

December 2021

# ISAK NEWSLETTER

Edition XLI



P-1  
P-17



P-18  
P-34





# INDEX



- 01 [PRESIDENT'S CORNER/ P 4-5](#)
- 02 [SECRETARY GENERAL'S REPORT/ P 6-7](#)
- 03 [BIOGRAPHY/ P 8](#)
- 04 [NEWS/ P 9-10](#)
- 05 [WORLD CONFERENCE/ P 12-13](#)
- 06 [SCIENCE AND KINANTHROPOMETRY/ P 14-15](#)
- 07 [ISAK IN FIGURES/ P 16](#)
- 08 [SAFETY CONSIDERATIONS/ P 17](#)

# ÍNDICE



- 01 [EL RINCÓN DEL PRESIDENTE/ P 21-22](#)
- 02 [INFORME DEL SECRETARIO GENERAL/ P 23-24](#)
- 03 [BIOGRAFÍA/ P 25](#)
- 04 [NOTICIAS/ P 26-27](#)
- 05 [CONGRESO MUNDIAL/ P 29-30](#)
- 06 [CIENCIA Y CINEANTROPOMETRÍA/ P 31-32](#)
- 07 [ISAK EN NÚMEROS/ P 33](#)
- 08 [CONSIDERACIONES DE SEGURIDAD/ P 34](#)



# MERRY CHRISTMAS FELIZ NAVIDAD



The International Society for the  
Advancement of Kinanthropometry



# 01

## President's Corner

With all of the countries where ISAK is active still greatly affected by the pressures of COVID, it is surprising, but nevertheless very pleasing, to see a return to the level of course offerings that we saw nearly two years ago before the pandemic struck. More importantly, as judged by the absence of any indications to the contrary, these courses are being conducted safely, with constant regard for the health of all course participants, students, subjects and instructors alike. My thanks and congratulations go to all of you.

Yesterday, New Zealand achieved its initial target of 90% of the eligible population (all those over 12 years of age, other than when medically contra-indicated) having had at least their first COVID vaccination with the secondary target of having 90% fully vaccinated still the short-term goal. Having the vaccination or not is, of course, a personal choice, but I encourage our members to also consider the health and welfare of all those they interact with on a regular basis when making that decision.



This issue of the ISAK Newsletter marks another milestone in its history. In 2013, Prof Fernando Ferreyro (Mexico) took over as editor from Dr Carmel Nottle (Australia) and, over the years since, Fernando and his team have produced outstanding newsletters which were and still are a pleasure to read. They were all very professionally presented and included quality photos and high-level graphics. It was with significant regret, therefore, that, in October, I very reluctantly accepted Fernando's resignation as the editor. Both personally and on your behalf, I sincerely thank Fernando for all the work he put into their production and extend those thanks to the various members of his team - Gerardo Israel Rejón Chan, Reviewer and Auxiliary Editor, Arantza Quiroz Ferreyro, Design Manager, Jennifer Davis, former Reviewer and Translator and Mario Boeta Pineda, former IT Support.



With only seven months to go, those intending to attend the ISAK Conference at the University of Alicante in 2022 need to make progress with their planning, if they haven't already done so. This is particularly important for those who need to travel internationally by air, as flights could continue to be restricted well into next year. With the conference having to be postponed twice already, the workload of the conference organisers has been colossal. Our best recognition of that effort will be to attend the Conference if that is at all possible.

As the number of courses return to their pre-COVID levels, the volume of work needed from the Secretariat to support them also returns. In itself that is not a challenge, but in the past two years the Secretariat has also taken on a number of major projects, for example, ISAK website development, on-line Manual provision and standardised courses, all of which need detailed attention and management. The result is that the Secretariat's workload is now larger than ever. I can only thank the Secretary-General for his willingness to take on these additional tasks, so ably backed up by the other members of the Secretariat.

Climate change continues to manifest itself throughout the world and New Zealand is no different. Although we have been very lucky here in the Wellington region, devastating flooding and landslides have occurred in many other parts of the country in the last year and a half. Even these have been relatively minor compared to the destruction visited upon lots of other countries.



I only hope that none of you have had to suffer the consequences of such extreme weather on top of all the challenges presented by COVID.

Christmas and other equally-significant festivals are almost upon us. I hope that you and your families are able to enjoy some special time together and that you get at least some rest after a second very-difficult year in a row.

**Mike MARFELL-JONES**  
**President**



# 02

## Secretary General's Report

### KINANTHROPOMETRY AS A GLOBAL DISCIPLINE

The General Secretariat is extremely pleased to see the current growth of kinanthropometry. There is no doubt that we are in the best moment of its history due to the huge expansion of its use among sanitary professionals. And this is not only due to the large number of instructors that exist, but above all, to the very large number of countries where it is practised and in which it has already become standard practice.

It is important that the professionals who work in this field of health try to research, work and develop disciplines and techniques that help to globalise health resources. And I think that this is the most important advantage of kinanthropometry: a discipline within the reach of tens of thousands of professionals all over the world in favour of people's Health and Sport.

ISAK understood this and the current Executive Council began a project almost seven years ago to promote this democratising aspect of health science, as well as the globalisation of our discipline on all continents.

At ISAK we work with data that shows the incredible growth of kinanthropometry in countries such as Mexico. But also in other countries such as Brazil, Argentina, USA, Chile, Spain or Australia, where there is an evident growth that all the figures corroborate.

This growth is due to the fact that it is an economic, accessible and fast technique that provides very valuable information for Sport and Nutrition. The fact that the acceptance of our discipline is so wide and the growth it is experiencing in such disparate countries speaks of the versatility and accessibility that kinanthropometry brings to the professional, as well as the universality that it represents as a resource for health to reach people.

It is also a discipline that anthropometrists have been able to adapt to the pandemic times in which we live. This is demonstrated by the more than 300 official courses that have been carried out between the hardest months in which Covid has been among us.



## SECRETARY GENERAL'S REPORT

The Society's first reaction was to publish the regulations and recommendations that had to be complied with in any training course. Also, the adaptation of all the protocols focused on taking measurements for any anthropometrist. All these measures have been perfectly applicable, which is another proof of the versatility and accessibility with which kinanthropometric techniques can be applied once we have professionals with acquired and well-trained knowledge.

For this training, we have also been able to adapt and have found a way in which the teaching could continue during the pandemic. The reality is that distance training in this discipline is very complicated, but it was authorised in the time it was considered reasonable that the theoretical part, on request of the instructor, can be given online. The practical part requires technique and corrections that are difficult to achieve telematically. We have adapted quickly and for the practical part we follow the recommendations given to us by the health authorities: small groups, distance, spacious and ventilated premises...

But the versatility of our discipline does not stop there.

Kineanthropometry can also be closely linked to the digital world and to the new trends in data analysis that lead us to apply tools such as big data or similar technologies. That is why we at ISAK have been working for months on specific software to support the anthropometrist. This software aims to be part of the evolution I have been talking about and will allow the anthropometrist to have their "own private database" of the subjects they treat, obviously with all the guarantees in terms of security and privacy in the handling of data.

All this allows us to speak of a "trendy" discipline because it adapts to current needs: accessibility, International Society and scientific rigour. Kineanthropometry allows access to protocolised measurements to a larger group of people due to its good cost/benefit ratio. And the result is the most important thing: a professional practice that supports the life, health and sports of people of all kinds.

Finally, I would just like to wish the entire ISAK community a Merry Christmas and best personal and professional wishes for the year 2022.

Dr. Francisco Esparza-Ros  
Vice-President & Secretary-General

ISAK recommendations for courses can be found on page 17 of this ISAK Newsletter.



# 03

## Biography

# Dr. Arthur David Stewart

### LEVEL 4 PAST VICEPRESIDENT

It is with great sadness that the ISAK Council announces the recent death of Dr Arthur David Stewart, ISAK Level 4 and former Vice-President after a relatively brief battle with cancer.

Arthur played a key role in all aspects of ISAK Council business from July 2002 until 2014 – a huge contribution. During that time, he was Vice-President for six years, on the Accreditation Working Group for twelve years and co-authored the 2006 and 2011 editions of the ISAK Manual and the ISAK Handbook plus both Kinanthropometry IX and XI, the proceedings of the ISAK conferences in Thessalonica, Greece and Guangzhou, China respectively. In addition, Arthur printed and sent out ISAK certificates for two years and was the UK distributor for the ISAK Manual until 2020. His contributions in all of those activities were invaluable.



A gifted teacher, Arthur was one of ISAK's most influential anthropometrists. He was appointed to Level 4 in 2003 and since then has been the leading ISAK anthropometrist in the UK. He was also a talented researcher and an internationally-recognized author and presenter of research papers.

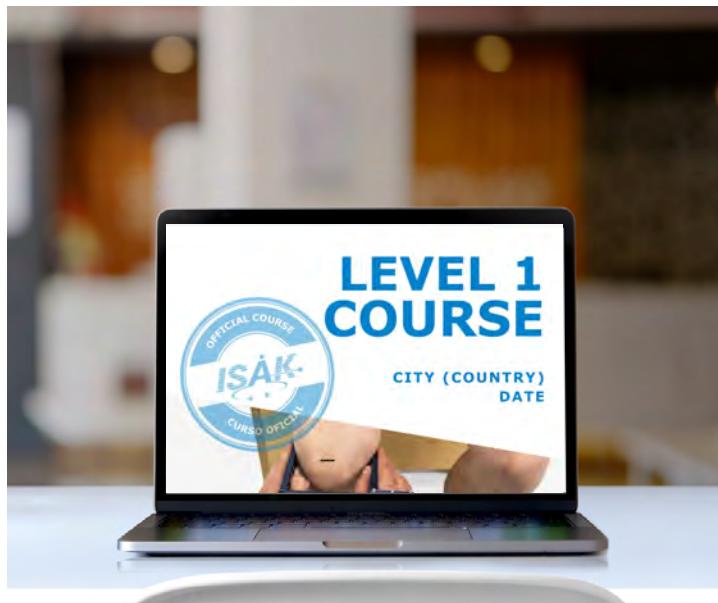
In his non-academic life, Arthur was equally accomplished. His sport and recreation activities centred on the outdoors with Nordic Skiing and cycle touring to the fore. He was an able musician and a passionate and committed family man. His strong faith clearly influenced his interactions with others and gave him great comfort throughout his life and particularly his last months. Everyone who knew Arthur well will also remember his humour and distinctive Scottish accent.

ISAK's sincere condolences go out to his wife, Dr Ann Gold, and their two daughters, Amy and Jenna.



# 04

## News



### TEMPLATES FOR ISAK COURSES PROMOTION

The Secretariat provides instructors with professionally designed templates for the corporate promotion of ISAK courses. This guarantees that the value of official courses is enhanced. If you have not received it, please contact [info@isak.global](mailto:info@isak.global)

### OBITUARY OF JOSÉ RAMÓN ALVERO

ISAK regrets the death of Dr. José Ramón Alvero Cruz, Specialist Sports Medicine Doctor based in Malaga (Spain). Professor at the University of Malaga and Doctor in Medicine and Sports Sciences, Alvero is one of the historical figures of Sports Medicine in Spain and a recognised ISAK Level 3 member. For more than 30 years, Dr. Alvero has been defending kineanthropometry as a discipline, making him one of the pioneers in Spain and Europe.

D.E.P.



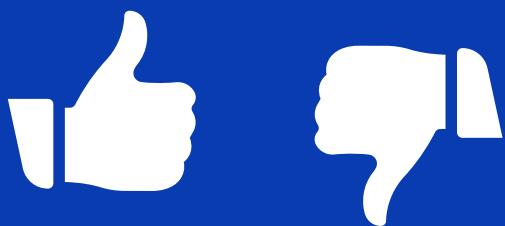
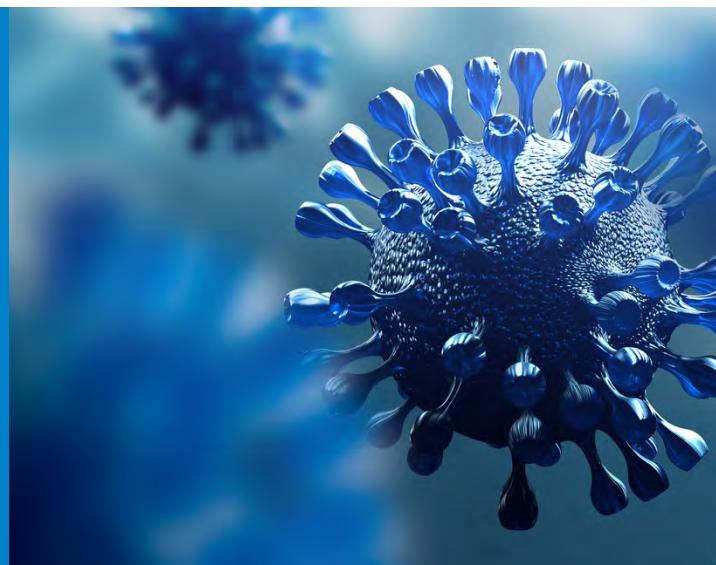


## USES OF THE OFFICIAL CHANNEL OF YOUTUBE

ISAK has an official Youtube channel where you can consult the different full and restricted profile measures. Both in English and Spanish, the channel contains videos with a very clear and clean editing of the appropriate guidelines according to the latest updates. Find us at [youtube.com/ISAKGlobal](https://youtube.com/ISAKGlobal)

## EXTENSION OF ISAK ACCREDITATION AND MEMBERSHIP DUE TO COVID

We remind you that due to the evolution of COVID in most countries, the ISAK Council decided last June 2021 to give an extension of the previous deadlines. Please check with the ISAK General Secretariat for the extended deadline for your accreditations and memberships.



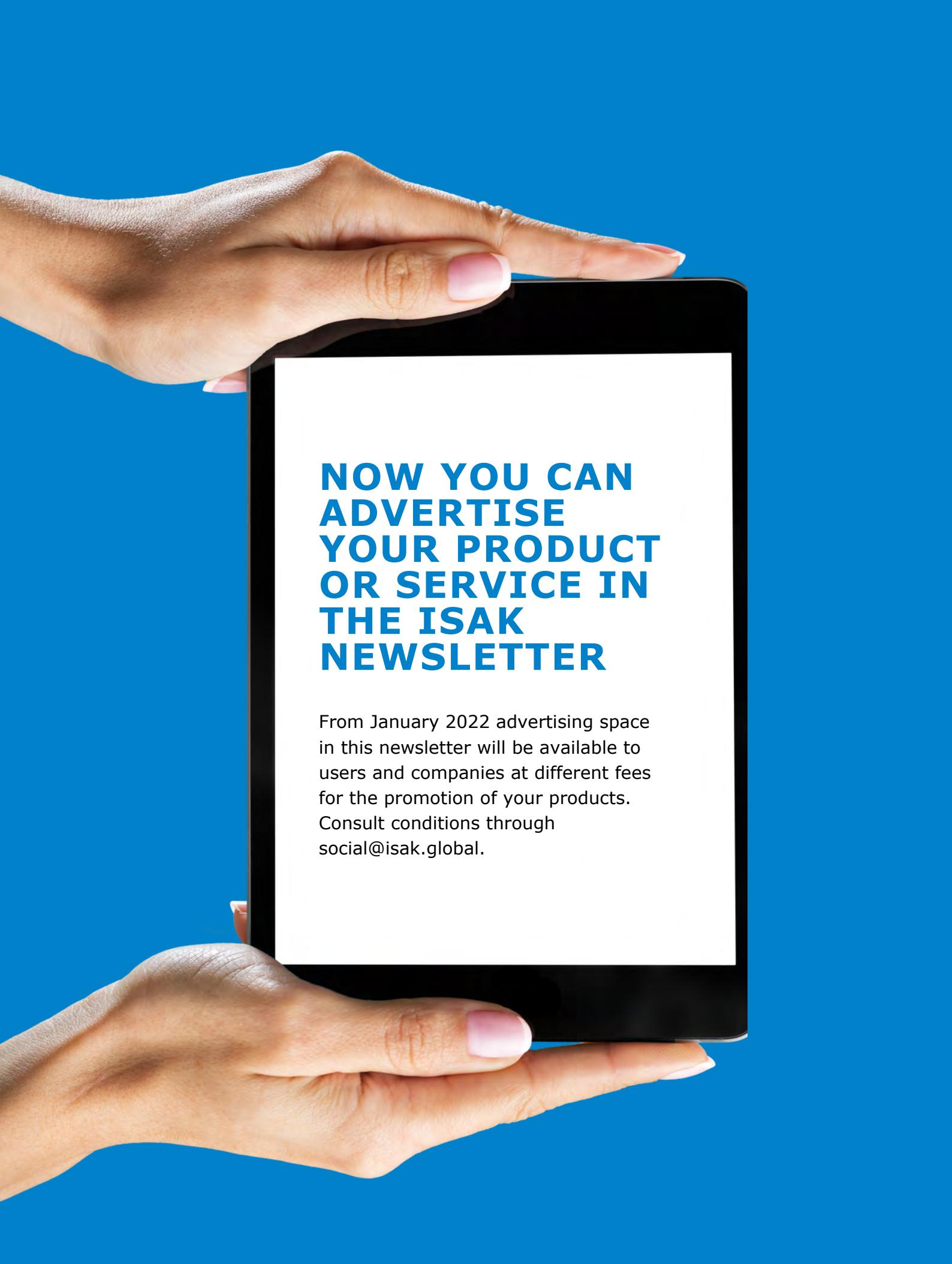
**LEVEL 1**  
**LEVEL 2**  
**LEVEL 3**  
**LEVEL 4**

**LEVEL I**  
**LEVEL II**  
**LEVEL III**  
**LEVEL IV**

## THE IMPORTANCE OF NOMENCLATURE

It is necessary to unify criteria in the ISAK nomenclature to avoid confusion. Our friendly reminder is that the Correct option is 1, 2, 3, 4. And the Incorrect one is I, II, III, IV.





## **NOW YOU CAN ADVERTISE YOUR PRODUCT OR SERVICE IN THE ISAK NEWSLETTER**

From January 2022 advertising space in this newsletter will be available to users and companies at different fees for the promotion of your products. Consult conditions through [social@isak.global](mailto:social@isak.global).

**05**

# World Conference



**XVII WORLD CONFERENCE ON KINANTHROPOMETRY  
ALICANTE (SPAIN) | 14-16 JULY 2022**



<https://www.facebook.com/ISAK.UA.20/>



@isak\_ua\_2022



@isak\_ua\_2022



<https://web.ua.es/es/world-conference-isak/xvii-congreso-mundial-de-cineantropometria.html>





**XVII  
WORLD  
CONFERENCE ON  
KINANTHROPOMETRY**

---

UNIVERSITY OF ALICANTE - SPAIN  
**14 - 16 JULY 2022**

**JULY 14 -16, 2022**

From ISAK and the University of Alicante, we would like to invite you to share with us the XVII World Congress of Cineanthropometry to be held at the University of Alicante, Spain, from 14 to 16 July 2022. The congress will be held at the University of Alicante itself, which is located in a town very close to the city of Alicante, and is surrounded by all the amenities and infrastructure for the proper development of the congress.

**MULTIDISCIPLINARY  
PROGRAM**

We are convinced that you will find a very attractive multidisciplinary academic program, with the participation of experts from different areas of Physical Exercise and Health, who will present innovative research papers and present their extensive professional experience.

**MAIN  
TOPICS**

1. Educational innovation and technologies in body composition.
2. Sports performance and kinanthropometry.
3. Cooperation for development.

**"The main topic of the Congress is linked to the innovation and applications of body composition. The assessment, monitoring and interpretation of body composition in situations of health, disease, sport is of great interest to health and physical activity and sport professionals."**

**JOSÉ MIGUEL MARTÍNEZ SANZ.**  
President of the Congress.

DEPARTMENT OF NURSING.  
FACULTY OF HEALTH SCIENCES.  
UNIVERSITY OF ALICANTE.

**ROBERTO CEJUELA ANTA.**  
President of the Scientific Committee.

DEPARTMENT OF GENERAL  
DIDACTICS AND SPECIFIC  
DIDACTICS, FACULTY OF EDUCATION.  
UNIVERSITY OF ALICANTE.

**ALEJANDRO MARTÍNEZ  
RODRÍGUEZ.**  
President of the Organizing Committee.

DEPARTMENT OF ANALYTICAL  
CHEMISTRY, NUTRITION AND  
BROMATOLOGY. FACULTY OF  
SCIENCES. UNIVERSITY OF ALICANTE.



# 06

## Science and Kinanthropometry

### Nutrition and Health

#### Simple anthropometry-based calculations to monitor body composition in athletes: Scoping review and reference values

Diego A Bonilla<sup>iD</sup>, Lidia G De León, Pedro Alexander-Cortez, more...

Show all authors ▾

First Published April 1, 2021 | Review Article | Find in PubMed | Check for updates  
<https://doi.org/10.1177/02601060211002941>

Bonilla, Diego A et al. "Simple anthropometry-based calculations to monitor body composition in athletes: Scoping review and reference values." *Nutrition and health*, 2601060211002941. 1 Apr. 2021, <https://doi.org/10.1177/02601060211002941>

#### Background:

Kinanthropometry offers to exercise and health professionals a standardized procedure of acquiring surface anatomical measurements that might be used to track changes in body composition.

#### Aim:

To describe simple anthropometric indices to monitor body composition changes in amateur and elite athletes, and to provide reference values during the competition phase.

#### Methods:

A search of articles indexed in PubMed/MEDLINE, ScienceDirect, Cochrane, and Scielo databases using the string body composition AND (anthropometric OR skinfolds OR circumferences OR girth OR estimation equation) AND "body fat". Inclusion criteria were: quantitative and/or qualitative research published between 2009 and 2020, written in English or Spanish, reporting simple anthropometric indices that included skinfolds, girths, or basic measures in amateur and elite athletes.

#### Results:

A total of 51 studies (Price's index = 66.4%) met all the inclusion criteria and were included in this scoping review. Contrary to the frequent practice, the use of a regression equation might not be accurate to evaluate body composition. To avoid this, anthropometrists should base their analysis on the absolute values of the sum of skinfolds ( $\Sigma S$ ) and related variables, such as skinfold-corrected girths and lean mass index. While not definitive, because further research is required, the practical recommendations and updated reference values in competition phase provided by this review would contribute to the accurate identification of body composition changes.

#### Conclusions:

$\Sigma S$  and lean mass index have been shown to be valid for monitoring changes in fat mass and fat-free mass, respectively. More research is needed to derive the lean mass index-specific coefficient for each sports population.

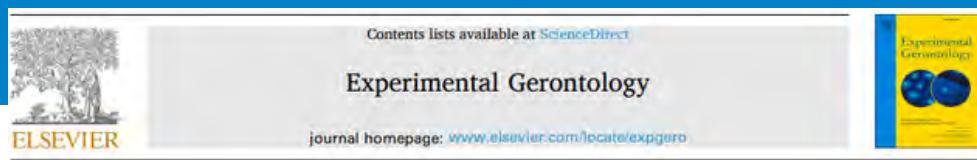
#### Keywords:

Anthropometry; fat mass; physical fitness; physiological adaptation; skinfold thickness; sports nutrition sciences.



# 06

## Science and Kinanthropometry



Review

### Anthropometry as a readily accessible health assessment of older adults

Carlos J. Padilla<sup>a,\*</sup>, Fernando A. Ferreyro<sup>b,1</sup>, W. David Arnold<sup>a,c,d,e,2</sup>

<sup>a</sup> Division of Neuromuscular Diseases, Department of Neurology, The Ohio State Wexner Medical Center, Columbus, OH, USA

<sup>b</sup> Division of Nutritional Science, Department of Health Science, Universidad de las Américas Puebla, Puebla, Mexico

<sup>c</sup> Department of PM&R, The Ohio State Wexner Medical Center, Columbus, OH, USA

<sup>d</sup> Department of Neuroscience, The Ohio State Wexner Medical Center, Columbus, OH, USA

<sup>e</sup> Department of Physiology and Cell Biology, The Ohio State Wexner Medical Center, Columbus, OH, USA

Padilla, C. J., Ferreyro, F. A., & Arnold, W. D. (2021). Anthropometry as a readily accessible health assessment of older adults. *Experimental gerontology*, 153, 111464. <https://doi.org/10.1016/j.exger.2021.111464>

### Anthropometry as a readily accessible health assessment of older adults.

Anthropometry (derived from the Greek Anthropos: human, and metron: measure) refers to the systematic collection, and measurement of the physical characteristics of the human body, primarily body weight, body size, and shape.

Anthropometric values are closely related to genetic factors, environmental characteristics, social, and cultural conditions, lifestyle, functional status, and health.

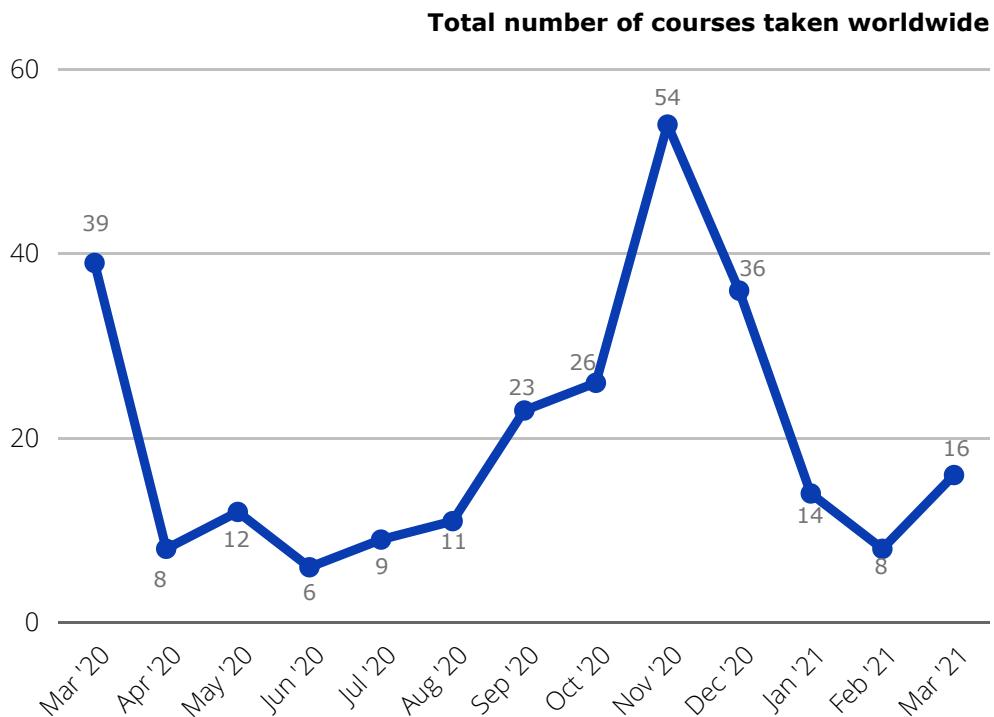
Anthropometric measurements can be used to assess risk of malnutrition, obesity, muscle wasting, increased fat mass, and maldistribution of adipose tissue. Potential modifiable factors include circumferences, skinfolds, and body weight.

While height, and the bone diameters are non-modifiable. Kinanthropometry is the study of size, shape, proportionality, composition, biological maturation, and body function, in order to understand the process of growth, exercise, sports performance, and nutrition.

Aging of the population, which is associated with increased risk of chronic disease, and disability, is one of the most important demographic changes facing many countries. Anthropometric indicators are simple, portable, non-invasive, inexpensive, and easily applied measurements that can be readily applied in geriatric populations to guide preventative measures, and medical interventions in older adults.



## The success of ISAK courses during the pandemic



During the first pandemic year, from March 2020 to March 2021, 262 official ISAK courses have been held worldwide. In the May 2020 ISAK Newsletter we published the safety considerations for anthropometric measurements in a post-COVID course and have been at the side of the instructors whenever required.

This has once again demonstrated the technological and organizational capacity of the Society. ISAK is structured to be managed in an agile and efficient way, offering a service to any member in the world through the Society's website. Faced with such important figures, the ISAK team can only highlight the efforts of the instructors.



# Safety considerations for anthropometric measurements in a post-Covid-19 world

## For the performance of measurements on subjects

### WASH YOUR HANDS AND WEAR GLOVES

Prior to hand hygiene (water + soap or hydroalcoholic solution), use single-use gloves. Use gloves for only one subject. Remove the gloves at the end of taking measurements. You must perform hand hygiene again and use new gloves to start the study on another subject.

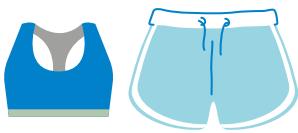
### WEAR A MASK

Mask for the anthropometrist, for the assistant and for the subject.



### ASK THE SUBJECTS TO GO PREPARED

Whenever possible, ask the subject to come with the measuring clothes on.



### CLEAN EVERYTHING WHAT YOU USE

Clean the marking areas with hydroalcoholic gel. After marking the subject, clean the pencil or marker with hydroalcoholic gel.



### TAKE CARE OF THE MATERIAL

After each measurement, clean the instruments with hydroalcoholic gel. Verify that the gel does not deteriorate the instruments; if it does, use another type of disinfectant.



### CHANGE GLOVES WITH EACH SUBJECT

The assistant should wear single-use gloves. The gloves should be changed with each subject upon contact with the instruments or the subject.



### ENSURE CLEANLINESS

Rely on a cleaning service to disinfect the room after each measurement.



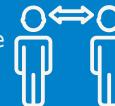
### DISINFECT THE CHANGING ROOMS

If a changing room was used for changing clothes, the area should be sanitized after the subject has been measured.



# Safe considerations for the conduct of ISAK courses

- They must follow the indications of each country to hold meetings and adapt to the number of people allowed to meet.



- You will have a room to teach the theoretical part, allowing a separation of 2 meters between each student. For the practical part this separation will be the same for each pair of students.



- Whenever possible, ask the students to come with their measuring clothes already on. In case they need a room to change clothes, they will use it individually and after the change, it must be disinfected so that it can be used by another person.



- In the practices, prior hand hygiene (water + soap or hydroalcoholic solution). All will use single-use gloves. The gloves will be changed when a change of partners takes place and hand hygiene will be performed beforehand.



- In both the theoretical and practical parts, all attendees must wear a face mask.



- Clean the anatomical areas to be marked with hydroalcoholic gel. After marking, clean the pencil or dermatographic marker with hydroalcoholic gel.



- After each measurement, clean the instruments with hydroalcoholic gel. Check that the gel does not deteriorate the instruments; if it does, use another type of disinfectant.



- To improve the examination models, the measures described above should be carried out for taking measurements on subjects.



- The instructor must wash his hands with soap and water or hydroalcoholic gel and put on his gloves every time he contacts a student to give an explanation and follow the same protocol before contacting another student.



- Have a cleaning service to disinfect the room after each session of the day.

Diciembre 2021

# ISAK NEWSLETTER

Edición XLI

P-18  
P-34





# INDEX



- 01 [PRESIDENT'S CORNER/ P 4-5](#)
- 02 [SECRETARY GENERAL'S REPORT/ P 6-7](#)
- 03 [BIOGRAPHY/ P 8](#)
- 04 [NEWS/ P 9-10](#)
- 05 [WORLD CONFERENCE/ P 12-13](#)
- 06 [SCIENCE AND KINANTHROPOMETRY/ P 14-15](#)
- 07 [ISAK IN FIGURES/ P 16](#)
- 08 [SAFETY CONSIDERATIONS/ P 17](#)

# ÍNDICE



- 01 [EL RINCÓN DEL PRESIDENTE/ P 21-22](#)
- 02 [INFORME DEL SECRETARIO GENERAL/ P 23-24](#)
- 03 [BIOGRAFÍA/ P 25](#)
- 04 [NOTICIAS/ P 26-27](#)
- 05 [CONGRESO MUNDIAL/ P 29-30](#)
- 06 [CIENCIA Y CINEANTROPOMETRÍA/ P 31-32](#)
- 07 [ISAK EN NÚMEROS/ P 33](#)
- 08 [CONSIDERACIONES DE SEGURIDAD/ P 34](#)



# MERRY CHRISTMAS FELIZ NAVIDAD



The International Society for the  
Advancement of Kinanthropometry



# 01

## El rincón del Presidente

Dado que todos los países en los que opera ISAK siguen muy afectados por las presiones del COVID, es sorprendente, pero no por ello menos satisfactorio, ver que se ha recuperado el nivel de oferta de cursos que veíamos hace casi dos años, antes de que se produjera la pandemia. Y lo que es más importante, a juzgar por la ausencia de indicios de lo contrario, estos cursos se están llevando a cabo de forma segura, teniendo siempre en cuenta la salud de todos los participantes en los cursos, tanto los estudiantes como los sujetos y los instructores. Mi agradecimiento y felicitación a todos.

Ayer, Nueva Zelanda alcanzó su objetivo inicial de que el 90% de la población elegible (todos los mayores de 12 años, salvo cuando esté médicaamente contraindicado) se haya vacunado al menos una vez contra la COVID, y el objetivo secundario de que el 90% esté totalmente vacunado sigue siendo la meta a corto plazo. Vacunarse o no es, por supuesto, una elección personal, pero animo a nuestros miembros a que también tengan en cuenta la salud y el bienestar de todas las personas con las que se relacionan habitualmente a la hora de tomar esa decisión.



Este número del Boletín de ISAK marca otro hito en su historia. En 2013, el profesor Fernando Ferreyro (México) tomó el relevo como editor de la Dra. Carmel Nottle (Australia) y, desde entonces, Fernando y su equipo han producido boletines extraordinarios que fueron y siguen siendo un placer leer. Todos ellos se presentaban de forma muy profesional e incluían fotos de calidad y gráficos de alto nivel. Por ello, en octubre acepté con gran pesar la dimisión de Fernando como editor. Tanto personalmente como en su nombre, agradezco sinceramente a Fernando todo el trabajo que puso en su producción y hago extensivo ese agradecimiento a los distintos miembros de su equipo: Gerardo Israel Rejón Chan, revisor y editor auxiliar, Arantza Quiroz Ferreyro, responsable de diseño, Jennifer Davis, antigua revisora y traductora y Mario Boeta Pineda, antiguo soporte informático.

A falta de siete meses, los que tengan intención de asistir a la Conferencia ISAK en la Universidad de Alicante en 2022 deben avanzar en su planificación, si no lo han hecho ya. Esto es especialmente importante para aquellos que necesiten viajar internacionalmente en avión, ya que los vuelos podrían seguir estando restringidos hasta bien entrado el próximo año. La carga de trabajo de los organizadores de la conferencia, que ya ha tenido que ser aplazada en dos ocasiones, ha sido colosal. Nuestro mejor reconocimiento a ese esfuerzo será asistir a la Conferencia si es posible.

A medida que el número de cursos vuelve a sus niveles anteriores a COVID, también vuelve el volumen de trabajo necesario de la Secretaría para apoyarlos. En sí mismo no es un reto, pero en los últimos dos años la Secretaría también ha asumido una serie de proyectos importantes, por ejemplo, el desarrollo de la página web de ISAK, la provisión de Manuales en línea y los cursos estandarizados, todos los cuales necesitan una atención y gestión detalladas. El resultado es que la carga de trabajo de la Secretaría es ahora mayor que nunca. No puedo sino agradecer al Secretario General su disposición a asumir estas tareas adicionales, tan hábilmente respaldadas por los demás miembros de la Secretaría.

El cambio climático sigue manifestándose en todo el mundo y Nueva Zelanda no es diferente. Aunque hemos tenido mucha suerte aquí en la región de Wellington, en el último año y medio se han producido inundaciones y corrimientos de tierra devastadores en muchas otras partes del país.



Incluso éstos han sido relativamente menores comparados con la destrucción que han sufrido muchos otros países. Sólo espero que ninguno de ustedes haya tenido que sufrir las consecuencias de un clima tan extremo, además de todos los desafíos que presenta el COVID.

La Navidad y otras fiestas igualmente significativas están a punto de llegar. Espero que ustedes y sus familias puedan disfrutar de un tiempo especial juntos y que al menos descansen un poco después de un segundo año muy difícil.

**Mike MARFELL-JONES**  
**Presidente**

# 02

## Informe del Secretario General

### LA CINEANTROPOMETRÍA COMO DISCIPLINA GLOBAL

Desde la Secretaría General supone una enorme satisfacción ver el auge actual de la Cineantropometría. Sin duda, nos encontramos en el momento más en forma de su historia debido a la enorme expansión que tiene su uso entre los profesionales sanitarios. Y esto no sólo se debe al amplio número de instructores que existen, sino sobre todo, al amplísimo número de países donde se practica y en los que ya se ha convertido en una práctica habitual.

Es importante que los profesionales que nos dedicamos a este ámbito de la Salud tratemos de investigar, trabajar y desarrollar disciplinas y técnicas que ayuden a esa globalización de los recursos sanitarios. Y pienso que ésta es la ventaja más importante de la Cineantropometría: una disciplina al alcance de decenas de miles de profesionales en todo el mundo en favor de la Salud de las personas y del Deporte.

Desde ISAK entendimos esto y el actual Comité Ejecutivo empezó hace casi siete años un proyecto que debía fomentar este aspecto democratizador de la ciencia sanitaria, además de la globalización de nuestra disciplina en todos los continentes.

En ISAK trabajamos con datos que evidencian el crecimiento increíble de la Cineantropometría en países como México. Pero también en otros como Brasil, Argentina, EEUU, Chile, España o Australia, donde se cuenta con un auge evidente que todas las cifras corroboran.

Esta expansión se debe a que es una técnica económica, accesible y rápida con la que se extrae una información muy valiosa para el Deporte y la Nutrición. El hecho de que la aceptación de nuestra disciplina sea tan amplia y tenga el crecimiento que está viviendo en países tan dispares, habla de la versatilidad y accesibilidad que la Cineantropometría aporta al profesional, así como a la universalidad que supone como recurso para que la Salud llegue a las personas.

También se trata de una disciplina que los antropometristas hemos sabido adaptar a los tiempos de pandemia que nos ha tocado vivir. Así lo demuestran los más de 300 cursos oficiales que se han podido llevar a cabo entre los meses más duros en los que el Covid ha estado entre nosotros.



## INFORME DEL SECRETARIO GENERAL

La primera reacción desde la Sociedad fue emitir la normativa y recomendaciones que debían cumplirse en cualquier curso de formación. Igualmente, la adaptación de todos los protocolos enfocados a la toma de mediciones para cualquier antropometrista. Todas estas medidas han sido perfectamente aplicables, lo que es otro síntoma de la versatilidad y la accesibilidad con la que se pueden aplicar las técnicas cineantropométricas una vez que contamos con profesionales con el conocimiento adquirido y bien formados.

Para esta formación, también nos hemos sabido adaptar y hemos encontrado el camino por el cual la docencia ha podido continuar durante la pandemia. La realidad es que la formación a distancia de esta disciplina es muy complicada, pero se autorizó en el tiempo que se consideró prudencial que la parte teórica, previa solicitud del instructor, se puede dar online. La parte práctica requiere de técnica y correcciones que difícilmente se logran telemáticamente. Nos hemos adaptado ágilmente y para la parte práctica seguimos las recomendaciones que nos indican las autoridades sanitarias: grupos reducidos, distancia, locales amplios y ventilados...

Pero la versatilidad de nuestra disciplina no sólo queda ahí.

La Cineantropometría también puede estar muy vinculada al mundo digital y a las nuevas tendencias de análisis de datos que nos llevan a aplicar herramientas como el big data o tecnologías similares. Es por eso por lo que desde ISAK llevamos meses trabajando en un software específico de apoyo al antropometrista. Este software precisamente quiere ser parte de la evolución que vengo apuntando y permitirá al antropometrista tener su "propia base de datos privada" de los sujetos a los que trate, obviamente, con todas las garantías en cuanto a seguridad y privacidad en el manejo de datos.

Todo esto nos permite hablar de una disciplina "de moda" porque se adapta a las necesidades actuales: accesibilidad, Sociedad Internacional y rigurosidad científica. Con la Cineantropometría se permite el acceso a medidas protocolizadas a un mayor colectivo de personas por su buena relación coste/beneficio. Y el resultado es lo más importante: una práctica profesional que permite apoyar la vida, la salud y el deporte que practican las personas de cualquier índole.

Para finalizar, quiero desear a todos los miembros de la comunidad ISAK unas felices fiestas navideñas y los mejores deseos personales y profesionales para el año 2022.

Dr. Francisco Esparza-Ros  
Secretario General y Vicepresidente

Puede consultar las recomendaciones ISAK para realizar Cursos en la página 34 de esta ISAK Newsletter.

# 03

## Biografía

### Dr Arthur David Stewart

NIVEL 4  
EX-VICEPRESIDENTE

El Consejo de ISAK anuncia con profunda tristeza el fallecimiento del Dr Arthur David Stewart, ISAK nivel 4 y anterior vicepresidente, tras una lucha contra el cáncer.

Arthur jugó un papel esencial y tuvo una enorme contribución en todos los aspectos relacionados con el Consejo de ISAK desde julio de 2002 hasta 2014. Fue vicepresidente durante seis años, trabajó en el Grupo de Acreditaciones durante 12 años y fue coautor de las ediciones de 2006 y 2011 del Manual ISAK y el Handbook, además de Kinanthropometry IX y XI, las actas de los congresos de ISAK en Tesalónica (Grecia) y Guangzhou (China). Sumado a esto, Arthur imprimió y envió certificados ISAK durante dos años y fue distribuidor del Manual de ISAK en Reino Unido hasta 2020. Su contribución en todas estas actividades fue de incalculable valor.



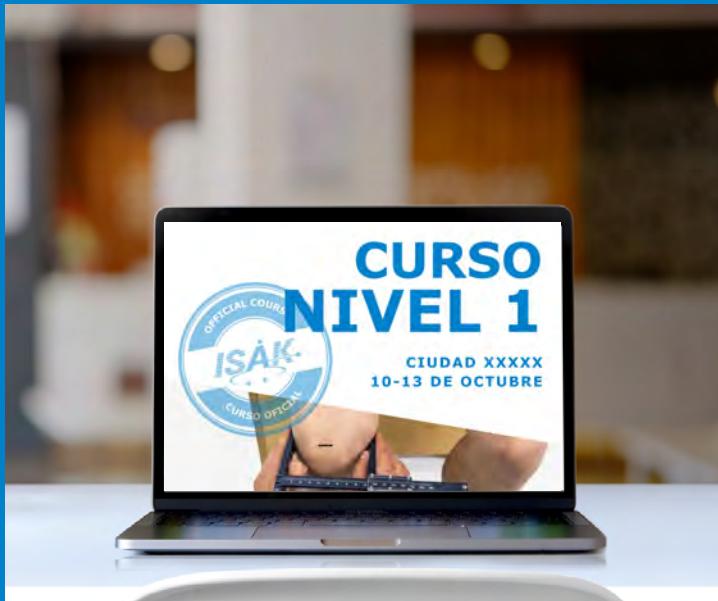
Profesor de gran talento, Arthur fue uno de los antropometristas de ISAK más influyentes. Fue nombrado Nivel 4 en 2003 y desde entonces lideró la antropometría de ISAK en Reino Unido. También era un gran investigador y fue autor de artículos de investigación de reconocido prestigio internacionalmente.

En su vida no académica, Arthur estaba igualmente realizado. Sus actividades de ocio y deporte se centraban en la naturaleza, haciendo esquí nórdico y ciclismo. Era un músico capacitado y un hombre que tenía una gran pasión y compromiso con su familia. Su fuerte fe claramente influenció sus interacciones con los demás y le dio un gran consuelo a lo largo de su vida y, en particular, en sus últimos meses. Todo el mundo que conoció a Arthur bien recordará también su humor y distintivo acento escocés.

Las más sinceras condolencias en nombre de ISAK para su esposa, la Dra. Ann Gold, y sus dos hijas, Amy y Jenna.

# 04

## Noticias



### PLANTILLAS PARA LA PROMOCIÓN DE CURSOS ISAK

La Secretaría pone a disposición de los/as instructores/as plantillas de diseño profesional para la promoción corporativa de los cursos ISAK.

De esta forma, se asegura la puesta en valor de cursos oficiales. Si no le ha llegado, póngase en contacto escribiendo a [info@isak.global](mailto:info@isak.global)

### OBITUARIO JOSÉ RAMÓN ALVERO

Desde ISAK lamentamos el fallecimiento del Dr. José Ramón Alvero Cruz, Médico Especialista en Medicina del Deporte afincado en Málaga (España). Profesor Titular de la Universidad de Málaga y Doctor en Medicina y Ciencias del Deporte, Alvero es una de las figuras históricas de la Medicina del Deporte en España y un miembro reconocido Nivel 3 de ISAK. Desde hace más de 30 años, el Dr. Alvero defendió la Cineantropometría como disciplina, situándose como uno de los pioneros en España y en Europa. D.E.P.



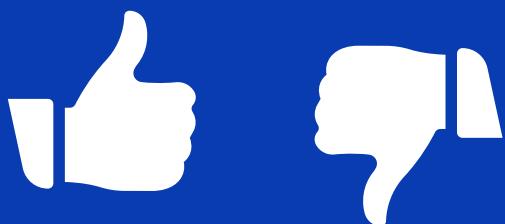
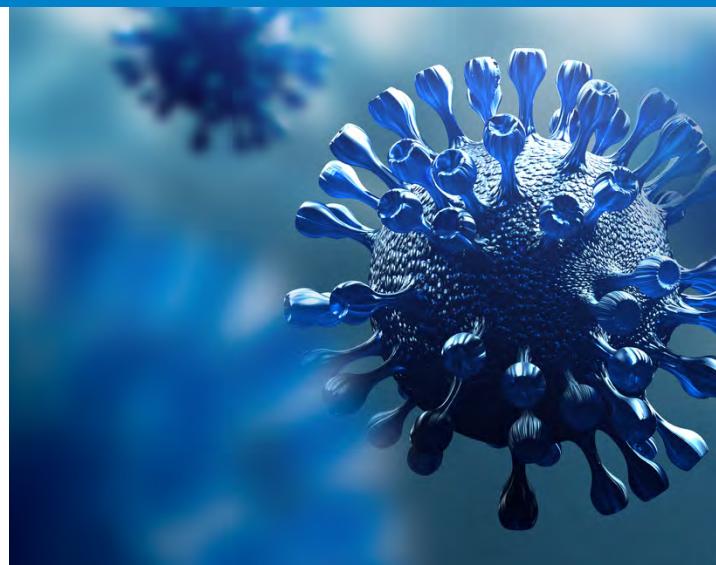


## UTILIDADES DEL CANAL OFICIAL DE YOUTUBE

ISAK dispone de un canal oficial de Youtube donde se puede consultar las diferentes medidas de perfil completo y restringido. Tanto en español como en inglés, el canal recoge en vídeos con una edición muy clara y nítida las pautas adecuadas según las últimas actualizaciones. Búsquenos en [youtube.com/ISAKGlobal](https://youtube.com/ISAKGlobal)

## EXTENSIÓN EN LA ACREDITACIÓN Y MEMBRESÍA ISAK A CAUSA DE COVID

Recordamos que debido a la evolución del COVID en la mayoría de los países, el Consejo de ISAK decidió el pasado mes de junio de 2021 dar una prórroga a los plazos anteriores. Por favor, consulten con la Secretaría General de ISAK el plazo ampliado para sus acreditaciones y membresías.



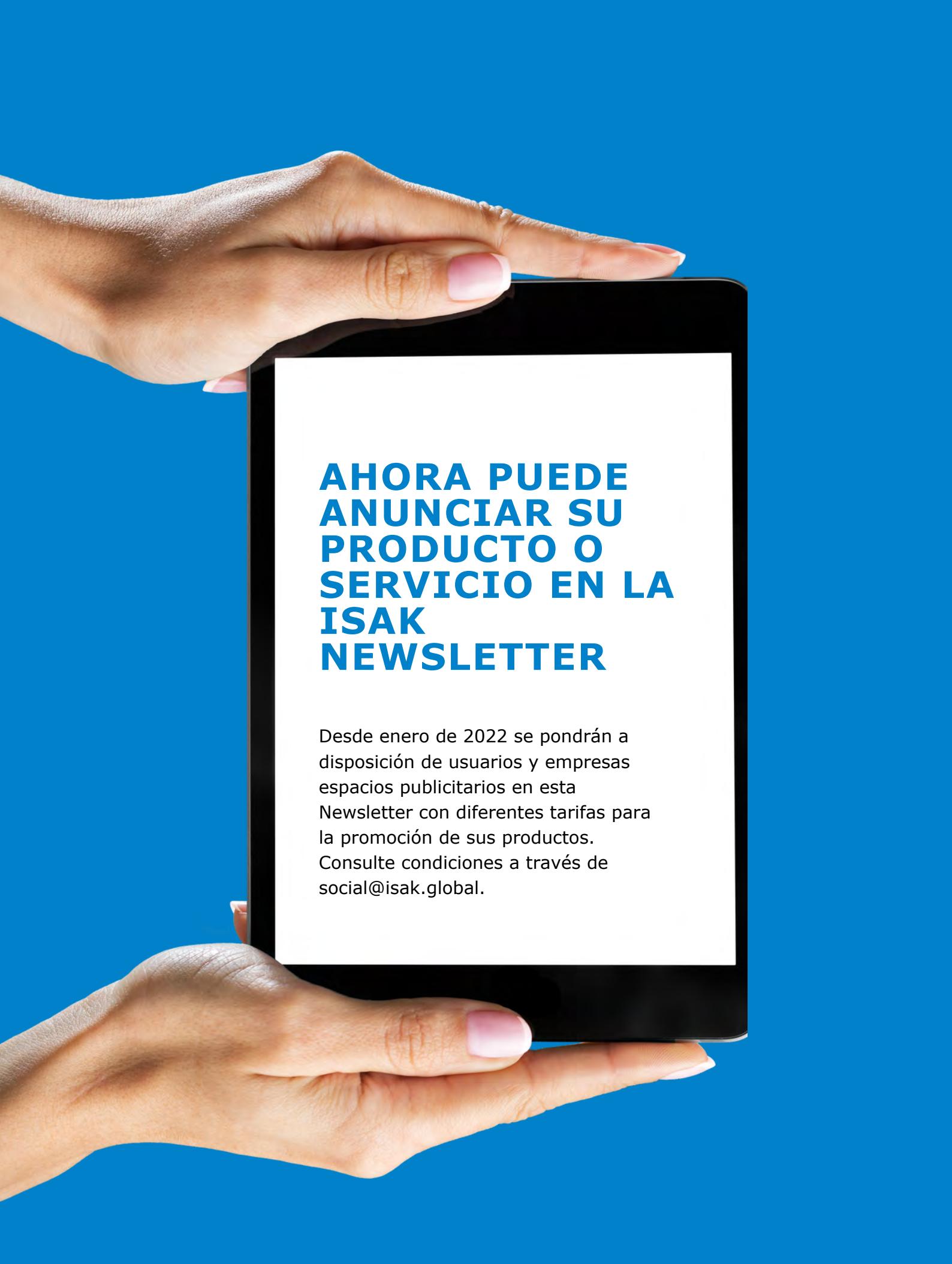
NIVEL 1  
NIVEL 2  
NIVEL 3  
NIVEL 4

NIVEL I  
NIVEL II  
NIVEL III  
NIVEL IV

## LA IMPORTANCIA DE LA NOMENCLATURA

Es necesario unificar criterios en la nomenclatura ISAK para evitar confusiones.

Recordamos que la opción Correcta es 1, 2, 3, 4. Y la Incorrecta es I, II, III, IV.



A woman's hands are shown from the side, holding a black smartphone vertically against a solid blue background. The phone's screen displays the following text in large, bold, blue capital letters:

## AHORA PUEDE ANUNCIAR SU PRODUCTO O SERVICIO EN LA ISAK NEWSLETTER

Desde enero de 2022 se pondrán a disposición de usuarios y empresas espacios publicitarios en esta Newsletter con diferentes tarifas para la promoción de sus productos. Consulte condiciones a través de [social@isak.global](mailto:social@isak.global).

**05**

## Congreso Mundial



**XVII CONGRESO MUNDIAL DE CINEANTROPOMETRÍA  
ALICANTE (ESPAÑA) | 14-16 JULIO 2022**



<https://www.facebook.com/ISAK.UA.20/>



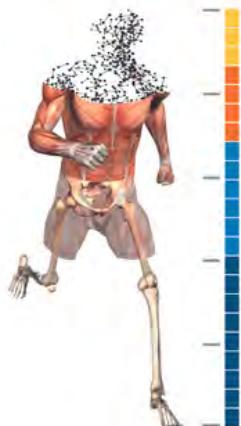
@isak\_ua\_2022



@isak\_ua\_2022



<https://web.ua.es/es/world-conference-isak/xvii-congreso-mundial-de-cineantropometria.html>



# XVII CONGRESO MUNDIAL DE CINEANTROPOMETRÍA

UNIVERSIDAD DE ALICANTE - ESPAÑA  
**14 al 16 - JULIO 2022**

### 14 -16 JULIO DE 2022

Desde ISAK y la Universidad de Alicante, nos gustaría invitaros a compartir junto a nosotros el XVII Congreso Mundial de Cineantropometría que se celebrará en la Universidad de Alicante, España, desde el 14 al 16 de julio de 2022. El congreso se llevará a cabo en la propia Universidad de Alicante, que está ubicada en una población muy próxima a la ciudad de Alicante, y está rodeada a su vez por todas las comodidades e infraestructuras para el adecuado desarrollo del congreso.

### PROGRAMA MULTIDISCIPLINAR

Estamos convencidos de que encontrarán un programa académico multidisciplinar muy atractivo, en el que participarán expertos de diferentes áreas del Ejercicio Físico y la Salud, que presentarán novedosos trabajos de investigación y expondrán su extensa experiencia a nivel profesional.

### TEMAS PRINCIPALES

1. Innovación educativa y tecnologías en composición corporal.
2. Rendimiento deportivo y cineantropometría.
3. Cooperación al desarrollo.

**"El tema principal del Congreso se vincula a la innovación y las aplicaciones de la composición corporal. La evaluación, seguimiento e interpretación de la composición corporal en situaciones de salud, enfermedad, deporte es de gran interés para los profesionales de la salud y de la actividad física y deporte".**

**JOSÉ MIGUEL MARTÍNEZ SANZ.**  
Presidente del Congreso.

DEPARTAMENTO DE ENFERMERÍA.  
FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD. UNIVERSIDAD DE ALICANTE.

**ROBERTO CEJUELA ANTA.**  
Presidente del Comité Científico.

DEPARTAMENTO DE DIDÁCTICA GENERAL Y DIDÁCTICAS ESPECÍFICAS, FACULTAD DE EDUCACIÓN. UNIVERSIDAD DE ALICANTE.

**ALEJANDRO MARTÍNEZ RODRÍGUEZ.**  
Presidente del Comité Organizador.

DEPARTAMENTO DE QUÍMICA ANALÍTICA, NUTRICIÓN Y BROMATOLOGÍA. FACULTAD DE CIENCIAS. UNIVERSIDAD DE ALICANTE.

# 06

## Ciencia y Cineantropometría

**Nutrition and Health**

**Simple anthropometry-based calculations to monitor body composition in athletes: Scoping review and reference values**

Diego A Bonilla<sup>iD</sup>, Lidia G De León, Pedro Alexander-Cortez, more... Show all authors ▾

First Published April 1, 2021 | Review Article | Find in PubMed | Check for updates | <https://doi.org/10.1177/02601060211002941>

**Bonilla, Diego A et al. "Simple anthropometry-based calculations to monitor body composition in athletes: Scoping review and reference values." Nutrition and health, 2601060211002941. 1 Apr. 2021, <https://doi.org/10.1177/02601060211002941>**

### **Antecedentes:**

La cineantropometría ofrece a los profesionales del ejercicio y de la salud un procedimiento estandarizado de adquisición de medidas anatómicas superficiales que podrían utilizarse para seguir los cambios en la composición corporal.

### **Objetivo:**

Describir índices antropométricos sencillos para monitorear los cambios en la composición corporal de los atletas recreacionales y de élite, y proporcionar valores de referencia durante la fase de competición.

### **Métodos:**

Se realizó una búsqueda de artículos indexados en las bases de datos PubMed/MEDLINE, ScienceDirect, Cochrane y SciELO utilizando el algoritmo de búsqueda body composition AND (anthropometric OR skinfolds OR circumferences OR girth OR estimation equation) AND "body fat". Los criterios de inclusión fueron: investigaciones cuantitativas y/o cualitativas publicadas entre 2009 y 2020, escritas en inglés o español, que informaran sobre índices antropométricos simples que incluyeran pliegues cutáneos, perímetros o medidas básicas en deportistas recreacionales y de élite.

### **Resultados:**

Un total de 51 estudios (índice de Price = 66,4%) cumplieron los criterios de inclusión y fueron incluidos en esta revisión de alcance. En contra de la práctica frecuente, el uso de una ecuación de regresión podría no ser exacto para evaluar la composición corporal. Para evitarlo, los antropometristas deberían basar su análisis en los valores absolutos de la sumatoria de los pliegues cutáneos ( $\Sigma S$ ) y las variables relacionadas, como las circunferencias corregidas por pliegues cutáneos y el índice de masa magra. Aunque no son definitivas, ya que es necesario seguir investigando, las recomendaciones prácticas y los valores de referencia actualizados en fase de competición que aporta esta revisión contribuirían a la identificación de cambios en la composición corporal.

### **Conclusiones:**

La  $\Sigma S$  y el índice de masa magra han demostrado ser válidos para controlar los cambios en la masa grasa y la masa libre de grasa, respectivamente. Se necesita más investigación para derivar el coeficiente específico del índice de masa magra para cada población deportiva.

### **Palabras clave:**

Antropometría; masa grasa; aptitud física; adaptación fisiológica; grosor de los pliegues cutáneos; ciencias de la nutrición y del deporte.

06

# Ciencia y Cineantropometría

The image shows the cover of the journal "Experimental Gerontology". The cover features the Elsevier logo at the top left, followed by the journal title "Experimental Gerontology" and its homepage URL "journal homepage: www.elsevier.com/locate/expgero". Below the title, it says "Review" and "Anthropometry as a readily accessible health assessment of older adults". The authors listed are Carlos J. Padilla, Fernando A. Ferreyro, and W. David Arnold. There are also several small text blocks indicating affiliations with various medical centers in the USA and Mexico. The Elsevier logo is also present on the right side of the cover.

**Padilla, C. J., Ferreyro, F. A., & Arnold, W. D. (2021). La antropometría como una evaluación de la salud de fácil acceso para los adultos mayores. *Experimental gerontology*, 153, 111464.**  
<https://doi.org/10.1016/j.exger.2021.111464>

## La antropometría como una evaluación de la salud de fácil acceso para los adultos mayores

La antropometría (derivada del griego Anthropos: humano y metron: medida) se refiere a la recopilación y medición sistemática de las características físicas del cuerpo humano, principalmente el peso corporal, el tamaño y la forma del cuerpo. Los valores antropométricos están estrechamente relacionados con factores genéticos, características ambientales, condiciones sociales y culturales, estilo de vida, estado funcional y salud.

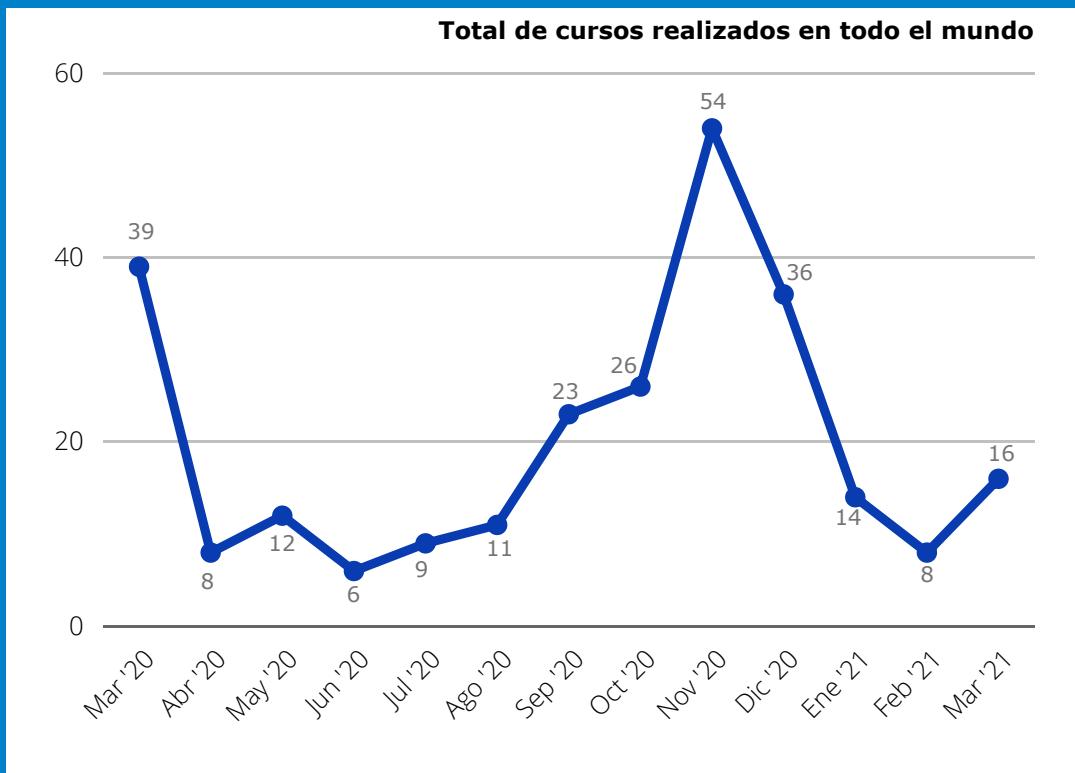
Las mediciones antropométricas se pueden utilizar para evaluar el riesgo de desnutrición, obesidad, desgaste muscular, aumento de la masa grasa y mala distribución del tejido adiposo. Los posibles factores modificables incluyen circunferencias, pliegues cutáneos y peso corporal. Tanto la altura como los diámetros de los huesos no son modificables. La cineantropometría es el estudio del tamaño, la forma, la proporcionalidad, la composición, la maduración biológica y la función corporal, con el fin de comprender el proceso de crecimiento, ejercicio, rendimiento deportivo y nutrición.

El envejecimiento de la población, que se asocia con un mayor riesgo de enfermedades crónicas y discapacidad, es uno de los cambios demográficos más importantes que enfrentan muchos países. Los indicadores antropométricos son medidas simples, portátiles, no invasivas, económicas y de fácil aplicación que se pueden aplicar fácilmente en poblaciones geriátricas para guiar medidas preventivas e intervenciones médicas en adultos mayores.





## El éxito de los Cursos ISAK durante la pandemia



Durante el primer año de pandemia, desde marzo de 2020 hasta marzo de 2021, se han logrado celebrar 262 cursos oficiales de ISAK en todo el mundo. En la ISAK Newsletter de mayo de 2020 publicamos las consideraciones de seguridad para mediciones antropométricas en un curso en época post-COVID y se ha estado al lado de los instructores las veces que lo han requerido.

Este hecho ha demostrado una vez más la capacidad tecnológica y organizativa de la Sociedad. ISAK está estructurada para ser gestionada de forma ágil y eficaz, ofreciendo servicio a cualquier miembro del mundo a través de la web de la Sociedad. Ante unas cifras tan importantes, desde el equipo de ISAK sólo cabe destacar el esfuerzo de los instructores.

# Consideraciones de seguridad para mediciones antropométricas en un mundo post-Covid-19

## Para la realización de medidas a sujetos

### LÁVESE LAS MANOS Y USE GUANTES

Previa a la higiene de manos (agua +jabón o solución hidroalcohólica), utilizar guantes de un sólo uso. Utilizar los guantes para un sólo sujeto. Retirar los guantes al acabar de tomar medidas. Deberá realizar higiene de manos de nuevo y usar guantes nuevos para iniciar el estudio en otro sujeto.

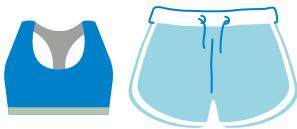
### LLEVE MASCARILLA

Mascarilla para el antropometrista, para el ayudante y para el sujeto



### PIDA A LOS SUJETOS IR PREPARADOS

Siempre que sea posible, pedir al sujeto que venga con la ropa de medición puesta



### LIMPIE TODO LO QUE USE

Limpiar las zonas donde van las marcas con gel hidroalcohólico. Al acabar de marcar al sujeto, limpiar el lápiz o marcador con gel hidroalcohólico.



### CUIDE EL MATERIAL

Tras cada medición limpiar el instrumental con gel hidroalcohólico. Verificar que el gel no deteriora el instrumental, si lo deteriorara, utilizar otro tipo de desinfectante.



### CAMBIE DE GUANTES CON CADA SUJETO

El ayudante deberá llevar guantes de un solo uso. Deberá cambiar los guantes con cada sujeto al tener contacto con el instrumental o el sujeto



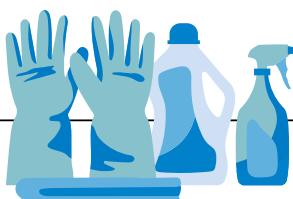
### ASEGURE LA LIMPIEZA

Confiar con un servicio de limpieza que desinfecte la sala tras cada medición.



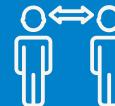
### DESINFECTE LOS VESTUARIOS

Si se utilizó un vestuario para el cambio de ropa, se debe higienizar la zona, tras acabar de medir al sujeto.



# Consideraciones de seguridad para la realización de cursos ISAK

- Deberán seguir las indicaciones de cada país para realizar reuniones y adaptarse al número de personas que permitan reunirse.



- Dispondrá de una sala para impartir la parte teórica, que permita una separación de 2 metros entre cada alumno. Para la parte práctica ésta separación será la misma para cada pareja de alumnos.



- Siempre que sea posible, pedir a los alumnos que vengan con la ropa de medición ya puesta. En caso de necesitar una habitación para cambiarse de ropa, la utilizarán de forma individual y tras su realización debe desinfectarse para que pueda ser utilizada por otra persona.



- En las prácticas, previa higiene de manos (agua+jabón o solución hidroalcohólica). Todos utilizarán guantes de un solo uso. Se cambiarán los guantes cuando se realice un cambio de pareja y se realizará previamente, de nuevo, la higiene de manos.



- Tanto en la parte teórica como en la práctica, todos los asistentes deberán llevar mascarilla facial.

- Limpiar con gel hidroalcohólico las zonas anatómicas que se van a marcar. Al acabar de hacer las marcas, limpiar también el lápiz o marcador dermatográfico con gel hidroalcohólico.



- Tras cada medición, limpiar el instrumental con gel hidroalcohólico. Verificar que el gel no deteriora el instrumental, si lo deteriorara, utilizar otro tipo de desinfectante.

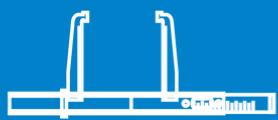
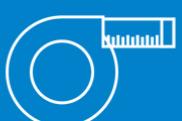
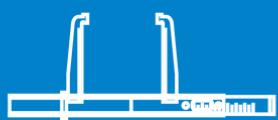
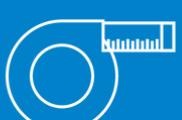
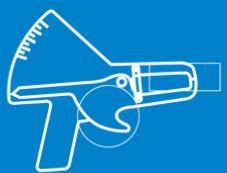
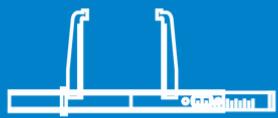
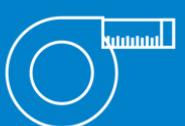


- Para mejorar los modelos de examen, se realizarán las medidas descritas anteriormente, para la toma de medidas en sujetos.

- El instructor debe lavarse con agua y jabón o gel hidroalcohólico las manos y se colocará sus guantes cada vez que contacte con un alumno para dar alguna explicación y hará el mismo protocolo antes de contactar con otro alumno.



- Contar con un servicio de limpieza que desinfecte la sala tras cada sesión del día.



**Contact**  
**[social@isak.global](mailto:social@isak.global)**

