

INFORME DE COMPOSICIÓN CORPORAL

Evaluación antropométrica profesional · Protocolo ISAK 2

Emitido 15/11/2025

Datos del paciente

Nombre: Carla Ojeda
Edad: 33.42 años
Fecha de medición: 13/11/2025
Medición N°: 3
Objetivo declarado: maintain

Mediciones antropométricas

	Resultado	Valor ajustado	% ETM	" p r e v i a "	Score-Z
BÁSICOS					
Peso (kg)	72.76	72.76	0.05	0.56	-0.19
Talla (cm)	175.00		0.11	0.00	-0.63
Talla sentado (cm)	90.00	90.00	0.23	0.00	-0.92
DIÁMETROS (cm)					
Biacromial	40.00	37.40	0.39	0.00	-0.38
Tórax transverso	32.00	29.92	0.61	0.00	1.84
Tórax anteroposterior	22.00	20.57	0.68	0.00	1.80
Bi-iliocrestídeo	29.00	27.12	0.64	0.00	-0.82
Humeral	6.80	6.36	0.40	0.00	-0.50
Femoral	9.50	8.88	0.30	0.00	-0.80
PERÍMETROS (cm)					
Cabeza	57.00	53.30	0.16	0.00	-0.71
Brazo relajado	30.15	28.19	0.63	0.15	0.27
Brazo flexionado	33.16	31.00	0.69	0.16	0.54
Antebrazo	26.13	24.43	0.48	0.13	-0.65
Tórax mesoesternal	98.49	92.09	0.35	0.49	0.63
Cintura (mínima)	80.40	75.17	0.54	0.40	0.55
Caderas (máxima)	94.47	88.33	0.21	0.47	-1.22
Muslo (superior)	57.28	53.56	0.32	0.28	-0.54
Muslo (medial)	53.26	49.80	0.33	0.26	0.02
Pantorrilla (máxima)	37.18	34.76	0.28	0.18	-0.19
PLIEGUES CUTÁNEOS (mm)					
Tríceps	12.06	11.28	1.55	0.06	0.54
Bíceps	8.04	7.52	1.55	0.04	-0.42

	Resultado	Valor ajustado	% ETM	" p r e v i a	Score-Z
Subescapular	14.07	13.16	1.59	0.07	0.64
Suprailiaco	13.06	12.21	1.55	0.06	0.78
Supraespinal	12.06	11.28	2.19	0.06	0.54
Abdominal	20.10	18.79	1.69	0.10	0.38
Muslo (medial)	18.09	16.91	1.54	0.09	0.56
Pantorrilla	12.06	11.28	1.62	0.06	0.12

Indicador	Valor actual	Referencia / Objetivo
Suma de 6 pliegues cutáneos	88.44 mm	0.44 mm
Índice músculo/óseo	1.280	"e 4 . 0 0
Índice adiposo/muscular	1.398	"d 0 . 4 5
Índice de masa corporal	23.76	18.5 - 24.9

Resumen y notas

Evaluación antropométrica realizada el 13 de November de 2025 para Carla Ojeda, aplicando protocolo ISAK 2 (5 componentes).

Recomendaciones clave

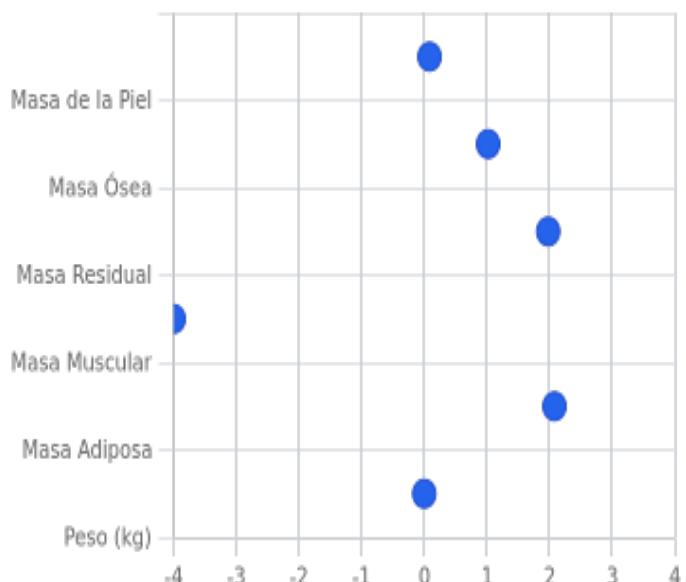
Ajustar plan nutricional y de entrenamiento para reforzar el objetivo de maintain.

Notas complementarias

Sin notas adicionales.

Análisis de composición corporal

Fraccionamiento 5 componentes (D. Kerr, 1988)



Componente	%	Kg	Score-Z	" " previa
Masa adiposa	32.40	23.574	2.08	0.303
Masa muscular	23.18	16.862	-5.16	0.127
Masa residual	20.90	15.207	1.98	0.117
Masa ósea	18.10	13.172	1.02	0.000
Masa de la piel	5.42	3.945	0.08	0.013
Masa total	100%	72.760	0.00	0.56

Suma de 6 pliegues: 88.44 mm

Índice músculo/óseo: 1.280

Índice adiposo/muscular: 1.398

Peso estructurado estimado: 72.76 kg

Porcentaje de diferencia entre peso estructurado y peso bruto: 0.00%

El fraccionamiento corporal en 5 componentes (D. Kerr, 1988) es un modelo anatómico basado en estudios antropométricos con disección de cadáveres. Es el único modelo con validación directa. La compresibilidad del tejido adiposo es la principal fuente de error al utilizar calibres. Con este modelo, el cuerpo se fracciona en 5 tejidos:

- 1- Adiposo (grasa subcutánea)
- 2- Muscular (músculo)
- 3- Residual (vísceras, órganos, pulmones)
- 4- Óseo (huesos)
- 5- Cutáneo (piel)

Una alimentación sana y planificada junto con actividad física adecuada aseguran proporciones óptimas de tejido adiposo y muscular

Score-Z Perímetros

