



**UNIVERSIDAD ESTATAL PENÍNSULA
DE SANTA ELENA
FACULTAD DE CIENCIAS DE LA EDUCACIÓN E IDIOMAS
INSTITUTO DE POSTGRADO**

TÍTULO DE ARTÍCULO

**DESARROLLO DE TABLAS DE REFERENCIA ANTROPOMÉTRICAS
PARA EVALUAR LA COMPOSICIÓN CORPORAL EN
ESTUDIANTES UNIVERSITARIOS.**

AUTORA

Tapia Castillo Paola Salomé

TRABAJO DE TITULACIÓN
Previo a la obtención del grado académico en
MAGÍSTER EN ENTRENAMIENTO DEPORTIVO

TUTOR

Ph.D. Joseph Taro

Santa Elena, Ecuador

Año 2025



**UNIVERSIDAD ESTATAL PENÍNSULA
DE SANTA ELENA
FACULTAD DE CIENCIAS DE LA EDUCACIÓN E IDIOMAS
INSTITUTO DE POSTGRADO**

TRIBUNAL DE GRADO

Los suscritos calificadores, aprueban el presente trabajo de titulación, el mismo que ha sido elaborado de conformidad con las disposiciones emitidas por el Instituto de Postgrado de la Universidad Estatal Península de Santa Elena.

**Lic. Daniela Manrique Muñoz, Mgtr.
COORDINADORA DEL
PROGRAMA**

**Ph.D. Joseph Taro
TUTOR**

**MSc. Diana Mendoza Avilés
ESPECIALISTA 1**

**MSc. Juan Fernando Enderica
ESPECIALISTA 2**

**Abg. María Rivera González, Mgtr.
SECRETARIA GENERAL
UPSE**



**UNIVERSIDAD ESTATAL PENÍNSULA
DE SANTA ELENA
FACULTAD DE CIENCIAS DE LA EDUCACIÓN E IDIOMAS
INSTITUTO DE POSTGRADO**

CERTIFICACIÓN:

Certifico que luego de haber dirigido científica y técnicamente el desarrollo y estructura final del trabajo, este cumple y se ajusta a los estándares académicos, razón por el cual apruebo en todas sus partes el presente trabajo de titulación que fue realizado en su totalidad por Paola Salomé Tapia Castillo, como requerimiento para la obtención del título de Magíster en Entrenamiento Deportivo.

Atentamente,

Ph.D. Joseph Taro
C.I. 0965336993
TUTOR



**UNIVERSIDAD ESTATAL PENÍNSULA
DE SANTA ELENA
FACULTAD DE CIENCIAS DE LA EDUCACIÓN E IDIOMAS
INSTITUTO DE POSTGRADO**

DECLARACIÓN DE RESPONSABILIDAD

Yo, Paola Salomé Tapia Castillo

DECLARO QUE:

El trabajo de Titulación, **Desarrollo de tablas de referencia antropométricas para evaluar la composición corporal en estudiantes universitarios** previo a la obtención del título en Magíster en Entrenamiento Deportivo, ha sido desarrollado respetando derechos intelectuales de terceros conforme las citas que constan en el documento, cuyas fuentes se incorporan en las referencias o bibliografías. Consecuentemente este trabajo es de mi total autoría.

En virtud de esta declaración, me responsabilizo del contenido, veracidad y alcance del Trabajo de Titulación referido.

Santa Elena, a los 17 días del mes de febrero de año 2025

Paola Salomé Tapia Castillo
C.I. 1003692421
AUTORA



**UNIVERSIDAD ESTATAL PENÍNSULA
DE SANTA ELENA
FACULTAD DE CIENCIAS DE LA EDUCACIÓN E IDIOMAS
INSTITUTO DE POSTGRADO**

AUTORIZACIÓN

Yo, Paola Salomé Tapia Castillo

DERECHOS DE AUTOR

Autorizo a la Universidad Estatal Península de Santa Elena, para que haga de este trabajo de titulación o parte de él, un documento disponible para su lectura consulta y procesos de investigación, según las normas de la Institución.

Cedo los derechos en línea patrimoniales de **Desarrollo de tablas de referencia antropométricas para evaluar la composición corporal en estudiantes universitarios** con fines de difusión pública, además apruebo la reproducción de este artículo académico dentro de las regulaciones de la Universidad, siempre y cuando esta reproducción no suponga una ganancia económica y se realice respetando mis derechos de autor.

Santa Elena, a los 17 días del mes de febrero de año 2025

Paola Salomé Tapia Castillo
C.I. 1003692421
AUTORA



**UNIVERSIDAD ESTATAL PENÍNSULA
DE SANTA ELENA
FACULTAD DE CIENCIAS DE LA EDUCACIÓN E IDIOMAS
INSTITUTO DE POSTGRADO**

TEMA

Desarrollo de tablas de referencia antropométricas para evaluar la composición corporal en estudiantes universitarios

Autor: Paola Salomé Tapia Castillo

Tutor: Joseph Taro

RESUMEN

La antropometría es una herramienta clave en la evaluación de la composición corporal, ampliamente aplicada en los campos de la salud y el deporte para diseñar estrategias adaptadas a cada individuo. En el contexto universitario, su importancia radica en la necesidad de abordar los efectos del sedentarismo y los patrones de alimentación inadecuados, factores que inciden en la salud física, el bienestar mental y el rendimiento académico. Este estudio tuvo como objetivo desarrollar tablas de referencia antropométricas para estudiantes universitarios, abordando una carencia significativa en la literatura ecuatoriana. Se realizó un diseño cuantitativo, descriptivo y transversal con una muestra no probabilística por conveniencia de 40 estudiantes universitarios (26 hombres y 14 mujeres) en Quito, Ecuador, siguiendo el protocolo ISAK. Las mediciones incluyeron pliegues cutáneos, perímetros corporales, diámetros óseos, alturas y longitudes, utilizando instrumentos estandarizados y calibrados. Los datos obtenidos fueron analizados para determinar somatotipos y fraccionamientos corporales, como masa muscular y adiposa e índice músculo/óseo. Los resultados establecieron referencias específicas para esta población, facilitando la identificación de perfiles corporales óptimos y mejorando la precisión de las intervenciones en salud y deporte. Este trabajo contribuye significativamente al ámbito académico y deportivo, con aplicaciones que van desde la prevención de enfermedades como la sarcopenia hasta la optimización del rendimiento. Además, sienta las bases para comparaciones internacionales y futuras investigaciones en salud pública.

Palabras clave: antropometría, composición corporal, somatotipo, estudiantes universitarios, medidas corporales.



UPSE

**UNIVERSIDAD ESTATAL PENÍNSULA
DE SANTA ELENA
FACULTAD DE CIENCIAS DE LA EDUCACIÓN E IDIOMAS
INSTITUTO DE POSTGRADO**

TEMA

Desarrollo de tablas de referencia antropométricas para evaluar la composición corporal en estudiantes universitarios

Autor: Paola Salomé Tapia Castillo

Tutor: Joseph Taro

ABSTRACT

Anthropometry is a key tool in the evaluation of body composition and is widely applied in the fields of health and sport to design strategies adapted to each individual. In the university context, it is important to address the effects of sedentary lifestyles and inadequate eating patterns, factors that affect physical health, well-being mental and academic performance. This study aimed to develop anthropometric reference tables for university students, addressing a significant lack in the Ecuadorian literature. A quantitative, descriptive, and cross-sectional design was used with a non-probabilistic convenience sample of 40 university students (26 men and 14 women) in Quito, Ecuador, following the ISAK protocol. Measurements included skinfolds, body perimeters, bone diameters, heights, and lengths, using standardized and calibrated instruments. The obtained data were analyzed to determine somatotypes and body fractionations, such as muscle and adipose mass, and muscle/bone index. The results established specific references for this population, facilitating the identification of optimal body profiles and improving the precision of health and sports interventions. This work contributes significantly to academia and sports, with applications ranging from the prevention of diseases, such as sarcopenia, to performance optimization. It also lays the foundation for international comparison and future public health research.

Keywords: Anthropometry, body composition, somatotype, university students, body measurements.



UPSE

**UNIVERSIDAD ESTATAL PENÍNSULA
DE SANTA ELENA
FACULTAD DE CIENCIAS DE LA EDUCACIÓN E IDIOMAS
INSTITUTO DE POSTGRADO**

TEMA

Desarrollo de tablas de referencia antropométricas para evaluar la composición corporal en estudiantes universitarios

CERTIFICADO DE ACEPTACIÓN PARA PUBLICACIÓN

MENTOR
Revista de Investigación Educativa y Deportiva



Carta de Aceptación

Quien suscribe, Ph.D. Richar Posso Pacheco, Director de MENTOR Revista de Investigación Educativa y Deportiva, mediante este documento hace constar que el artículo **Desarrollo de tablas de referencia antropométricas para evaluar la composición corporal en estudiantes universitarios**, cuya autoría pertenece a Paola Salomé Tapia Castillo y el Dr. Joseph Taro de la Universidad Estatal Península de Santa Elena, ha sido evaluado y aceptado para su publicación el 15 de mayo en el Volumen 4 Número 11 del Año 2025.

Se destaca que MENTOR Revista de Investigación Educativa y Deportiva con registro Electrónico ISSN: 2806-5867 se encuentra disponible en <https://revistamentor.ec/> y está indexada por: EuroPub Data Base, Research Bib Academic Resource Index, Red Latinoamericana de Revistas Académicas en Ciencias Sociales y Humanidades (LatinREV), Revistas de Libre Acceso (LiWA), Directory of Open Access Resources (ROAD), Google Scholar, Crossref Electronic Journals Library (EZJ), WorldCat, AJRA, DORA, New Hamburg Open Alex, Red de Editores y Revistas Científicas Ecuatorianas (RERCE), Scilit, Sudoc, Zeitschriften Datenbank (ZDB), Mirabel, AmelCA, Dialnet y Latindex Catálogo 2.0

Expedido en la ciudad de Quito, a los cuatro días del mes de febrero del año dos mil veinticinco.



Ph.D. Richar Posso Pacheco
DIRECTOR

Revista Indexada en:



Nombre de la revista	Nombre y URL que avale la pertenencia de la revista, ejemplo: Mentor, revista de investigación Educativa y Deportiva https://revistamentor.ec/index.php/mentor
----------------------	--