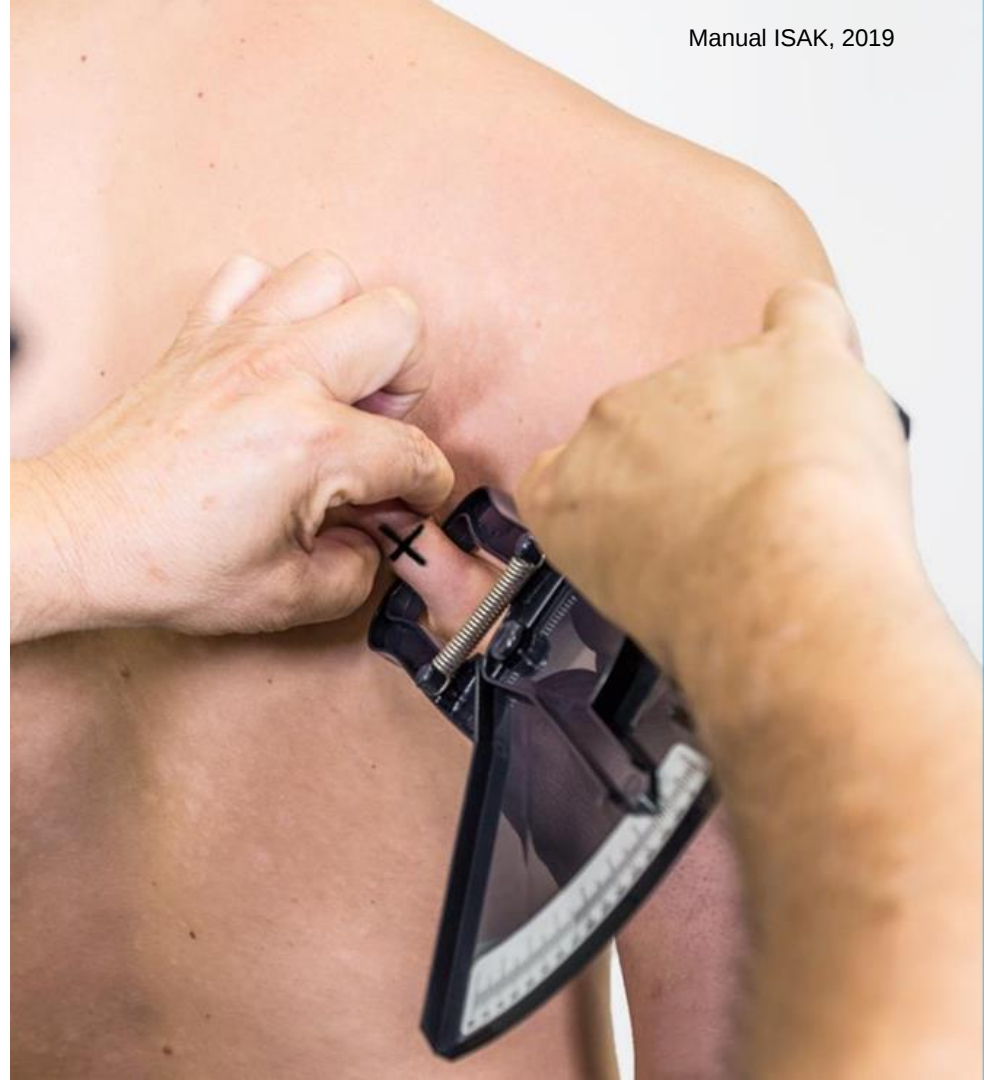
Pliegue de tríceps

Manual ISAK, 2019



Pliegue subescapular

Manual ISAK, 2019



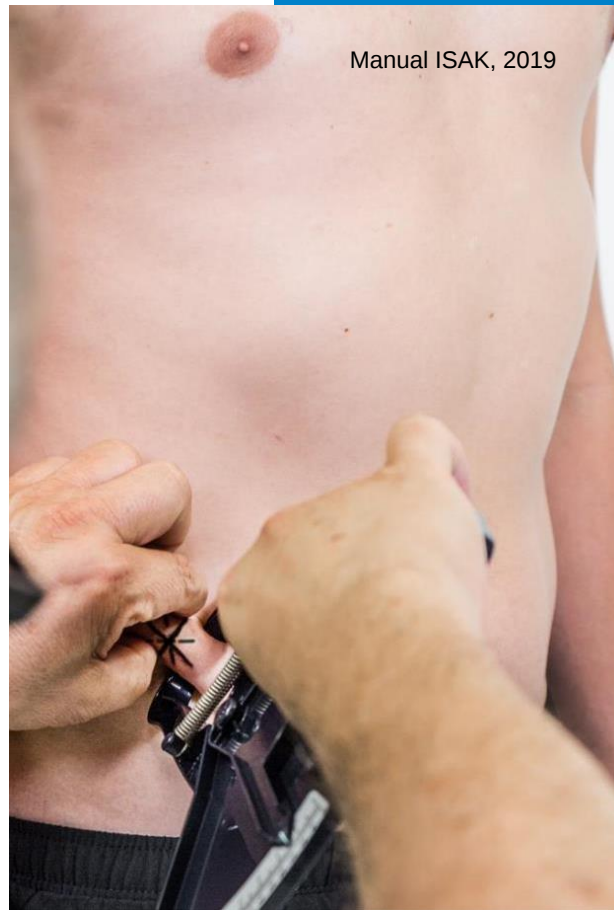
Pliegue del bíceps



Pliegue de la cresta ilíaca



Pliegue del supraespinal



Pliegue del abdominal



Manual ISAK, 2019

Pliegue del muslo

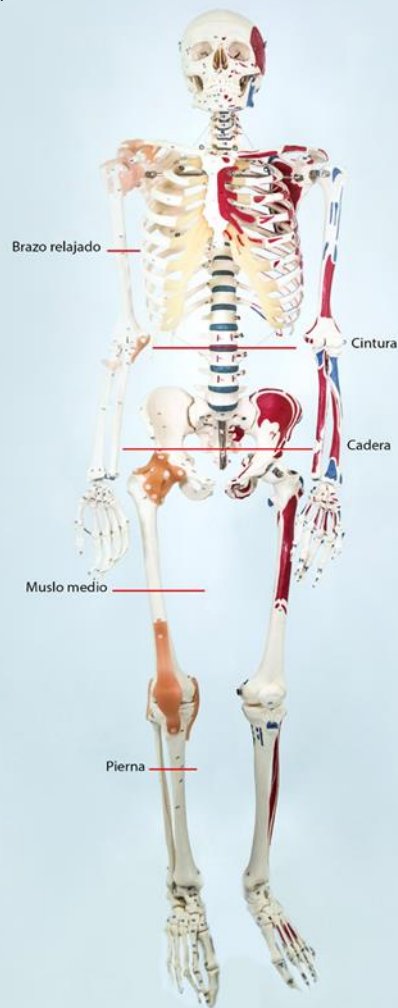
Manual ISAK, 2019



Pliegue de la pierna



Manual ISAK, 2019



PERÍMETROS

Perímetro del brazo relajado



Manual ISAK, 2019

Perímetro del brazo flexionado y contraído



Manual ISAK, 2019

Perímetro de la cintura

Manual ISAK, 2019



Perímetro de caderas



Perímetro del muslo medio



Manual ISAK, 2019

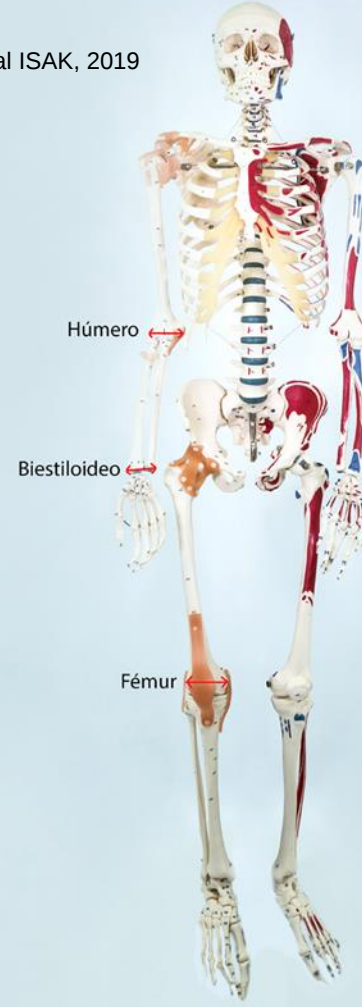
Perímetro de la pierna

Manual ISAK, 2019



Diámetros

Manual ISAK, 2019



Húmero

Manual ISAK, 2019



Fémur



Manual ISAK, 2019

BIBLIOGRAFÍA



- Esparza-Ros F., Vaquero-Cristóbal R., Marfell-Jones M. Protocolo internacional para la valoración antropométrica. Murcia: Sociedad Internacional para el Avance de la Cineantropometría. 2019.