

Métodos antropométricos para estimar la grasa corporal. ¿Cuál es el mejor?

* * * *

Autor:

Elkin Martínez López

MD. MSc. MPH. Facultad Nacional de Salud Pública.
Universidad de Antioquia.

Palabras clave:

Grasa corporal, métodos antropométricos, densitometría, validez

Resumen

Introducción: los métodos antropométricos son ampliamente utilizados en nuestro medio para estimar la grasa corporal. Pero dado que son tan diversos y que usualmente producen diferentes resultados, es necesario preguntarse: ¿Cuál de ellos se adapta mejor a las características de nuestra población?

Objetivo: explorar la validez de los métodos antropométricos que habitualmente utilizamos en la práctica clínica.

Métodos: se estudian 217 personas adultas de origen hispanico por densitometría (pesaje hidrostático) y

simultáneamente por los métodos antropométricos de Durnin-Womersley (DW), Jackson-Pollock (JP), Faulkner-Yuhasz (FY) y Bioimpedancia. Por análisis de correlación, regresión lineal y pruebas de hipótesis para diferencias entre promedios muestrales, se explora la concordancia de los distintos métodos.

Resultados: la densitometría correlaciona bien con los diversos métodos antropométricos ($r = .76 - .88$). Las pendientes de las líneas de regresión son cercanas a 1 y los interceptos cercanos a 0, especialmente para DW. Las ecuaciones tienden a subestimar la proporción de grasa: JP subestima 4.1 puntos porcentuales, FY 4.0, BIA 2.3. y DW 0.46. No hay diferencias significativas según el sexo. Las estimaciones por densitometría no difieren significativamente de DW, pero si de los demás métodos.

Conclusiones: el método inglés (DW) hace las mejores predicciones y prácticamente no requiere corrección. Los métodos: americano (JP), canadiense (FY) y la Impedancia Bioeléctrica (BIA) funcionan bien pero deben ajustarse por la subestimación que generan.