

## COMPOSICIÓN CORPORAL EN UN GRUPO DE NIÑOS ESCOLARES DE ZONAS URBANAS Y RURALES.

Ricardo López García<sup>1</sup>, Ana Lucia Saavedra Guerrero<sup>1</sup> y Eduardo García Mármol<sup>2</sup>.

<sup>1</sup>Facultad de Organización Deportiva, Universidad Autónoma de Nuevo León, México.

<sup>2</sup>Facultad de Ciencias de la Actividad Física y Deporte, Universidad de Granada, España.

Las diferencias entre los estilos de vida en zonas urbanas y zonas rurales son cada vez menos evidentes, lo cual ha generado cambios en el perfil de la composición corporal. Estudios previos indican que el estilo de vida en zonas urbanas está dando lugar a una mayor inactividad en edades escolares que gastan su mayor parte del tiempo libre en actividades como leer, jugar a juegos de ordenador, estar en las redes sociales o viendo televisión, mientras que los de las zonas rurales, debido a que tienen más espacios abiertos, permanecen más en espacio abierto, donde tienen la libertad de movimiento y de juego. Esto llevó a conclusiones de varios investigadores de que los niños de edades escolares de las zonas urbanas tienen mayores niveles de sobrepeso y obesidad ocasionando enfermedades cardiovasculares en edades tempranas y futuras. El objetivo de este estudio realizado es determinar la relación de la composición corporal en niños escolares de 12 y 13 años de edad en zonas urbanas y zonas rurales de una Comunidad de España. La muestra estuvo dividida en dos grupos, un grupo con 127 niños escolares de zonas urbanas y otro grupo con 113 niños de zonas rurales, dando un total de 240 niños escolares, ambos grupos son de una Comunidad del sur de España. El diseño de este estudio fue comparativo transversal, con mediciones de la composición corporal a una sola toma. Se determinó la estatura a través del tallímetro, y el peso, Índice de Masa Corporal (IMC), porcentaje de masa grasa, masa grasa y masa magra se utilizó la báscula impedancia bioeléctrica Tanita TBF-300. El procedimiento se realizó a primera hora de la mañana, en ayunas. El niño permaneció de pie en el centro de la plataforma, con poca ropa de ropa, y con el peso distribuido por igual en ambos pies, con los brazos a lo largo del cuerpo y las nalgas y la espalda erguida. En el análisis estadístico los datos obtenidos fueron analizados utilizando el software SPSS versión 15. Los valores que obtuvimos vemos respecto a la estatura de los escolares de las zonas urbanas son más altos en comparación con los de zonas rurales pero no es significativo, aunque el peso corporal de ambas zonas no difieren mucho, el índice de masa corporal se encuentra en el rango normal según sus edades de 12 y 13 años. En lo que se refiere al porcentaje de masa grasa ambos grupos cumplen con los valores requeridos. Aunque no se encontraron diferencias significativas importantes sobre la composición corporal en escolares de ambas zonas queda claro que hoy en día el estilo de vida de nuestros escolares tanto que viven en zonas urbanas como rurales ha cambiado totalmente como en años pasados, menos actividad por las nuevas tecnologías, han hecho que nuestros niños sean más inactivos, trayendo como consecuencia problemas de sobrepeso, obesidad y problemas cardiovasculares.

*Palabras claves:* Composición corporal, escolares, nutrición, porcentaje de masa grasa, salud.