

## Perfil lipídico, antropométrico y condición física de estudiantes deportistas universitarios

### Resumen

#### Introducción:

Reconocer aspectos como perfil lipídico, composición corporal y composición física de los deportistas, puede evitar errores recurrentes en el entrenamiento deportivo.

**Objetivo:** Establecer el perfil lipídico, antropométrico y de condición física de estudiantes pertenecientes a las selecciones deportivas de la Universidad del Quindío.

**Materiales y métodos:** Se valoró a integrantes de 14 selecciones deportivas en sus medidas antropométricas acorde a los lineamientos de la International Society for the Advancement in Kinanthropometric (ISAK); para determinar fuerza, velocidad, resistencia y flexibilidad se aplicó diferentes test. Para establecer el perfil lipídico se utilizó kits comerciales.

**Resultados:** La población presenta rangos normales de perfil lipídico. Respecto al perfil antropométrico, se encontró promedios de porcentaje graso sobre los considerados normales para deportistas, aunque corresponden a la normalidad de la población en general. A nivel condicional la flexibilidad fue la capacidad con promedios inferiores de los rangos considerados aceptables.

**Conclusión:** Es necesario buscar estrategias que permitan mejorar aspectos como: niveles de porcentaje graso y flexibilidad, que en algunos participantes no están acorde con los rangos establecidos para deportistas de rendimiento.

**Palabras clave:** Lípidos; antropometría; atletas; educación superior.

### Abstract

**Introduction:** Recognizing aspects such as lipid profile, body composition and physical composition of athletes can avoid recurrent errors in sports training.

**Objective:** To establish the lipid, anthropometric and physical condition profile of students belonging to the sports teams of the University of Quindío.

**Materials and methods:** Members of 14 sports teams were valued in their anthropometric measurements according to the guidelines of the International Society for the Advancement in Kinanthropometric (ISAK). For this, different tests were applied to determine strength, speed, resistance and flexibility and commercial kits were used to establish the lipid profile.

**Results:** The population has normal ranges of lipid profile. Regarding the anthropometric profile, averages of fat percentage were found above those that are considered normal for athletes, although they correspond to the normality of the population in general. On a conditional level, flexibility was the capacity with lower averages from those considered as acceptable ranks.

**Conclusions:** It is necessary to look for strategies to improve aspects such as: levels of fatty percentage and flexibility, which in some participants are not in line with the established ranges for performance athletes.

**Keywords:** lipids, anthropometry, athletes, higher education