

**Universidad de Concepción
Facultad de Educación
Departamento de Educación Física**



Estudio comparativo de las variables IMC y características sexuales secundarias en niñas de 8 a 12 años, según las horas de ejercicio físico que realizan.

SEMINARIO PARA OPTAR AL TÍTULO DE PROFESOR DE EDUCACIÓN FÍSICA

Profesor Guía: Mg. Rubén Muñoz López

Paula Fernanda Arteaga Hernández
Luis Jean Pierre Henríquez Astudillo
Rodrigo Ignacio Salazar Vaillant
Matías Eduardo Valdebenito Soto

Concepción, Enero 2017

Resumen

Este estudio comparativo está dirigido a un análisis del desarrollo o del cambio del Índice de Masa Corporal (IMC) y características sexuales secundarias (CSS) en niñas de 8 a 12 años, en relación a la cantidad de horas de ejercicio físico sistemático que estas realizaron en la semana.

Para dicho propósito se seleccionaron dos grupos de niñas, un Grupo N° 1 conformado por 13 alumnas que practicaron 8 horas de ejercicio físico sistemático en la semana específicamente, (dos horas correspondiente a las horas de la asignatura de Educación Física, más 6 horas impartidas en el taller de Gimnasia Artística), comparado con un Grupo N° 2 conformado por 11 niñas que practicaron 2 horas de ejercicio físico sistemático en la semana (correspondiente solo a las horas de clases de la asignatura de Educación Física), todas pertenecientes al Colegio Andrés Bello, particular subvencionado, comuna de Chiguayante.

El objetivo general del estudio fue evidenciar el grado de desarrollo de las variables IMC (peso y talla) y de las características sexuales secundarias femeninas (senos, vello púbico) en relación a la cantidad de horas que realizan ejercicio.

Para esto, se hicieron mediciones de peso y talla en niñas de 8 a 12 años pertenecientes al establecimiento. A su vez a estas mismas niñas se les aplicó el test de J. Tanner, un test utilizado a nivel internacional para conocer el grado de maduración sexual en niños y niñas, este test fue aplicado de manera anónima.

Los resultados de las mediciones que se realizaron y la aplicación del test de Tanner, avalan la hipótesis planteada en esta investigación, la cual es:

“Las niñas en el rango de entre 8 a 12 años que participaron en la clase de Educación Física, incrementando su actividad con la práctica de gimnasia artística, presentan un rango de índice de masa corporal menor y un desarrollo más tardío de sus características sexuales secundarias, respecto a niñas de la misma edad y establecimiento que sólo participan en la clase de Educación Física”.

Con esta problemática, de acuerdo al resultado obtenido en el estudio se concluyó que las niñas que realizan mayor cantidad de horas de ejercicio físico, presentan menor rango de IMC, en comparación a niñas que realizan menor cantidad de horas de ejercicio físico. Por ende, se confirmó que existe una estrecha relación, de un 0,981 en relación al SIG en la cantidad de horas de ejercicio físico con el IMC, por lo tanto, se puede interpretar que el IMC tiene una relación con el estado de maduración de Tanner, es por ello que de manera no directa las horas de ejercicio físico tienen una relevancia significativa en el grado de maduración de las CSS. Cabe destacar que 18 niñas de un total de 24 se encuentran en los estados I y II de Tanner.

Palabras Claves: Maduración, IMC, Tanner, ejercicio físico, desarrollo, Educación Física.

