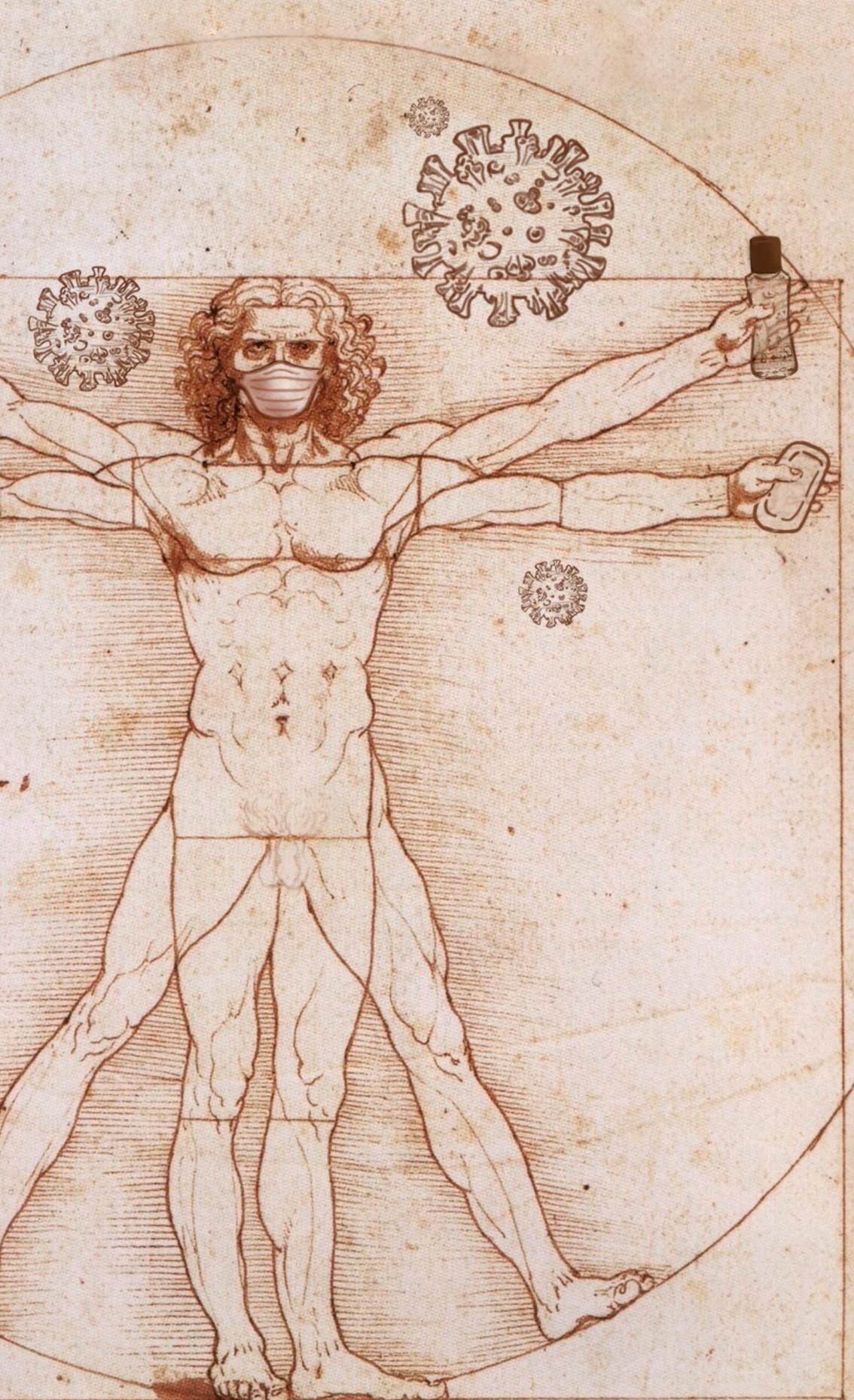


ISAK Newsletter

Issue XL May 2020



COVID-19 PANDEMIC / PANDEMIA COVID-19

New date of XVII World
Conference on
Kineanthropometry (ISAK-UA
2020) /

*Nueva fecha del XVII
Congreso Mundial en
Cineantropometría (ISAK-UA
2020)*

ISO 9001 Certificate /
Certificado ISO 9001

INDEX / ÍNDICE

PRESIDENT'S CORNER / <i>EL RINCÓN DEL PRESIDENTE</i>	3
SECRETARY GENERAL'S REPORT / <i>INFORME DEL SECRETARIO GENERAL</i>	5
COVID-19 PANDEMIC / <i>PANDEMIA COVID-19</i>	7
New date of XVII World Conference on Kineanthropometry (ISAK-UA 2020) / Nueva fecha del XVII Congreso Mundial en Cineantropometría (ISAK-UA 2020)	8
ABOUT KINANTHROPOMETRY AND BODY COMPOSITION / ACERCA DE LA CINEANTROPOMETRÍA Y COMPOSICIÓN CORPORAL	9
Important but overlooked aspects of anthropometry courses / <i>Aspectos importantes pero pasados por alto de los cursos de antropometría</i>	9
Kinanthropometry: beyond the conventional / <i>Cineantropometría: más allá de lo convencional</i>	11
Development of an Anthropometric Prediction Model for Fat-Free Mass and Muscle Mass in Elite Athletes / <i>Desarrollo de un Modelo Antropométrico de Predicción para la Masa Libre de Grasa y Masa Muscular en Atletas de Élite</i>	12
Anthropometric indicators and lifestyles related to the atherogenic index in the adult population / <i>Indicadores antropométricos y estilos de vida relacionados con el índice aterogénico en población adulta</i>	13
NEWS / NOTICIAS	14
ISO 9001 Certificate / Certificado ISO 9001	14
Sport Nutrition's Working days of the CONADE / <i>Jornadas de Nutrición Deportiva de la CONADE</i>	15
COURSE REPORTS / <i>REPORTE DE CURSOS</i>	16
ISAK OFFICE BEARERS / <i>CONTACTO DIRECTIVO DE ISAK</i>	17
Consideraciones de seguridad para mediciones antropométricas en un mundo post-COVID 19 / <i>Safety considerations for anthropometric measurements in a post-COVID 19 world</i>	20

FROM THE EDITOR / DEL EDITOR

ISAK newsletter is a disclosure space for the activities of the society and its active members. It is an honor for me to edit this newsletter and organize your ideas for you. For any questions or comments you can refer to:
kinanthreport@isak.global

Kind regards.

ISAK newsletter es un espacio de divulgación para las actividades propias de la sociedad y de sus miembros activos. Para mí es un honor el editar este boletín y darle vida a las ideas plasmadas por ustedes para ustedes. Para cualquier tema duda o comentario se pueden referir a:
kinanthreport@isak.global

Saludos cordiales.



PROF. FERNANDO FERREYRO BRAVO.



PRESIDENT'S CORNER

EL RINCÓN DEL PRESIDENTE

All ISAK members are currently in an unprecedented time in their lives with the COVID-19 pandemic. We watch and listen with genuine concern as we are informed of the tragedy that has struck nearly every country, the tightened border and internal social controls that have followed in its wake and the resultant economic disasters. We shall, of course, survive, but it will take a long, long time to recover what we have lost. I have not heard of any deaths in members' families so hope that no news is good news. If any of you have lost a family member, please accept our sincere condolences.

The pandemic has had two specific flow-on effects for ISAK. Firstly, national, regional and local social isolation, the only effective way to prevent the spread of the virus, has meant all ISAK courses and examinations have had to go on hold. We don't know how long this will last, but I shall re-echo here my March communication to all Level 3's and 4's that no ISAK courses should be run until such time as the transmission or potential transmission of COVID-19 in their region is no longer a concern. Whilst there are no courses, there will be no income for ISAK itself from accreditation and membership fees. If ISAK was less financially sound, this could have proved disastrous. Fortunately, as I'm sure you will be pleased to know, prudent management by ISAK Councils over the past six years has put ISAK in a good position to weather this storm.

Secondly, the 2020 Conference, scheduled for July at the University of Alicante, has had to be postponed until July 2021. ISAK is grateful to the Conference organizers, led by José Miguel Martínez Sanz, Roberto Cejuela Anta and

Todos los miembros de ISAK se encuentran actualmente en un momento sin precedentes en sus vidas con la pandemia COVID-19. Observamos y escuchamos con genuina preocupación mientras estamos informados de la tragedia que ha afectado a casi todos los países, la frontera más estricta y los controles sociales internos que han seguido a su paso y los desastres económicos resultantes. Por supuesto, sobreviviremos, pero tomará mucho, mucho tiempo recuperar lo que hemos perdido. No he oído hablar de ninguna muerte en las familias de los miembros, así que espero que el no recibir noticia sea una buena noticia. Si alguno de ustedes ha perdido a un miembro de su familia, acepte nuestras más sinceras condolencias.

La pandemia ha tenido dos efectos de flujo específicos para ISAK. En primer lugar, el aislamiento social nacional, regional y local, la única forma efectiva de prevenir la propagación del virus, ha significado que todos los cursos y exámenes de ISAK hayan tenido que esperar. No sabemos cuánto durará esto, pero volveré a repetir aquí mi comunicado de marzo a todos los niveles 3 y 4 de que no se deben ejecutar cursos ISAK hasta el momento en que la transmisión o el potencial de transmisión del COVID-19 en su región ya no sea una preocupación. Si bien no hay cursos, no habrá ingresos para ISAK por las tarifas de acreditación y membresía. Si ISAK fuera menos sólido financieramente, esto podría haber sido desastroso. Afortunadamente, como estoy seguro de que estarán complacidos de saber, la gestión prudente de los Consejos de ISAK en los últimos seis años ha puesto a ISAK en una buena posición para resistir esta tormenta.

Alejandro Martínez Rodríguez, for their wisdom in taking this decision to postpone as soon as the long-term threat posed by COVID-19 became apparent.

At the same time as these events have been unfolding, the ISAK Secretariat has continued to operate even within the confines of lockdown in both Spain and New Zealand. As you will see from the Secretary-General's report, ISAK has just been re-certified by Bureau Veritas for the ISO 9001 quality standard. On behalf of all members, I both thank and congratulate Dr. Esparza and Dr. Vaquero on their hard work and achievement in securing this on-going recognition.

Lastly, I wish to draw your attention to the imminent ISAK Council elections. Voting will begin on May 10th and can be accomplished on-line by signing in to your profile in isak.global, clicking on the "Elections" option in the left-hand column and following the simple instructions. All members are entitled to vote and I encourage you to do so, but please exercise your votes with care as the future of ISAK is in your hands. Candidate profiles will be available as part of the voting process.

Mike MARFELL-JONES
President

En segundo lugar, la Conferencia 2020, programada para julio en la Universidad de Alicante, tuvo que posponerse hasta julio de 2021. ISAK agradece a los organizadores de la Conferencia, liderados por José Miguel Martínez Sanz, Roberto Cejuela Anta y Alejandro Martínez Rodríguez, por su sabiduría al tomar esta decisión de posponer tan pronto como la amenaza a largo plazo planteada por COVID-19 se hizo evidente.

Al mismo tiempo que estos eventos se han desarrollado, la Secretaría de ISAK ha continuado operando incluso dentro de los límites del encierro tanto en España como en Nueva Zelanda. Como verán en el informe del Secretario General, ISAK acaba de volver a certificarse por Bureau Veritas para el certificado de calidad ISO 9001. En nombre de todos los miembros, agradezco y felicito al Dr. Esparza y a la Dra. Vaquero por su arduo trabajo y sus logros para asegurar este reconocimiento continuo.

Por último, deseo llamar su atención sobre las inminentes elecciones del Consejo ISAK. La votación comenzará el 10 de mayo y puede realizarse en línea iniciando sesión en tu perfil en isak.global, haciendo clic en la opción "Elecciones" en la columna de la izquierda y siguiendo las sencillas instrucciones. Todos los miembros tienen derecho a votar y les animo a que lo hagan, pero ejerzan sus votos con cuidado ya que el futuro de ISAK está en sus manos. Los perfiles de candidatos estarán disponibles como parte del proceso de votación.

Mike MARFELL-JONES
Presidente





SECRETARY GENERAL'S REPORT

INFORME DEL SECRETARIO GENERAL

Dear ISAK members,

I am addressing everyone in a difficult situation worldwide due to the COVID-19 pandemic. In this circumstance, we wish you to be well and that your loved ones are not affected.

After my last report last December, the normal thing would have been to talk about the ISAK Conference in Alicante, or more recently about the electoral process for the ISAK Board of Directors, where we want everyone to participate, but these aspects are so important for the Society. They have been relegated to the background due to the unsuspected importance and significance that the global pandemic is causing and that is affecting so much the normal development of ISAK activities.

At the moment, many ISAK members are asking themselves: How will we proceed after the pandemic? What measures should we take? And many more questions that it is time to ask.

Given all this ISAK, its Executive Committee is seeking and providing solutions to the problems that may arise, our attitude is to provide solutions and seek alternatives, but all this at the moment cannot be done as quickly as we would like, since we are immersed in the majority of the countries of the world in fighting against the COVID-19 and until the situation is normalized, we should not adopt hasty measures to avoid changes in criteria that would be detrimental to the credibility and future of ISAK members.

The first step the Executive Committee has taken, which was unanimously approved, was to extend the certifications automatically for a

Estimados y apreciados miembros de ISAK,

Me dirijo a todos con una situación difícil a nivel mundial por la pandemia del COVID-19. Ante esta circunstancia deseamos que estéis bien y vuestros seres queridos no se encuentren afectados.

Tras mi último informe del pasado diciembre, lo normal hubiera sido hablar de la Conferencia de ISAK en Alicante, o más recientemente del proceso electoral para la Junta Directiva de ISAK, donde queremos que todos participéis, pero estos aspectos tan importantes para la Sociedad han quedado relegados a un segundo plano por la importancia y transcendencia insospechada que está causando la pandemia a nivel mundial y que tanto está afectando al normal desarrollo de las actividades de ISAK.

En estos momentos muchos miembros de ISAK se están preguntando ¿Cómo procederemos tras la pandemia?, ¿qué medidas hemos de tomar?, y muchas más preguntas que nos es el momento de formular.

Ante todo esto ISAK, su Comité Ejecutivo está buscando y dando soluciones a los problemas que pueden plantearse, nuestra actitud es dar soluciones y buscar alternativas, pero todo esto en estos momentos no puede hacerse con la rapidez que desearíamos, pues estamos inmersos en la mayoría de los países del mundo en luchar contra el COVID-19 y hasta que la situación no se normalice, no debemos adoptar medidas precipitadas para evitar cambios de criterio que serían perjudiciales para credibilidad y el futuro de los miembros de ISAK.

period of 9 months, with the aim of not causing further concerns to the members that expired.

This is the line of action that governs the ISAK Executive Committee, we are alert to adapt to circumstances with the intention of providing ISAK members as much as possible with the activities they must carry out and we are open to reasonable proposals for ISAK to continue growing.

In this ISAK Newsletter we publish safety considerations for anthropometric measurements in a post-COVID world, which has been supervised by the Preventive Medicine service of the Reina Sofía Hospital in Murcia (Spain).

I am confident that in my next report, we can talk about projects and an already expired COVID-19 pandemic. We all wish so.

With my best wishes for health.

Francisco Esparza-Ros
ISAK Secretary General

Como primera medida que ha tomado el Comité Ejecutivo, que fue aprobada por unanimidad, se prorrogarán las certificaciones de forma automática durante un periodo de 9 meses, con el objetivo de no causar más preocupaciones a los miembros que les caducarán.

En este ISAK Newsletter publicamos unas consideraciones de seguridad para mediciones antropométricas en un mundo post-COVID, que ha sido supervisado por el servicio de Medicina Preventiva del Hospital Reina Sofía de Murcia (España).

Esta es la línea de actuación que rige en el Comité Ejecutivo de ISAK, estamos alertas a adaptarnos a las circunstancias con la intención de facilitar a los miembros de ISAK todo lo posible las actividades que deban realizar y estamos abiertos a propuestas razonables para que ISAK siga creciendo.

Confío que en mi próximo informe, podamos hablar de proyectos y de una pandemia del COVID-19 ya vencida. Así lo deseamos todos.

Con mis mejores deseos de salud.

Francisco Esparza-Ros
Secretario General de la ISAK





COVID-19 PANDEMIC / PANDEMIA COVID-19

Coronaviruses are a large family of viruses which may cause illness in animals or humans. The most recently discovered coronavirus causes coronavirus disease COVID-19.

This new virus and disease were unknown before the outbreak began in Wuhan, China, in December 2019. COVID-19 is now a pandemic affecting many countries globally.

What are the symptoms of COVID-19?

The most common symptoms of COVID-19 are fever, dry cough, tiredness and shortness of breath. Some patients may have aches and pains, nasal congestion, sore throat or diarrhea.

What can we do to protect ourselves and prevent the spread of disease?

- Regularly clean our hands with an alcohol-based hand rub or wash them with soap and water.
- Maintain at least 2 meters (7 feet) distance between ourselves and anyone who coughs or sneezes.
- Avoid touching eyes, nose and mouth.
- Use face masks when close to other people or in crowded places.
- Constantly clean and disinfect objects for personal use (cell phone, computer, etc.).
- Follow the instructions of the relevant health authorities at national and local level.

To more information visit:

<https://www.who.int/news-room/q-a-detail/q-a-coronaviruses>

Los coronavirus son una extensa familia de virus que pueden causar enfermedades tanto en animales como en humanos. El coronavirus que se ha descubierto más recientemente causa la enfermedad por coronavirus COVID-19. La COVID-19 ahora es una pandemia que afecta a muchos países en el mundo.

Tanto el nuevo virus como la enfermedad eran desconocidos antes de que estallara el brote en Wuhan (China) en diciembre de 2019.

¿Cuáles son los síntomas de la COVID-19?

Los síntomas más comunes son fiebre, tos seca, cansancio y falta de aire. Algunos pacientes pueden presentar dolores, congestión nasal, rinitis, dolor de garganta o diarrea.

¿Qué podemos hacer para protegernos y prevenir la propagación de la enfermedad?

- Lavarnos las manos con frecuencia utilizando agua y jabón, o desinfectante a base de alcohol.
- Mantener una distancia mínima de 2 metros (7 pies) ante cualquier persona que tosa o estornude.
- Evitar tocarnos los ojos, nariz y boca.
- Utilizar mascarillas faciales (cubrebocas) al estar cerca a otras personas o en lugares concurridos.
- Limpiar y desinfectar constantemente objetos de uso personal (teléfono celular, computadora, etcétera).
- Seguir las indicaciones de las autoridades sanitarias pertinentes a nivel nacional y local.
- Mantenernos informados sobre las últimas novedades en relación con la COVID-19.

Para más información visitar:

<https://www.who.int/es/emergencies/diseases/novel-coronavirus-2019>

NEW DATE OF XVII WORLD CONFERENCE ON KINEANTHROPOMETRY (ISAK-UA 2020) /

NUEVA FECHA DEL XVII CONGRESO MUNDIAL EN CINEANTROPOMETRÍA (ISAK-UA 2020)

Dear colleagues,

Regarding COVID-19 worldwide situation and its complications, following the guidelines from Spanish Health Ministry, the Organization Committee of the International Conference of Kinanthropometry have decided to POSPONE the conference. For this reason, the new dates will be 1st to 3rd of July in 2021, at Alicante University.

We truly believe that this action will guarantee the success of the conference. We will keep the Scientific Program of the conference. Thus, giving us the opportunity to share the event with the largest number of anthropometrists around the world. Therefore, we offer a preview of our scientific program and the sponsors of the conference on the web page indicated below.

In addition, a new period for sending scientific papers will reopen from September 1, 2020.

See you at #ISAKUA

Jose Miguel Martinez Sanz.



Estimados colegas

En el contexto de la situación actual provocada por la epidemia de virus COVID-19 y sus implicaciones globales y siguiendo las recomendaciones dadas por el Ministerio de Sanidad de España, la organización de la XVII edición del Congreso Mundial de Cineantropometría ha tomado la decisión de posponer el evento. Las nuevas fechas son del 1 al 3 de julio de 2021 en la Universidad de Alicante.

Creemos firmemente que esta decisión garantizará el éxito del congreso, manteniendo el programa científico tal como está y permitiéndonos compartir el evento con el mayor número de antropometristas de todo el mundo. Por ello, os ofrecemos un adelanto de nuestro programa científico y los patrocinadores del evento en la página web que se indica abajo.

Además, se volverá abrir un nuevo periodo de envío de comunicaciones científicas a partir del 1 de septiembre de 2020.

Nos vemos en #ISAKUA

José Miguel Martínez Sanz.

More information on / Más información en:

- Web: <https://web.ua.es/es/world-conference-isak/>
- Facebook: <https://www.facebook.com/ISAK.UA.20/>
- Instagram: @isak_ua_2020
- Twitter: @isak_ua_2020



Important but overlooked aspects of anthropometry courses /

Aspectos importantes pero pasados por alto en los cursos de antropometría

One contemporary paradox is that as our world changes at an ever-accelerating rate on the relentless march towards progress, in some areas, change is virtually non-existent.

Turning to anthropometry, I'm now imagining Jindřich Matiegka, the Czechoslovakian medic and physical anthropometrist, one of the founding fathers of our discipline. He is teaching an anthropometry class a century ago to his attentive and enthusiastic students in a traditional lab setting. Looking more closely, the measuring equipment in use is very similar to that we use today. If the tools are similar, it follows that the principles of anthropometric measurement practice are also similar, and the main difference is that today we have an unprecedented capability for sharing best practice beyond the laboratory, the institution and across the world.

Matiegka, like many of us will have found himself teaching groups of students on undergraduate courses the theoretical principles of why we need to make measurements, along with demonstration of the techniques in a practical setting. Perhaps he would have found the same faults to correct as I have, over a 37-year career teaching anthropometry, and suspect these faults are not unique to the former Czechoslovakia or Scotland, and that readers might recognise them in their own institutions.



Precision calipers from 1940 and 2010.

Plicómetros de 1940 y del 2010.

Una paradoja contemporánea es que a medida que nuestro mundo cambia a un ritmo cada vez más acelerado en la implacable marcha hacia el progreso, en algunas áreas, el cambio es prácticamente inexistente.

En cuanto a la antropometría, ahora me estoy imaginando a Jindřich Matiegka, el médico y antropometrista físico checoslovaco, uno de los padres fundadores de nuestra disciplina. Él enseñó una clase de antropometría hace un siglo a sus estudiantes atentos y entusiastas en un entorno de laboratorio tradicional. Mirando más de cerca, el equipo de medición usado es muy similar al que usamos hoy. Si las herramientas son similares, se deduce que los principios de la práctica de medición antropométrica también son similares, y la principal diferencia es que hoy tenemos una capacidad sin precedentes para compartir las mejores prácticas más allá del laboratorio, de la institución y en todo el mundo.

Matiegka, como muchos de nosotros, se habría encontrado enseñando a grupos de estudiantes en cursos de pregrado los principios teóricos de por qué necesitamos hacer mediciones, junto con la demostración de las técnicas en un entorno práctico. Quizás habría encontrado los mismos fallos para corregir que yo, durante una carrera de 37 años enseñando antropometría, y sospecho que estos fallos no son exclusivos de la antigua Checoslovaquia o Escocia y que los lectores podrían reconocerlos en sus propias instituciones.

Hereunder, I share with you some points relate mostly to teaching undergraduate students and not necessarily specific ISAK courses.

- Arrange the measurement space, keep all instruments off the floor and not in an anthropometric box.
- Before making any measurement in a standing posture, ensure your feet are positioned appropriately to make a good reading of the instrument; one near the participant's feet or the box and the other further away.
- Don't play 'the crocodile' with skinfold calipers, this should be used silently.
- Learn how to read the instrument scale.
- Know what numbers to expect (in terms of measurement value).
- Learn how to divide in two without a calculator.
- Don't play with the anatomical model of the skeleton in the laboratory.
- Keep the floor clear of shoes.
- Don't leave data lying around the lab of measured people.
- Check your technique against the tutor.
- Be careful when writing the data to avoid transcription errors.
- Maintaining learners' professional conduct during classes.

As long as anthropometry remains useful to science, it will be found in various forms in nutrition, sports science, human biology, anthropology and ergonomics. ISAK practitioners may therefore find themselves in front of a class where there is insufficient time to teach with the rigour ISAK has instilled in us. Especially in these moments it is crucial that we do not lose sight of what is most important of all. After all, if we don't have faith in our own measurements, we might as well throw them away.

For more information about subject:

a.d.stewart@rgu.ac.uk

PhD. Arthur Stewart.

A continuación, comparto una serie de puntos relacionados principalmente con la enseñanza de estudiantes de pregrado y no necesariamente con cursos específicos de ISAK.

- Organice el espacio de medición, tenga todos los instrumentos alejados del piso y no en una caja antropométrica.
- Antes de realizar cualquier medición en posición de pie, asegúrese de que sus pies estén posicionados adecuadamente para hacer una buena lectura del instrumento; uno cerca de los pies del participante o la caja y el otro más lejos.
- No juegues al "cocodrilo" con los plícometros, estos deben de mantenerse en silencio.
- Aprenda a leer la escala del instrumento.
- Sepa qué números esperar (en términos de valor de medición).
- Aprender a dividir por dos sin una calculadora.
- No jugar con el modelo anatómico del esqueleto en el laboratorio.
- Mantener el piso libre de zapatos.
- No dejar hojas de trabajo con datos de las personas medidas en el laboratorio.
- Comprobar tu técnica respecto al tutor.
- Tener al momento de escribir los datos para evitar errores en la transcripción.
- Mantener la conducta profesional de los alumnos durante las clases.

Mientras la antropometría siga siendo útil para la ciencia, se encontrará en diversas formas en nutrición, ciencias del deporte, biología humana, antropología y ergonomía. Por lo tanto, los practicantes de ISAK pueden encontrarse frente a una clase donde no hay tiempo suficiente para enseñar con el rigor que ISAK nos ha inculcado. Especialmente en estos momentos es crucial que no perdamos de vista lo que es más importante para todos. Después de todo, si no tenemos fe en nuestras propias medidas, también podríamos tirarlas.

Para más información del tema:

a.d.stewart@rgu.ac.uk

PhD. Arthur Stewart.

Kinanthropometry: beyond the conventional /

Cineantropometría: más allá de lo convencional

From 1996 to date, the ISAK protocol rules have been established, however, what happens when the evaluator lives with a disability due to the lack of one of its members. Would this be a limitation in developing the protocol?

Eduardo is a student of the degree in Nutrition in Mexico from Professor Daniel Barrera (ISAK L3), who is interested in the ISAK protocol and has managed to adapt his prosthesis to the tape measurer and tape with the proposal of perfecting his anthropometric technique.

The video shown in the following (link) is generated with an educational, informative and scientific nature that can contribute to promoting other adapted forms of carrying out the protocol and that shows us that we set the limits ourselves.

Video link:

<https://www.youtube.com/watch?v=UG-jZz-t34s>

For more information about subject:

danielbarrerasa@hotmail.com

Desde 1996 hasta la fecha se han establecido las reglas del protocolo ISAK, sin embargo, que pasa cuando el evaluador vive con una discapacidad por falta de uno de sus miembros, ¿Esto sería un limitante para desarrollar el protocolo?

Eduardo es un estudiante de la licenciatura en Nutrición en México del profesor Daniel Barrera (ISAK N3), el cual está interesado en el protocolo ISAK y ha logrado adaptar su prótesis al plicómetro y cinta con la finalidad de perfeccionar su técnica antropométrica.

El video que se muestra en el siguiente link se genera con un carácter educativo, divulgativo y científico que pueda contribuir a impulsar a otras formas adaptadas de llevar a cabo el protocolo y que nos demuestra que los límites los ponemos nosotros mismos.

Enlace del video:

<https://www.youtube.com/watch?v=UG-jZz-t34s>

Para más información del tema:

danielbarrerasa@hotmail.com



Desarrollo de un Modelo Antropométrico de Predicción para la Masa Libre de Grasa y Masa Muscular en Atletas de Élite

Erik Sesbreno shares us the summary of his research work:

Objective: Develop anthropometric models for estimating fat-free mass (FFM) and skeletal muscle mass (SMM) using an accepted reference physique assessment technique.

Method: Sixty-four athletes across 18 sports underwent surface anthropometry and dual-energy X-ray absorptiometry (DXA) assessment. Anthropometric models for estimating FFM and SMM were developed using forward selection multiple linear regression analysis and contrasted against previously developed equations.

Results: Most anthropometric models under review performed poorly compared with DXA. However, models derived from athletic populations such as the Withers equation demonstrated a stronger correlation with DXA estimates of FFM ($r=.98$). Equations that incorporated skinfolds with limb girths were more effective at explaining the variance in DXA estimates of lean tissue (Sesbreno FFM [$R^2=.94$] and Lee SMM [$R^2=.94$] models).

Conclusion: The Sesbreno equation could be useful for estimating absolute indices of lean tissue across a range of physiques if an accepted option like DXA is inaccessible. Future work should explore the validity of the Sesbreno model across a broader range of physiques common to athletic populations.

For more information, visit:

<https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pubmed/32045882>

Erik Sesbreno nos comparte el resumen de su trabajo de investigación realizado:

Objetivo: Desarrollar modelos antropométricos para estimar la masa libre de grasa (FFMM, por sus siglas en inglés) y la masa muscular esquelética (SMM, por sus siglas en inglés) utilizando una técnica de evaluación del físico de referencia aceptada.

Métodos: Sesenta y cuatro atletas de 18 deportes se sometieron a evaluación antropométrica y a evaluación de absorciometría de rayos X de energía dual (DXA). Los modelos antropométricos para estimar FFM y SMM se desarrollaron utilizando análisis de regresión lineal múltiple de selección directa y contrastados con ecuaciones previamente desarrolladas.

Resultados: La mayoría de los modelos antropométricos en revisión se desempeñaron mal en comparación con DXA. Sin embargo, los modelos derivados de poblaciones atléticas como la ecuación de Withers demostraron una correlación más fuerte con las estimaciones DXA de FFM ($r = .98$). Las ecuaciones que incorporaron pliegues cutáneos con circunferencias de extremidades fueron más efectivas para explicar la varianza en las estimaciones de DXA de tejido magro (modelos Sesbreno FFM [$R^2 = .94$] y Lee SMM [$R^2 = .94$]).

Conclusión: La ecuación de Sesbreno podría ser útil para estimar índices absolutos de tejido magro en una variedad de físicos si una opción aceptada como DXA es inaccesible. El trabajo futuro debería explorar la validez del modelo Sesbreno en una gama más amplia de físicos comunes a las poblaciones atléticas.

Para más información, visitar:

<https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pubmed/32045882>

Anthropometric indicators and lifestyles related to the atherogenic index in the adult population /

Indicadores antropométricos y estilos de vida relacionados con el índice aterogénico en población adulta

Norma Gonzalez shares us the summary of his research work:

Objective:

The aim of this study was to determine which anthropometric indicators and to what extent are significantly related to the atherogenic index (AI) considering lifestyles (physical inactivity, average calorie consumption/day and smoking), age and sex in an adult population, apparently healthy, attached to a public health hospital in Mexico.

Method:

Cross-sectional observational study. Sample for convenience: N = 206 (148 women and 58 men).

Statistical analysis:

Correlational and binary logistic regression using SPSS 19.

Results and conclusions:

A significant relationship was found between the increase of all anthropometric indicators and the elevation of the AI, regardless of age. The waist/height and waist/hip indicators showed greater weight in this ratio in both sexes.

For more information about subject:

psicgonzalez@outlook.com

Norma González nos comparte el resumen de su trabajo de investigación realizado:

Objetivo:

Determinar los indicadores antropométricos relacionados significativamente con el índice aterogénico (IA) considerando estilos de vida (sedentarismo, promedio de consumo de calorías/día y tabaquismo), edad y sexo en una población adulta, en apariencia sana, adscrita a un hospital de salud pública de México

Métodos:

Estudio transversal-observacional. Muestra por conveniencia: N = 206 (148 mujeres y 58 hombres).

Análisis estadísticos:

Correlacionales y regresión logística binaria utilizando SPSS-19.

Resultados y conclusiones:

Se encuentra una relación significativa entre el incremento de todos los indicadores antropométricos y la elevación del IA independientemente de la edad. Los indicadores cintura/altura y cintura/cadera mostraron en ambos sexos mayor peso en dicha relación.

Para más información del tema:

psicgonzalez@outlook.com

ISO 9001 Certificate / Certificado ISO 9001

Last January and for the second consecutive year, the management of the General Secretariat was once again certified by Bureau Veritas with the ISO 9001 quality standard.

In the photo the ceremony of delivery of the certificate ISO 9001 of Bureau Veritas by its representative D. Patricio Cayuela and is received by the Dr. Raquel Vaquero (member executive committee ISAK) and by Dr. Francisco Esparza-Ros (Secretary General of ISAK)

El pasado mes de enero y por segundo año consecutivo, la gestión de la Secretaría General ha vuelto a ser certificada por Bureau Veritas con la norma de calidad ISO 9001.

En la foto acto de entrega del certificado ISO 9001 de Bureau Veritas por su representante D. Patricio Cayuela y es recibido por la Dra. Raquel Vaquero (miembro comité ejecutivo ISAK) y por el Dr. Francisco Esparza-Ros (Secretario General de ISAK)



Sport Nutrition's Working days of the CONADE / *Jornadas de Nutrición Deportiva de la CONADE*

From February 3 to 6, 2020, an update and standardization was carried out for Nutritionists of the National Commission for Physical Culture and Sport (CONADE) with the aim of improving the care of Olympic athletes on the way to the Tokyo 2020 Olympic Games.

The training was attended by the M.N.D. Christian Pureco (ISAK L3), who spoke about the benefits of anthropometry and of belonging to an International Society where the technique is standardized.

Likewise, other professionals in DXA, Bioimpedance and Anthropometry were present.

For more information about subject:

christianpureco@gmail.com

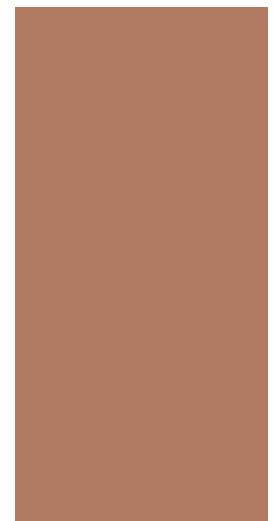
Del 3 al 6 de febrero de 2020 se llevó a cabo una actualización y estandarización a los Nutriólogos de la Comisión Nacional de Cultura Física y Deporte (CONADE) con el objetivo de mejorar la atención de los atletas olímpicos rumbo a los Juegos Olímpicos de Tokio 2020.

En la capacitación participó el M.N.D. Christian Pureco (ISAK N3), quien habló sobre los beneficios de la antropometría y de pertenecer a una Sociedad Internacional donde se estandariza la técnica.

Asimismo, se contó con la presencia de otros profesionales en DXA, Bioimpedancia y Antropometría.

Para más información del tema:

christianpureco@gmail.com



COURSE REPORTS / *REPORTE DE CURSOS*



INSTRUCTOR:

Alvaro N. Gurovich – ISAK Anthropometrist L3 and Francisco Morales Acuña – ISAK Anthropometrist L2.

Alvaro N. Gurovich – Antropometrista ISAK N3 y Francisco Morales Acuña – Antropometrista ISAK N2.

CERTIFICATION LEVEL / NIVEL DE CERTIFICACIÓN:

Level 2 / *Nivel 2.*

PLACE / LUGAR: Texas, United States.

DATE / FECHA: February, 2020 / *Febrero 2020.*

ISAK OFFICE BEARERS / CONTACTO DIRECTIVOS DE ISAK:

For full contact details, profiles and photographs of the office bearers please see the ISAK website.

Para detalles de los contactos, perfiles y fotografías de los titulares de los cargos por favor consulte el sitio web de la ISAK.

PRESIDENT / PRESIDENTE:

Prof. Michael Marfell-Jones (New Zealand – Nueva Zelanda).

E-mail: profmike@mjmj.nz

VICE PRESIDENT / VICEPRESIDENTE:

Dr. Shahram Faradjzadeh Mevaloo (Iran).

E-mail: sfaradjzadeh@yahoo.com

PAST PRESIDENT / EX PRESIDENTE:

Prof. J. Hans de Ridder (South Africa - Sudáfrica).

E-mail: hans.deridder@nwu.ac.za

SECRETARY GENERAL / SECRETARIO GENERAL:

Prof. Dr. Francisco Esparza-Ros (Spain - España).

E-mail: fesparza@ucam.edu; info@isak.global

TREASURER / TESORERO:

Prof. Michael Marfell-Jones (New Zealand – Nueva Zelanda).

E-mail: profmike@mjmj.nz

COUNCIL MEMBERS / MIEMBROS DEL CONSEJO:

• Prof. Pedro Arturo Alexander Cortez - Vocal (Venezuela).

E-mail: p_alexander_ve@yahoo.com

• Prof. Fernando Ferreyro Bravo - Vocal (México).

E-mail: fernando.ferreyro.bravo@gmail.com

• Dr. Manuel Sillero Quinatana - Vocal (Spain - España).

E-mail: manuel.sillero@upm.es

• Dr. Raquel Vaquero Cristóbal - Vocal (Spain - España).

E-mail: rvaquero@ucam.edu

KINANTHREPORT EDITOR / EDITOR DE KINANTHREPORT:

Prof. Fernando Ferreyro Bravo (México):

E-mail: kinanthreport@isak.global

MEMBER DETAIL CONTACTS / DETALLE DE CONTACTO DE MIEMBROS:

Don't forget to inform the Secretary General or President when your contact details change, particularly your email address. If you don't, we have no way of getting in touch with you when we need to.

No se olvide de informar al Secretario General o Presidente cuando sus datos de contacto cambien, especialmente si es su dirección de correo electrónico. Si no lo hace, no tenemos manera de ponernos en contacto con usted cuando se necesite.

TECHNICAL TEAM / EQUIPO TÉCNICO



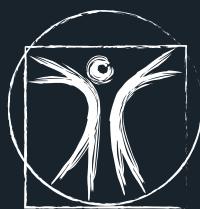
**Translator and reviewer of text in english
and auxiliar editor / Traductor y revisor del
texto en Inglés y editor auxiliar**

Gerardo Israel Rejón Chan



Designer manager / Gerente de diseño

Arantxa Quiroz Ferreyro





SAFETY CONSIDERATIONS FOR ANTHROPOMETRIC MEASUREMENTS IN A POST-COVID-19 WORLD

FOR CARRYING OUT MEASURES TO SUBJECTS

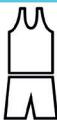


1.) WASH YOUR HANDS AND USE GLOVES

After cleaning your hands (water + soap or alcoholic solution), use single-use gloves. The same pair of gloves must be used only for one subject. Remove the gloves after taking the measurements. You should perform hand hygiene again and use new gloves to start the study in another subject.

2.) WEAR A MASK

Facial mask must be worn by the anthropometrist, the assistant and the subject.



3.) ASK THE SUBJECTS TO BE PREPARED

Whenever possible, ask the subject to come with the clothes needed for measurement already on.

4.) CLEAN EVERYTHING YOU USE

Clean the areas where the marks go with hydroalcoholic gel. When the subject's marking is finished, clean the pencil or marker with hydroalcoholic gel.



5.) TAKE CARE OF THE INSTRUMENTS

After each measurement, clean the instruments with water-alcohol gel. Verify that the gel does not deteriorate the instruments, and if it does, use another type of disinfectant.



6.) CHANGE THE GLOVES FOR EVERY SUBJECT

The assistant must wear single use gloves. He must change gloves for each subject if he has contact with the instruments or the subject.



7.) ASSURE CLEANLINESS

Have a cleaning service that disinfects the room after each measurement.



8.) SANITIZE THE CHANGING AREAS

If a dressing room was used for the change of clothes, the area must be sanitized after the subject has been measured.

FOR ISAK COURSES WHEN POSSIBLE AND WORK MEETINGS ALLOWED BY THE AUTHORITIES

1.) THEY **MUST** FOLLOW THE INDICATIONS OF EACH COUNTRY TO HOLD MEETINGS AND ADAPT TO THE NUMBER OF PEOPLE THEY ALLOW TO MEET.



2.) IT WILL HAVE A ROOM TO TEACH THE THEORETICAL PART, ALLOWING A SEPARATION OF **2M² BETWEEN EACH STUDENT**. FOR THE PRACTICAL PART THIS SEPARATION WILL BE THE SAME FOR EACH PAIR OF STUDENTS.



3.) WHENEVER POSSIBLE, ASK THE STUDENTS TO COME WITH THEIR MEASURING CLOTHES ALREADY ON. IN CASE THEY NEED A ROOM TO CHANGE THEIR CLOTHES, THEY WILL USE IT INDIVIDUALLY AND AFTER USING IT, IT **MUST BE DISINFECTED** SO THAT IT CAN BE USED BY ANOTHER PERSON.



4.) DURING THE PRACTICE, AFTER HAVING CLEANED THEIR HANDS (WATER + SOAP OR ALCOHOLIC SOLUTION), EVERYONE WILL USE **SINGLE-USE GLOVES**. THE GLOVES SHALL BE CHANGED WHEN A CHANGE OF PARTNER IS MADE AND HAND HYGIENE SHALL BE CARRIED OUT AGAIN BEFOREHAND.



5.) BOTH IN THE THEORETICAL PART AND IN THE PRACTICAL PART, ALL COURSE PARTICIPANTS MUST WEAR A **FACE MASK**.



6.) CLEAN WITH **HYDRO-ALCOHOLIC GEL** THE ANATOMICAL AREAS THAT ARE GOING TO BE MARKED. WHEN THE MARKS HAVE BEEN MADE, CLEAN THE PENCIL OR DERMOGRAPHIC MARKER WITH HYDROALCOHOLIC GEL AS WELL.



7.) AFTER EACH MEASUREMENT, **CLEAN** THE INSTRUMENTS WITH HYDRO-ALCOHOLIC GEL. VERIFY THAT THE GEL DOES NOT DETERIORATE THE INSTRUMENTS, IF IT DOES, USE ANOTHER TYPE OF DISINFECTANT.



8.) TO MEASURE THE MODELS OF THE EXAMINATION, THE **STEPS DESCRIBED ABOVE** FOR THE TAKING OF MEASURES IN SUBJECTS WILL BE CARRIED OUT.



9.) THE INSTRUCTORS MUST **WASH THEIR HANDS** WITH SOAP AND WATER OR HYDRO-ALCOHOLIC GEL AND WILL PUT ON GLOVES EVERY TIME THEY NEED TO TOUCH A STUDENT TO GIVE AN EXPLANATION. THEY WILL FOLLOW THE SAME PROTOCOL BEFORE TOUCHING ANOTHER STUDENT.



10.) HAVE A CLEANING SERVICE THAT **DISINFECTS** THE ROOM AFTER EACH SESSION OF THE DAY.



CONSIDERACIONES DE SEGURIDAD PARA MEDICIONES ANTROPOMÉTRICAS EN UN MUNDO POST-COVID-19

PARA LA REALIZACIÓN DE MEDIDAS A SUJETOS



1.) LÁVESE LAS MANOS Y USE GUANTES

Previa higiene de manos (agua + jabón o solución alcohólica), utilizar guantes de un solo uso. Utilizar los guantes para un solo 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.

2.) LLEVE MASCARILLA

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



3.) PIDA A LOS SUJETOS IR PREPARADOS

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

4.) 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.



5.) 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.



6.) CAMBIE DE GUANTES CON CADA SUJETO

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



7.) ASEGURE LA LIMPIEZA

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



8.) DESINFECTE LOS VESTUARIOS

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

PARA LA REALIZACIÓN DE CURSOS ISAK CUANDO SEA POSIBLE Y LAS AUTORIDADES PERMITAN REUNIONES DE TRABAJO

1.) DEBERÁN SEGUIR LAS **INDICACIONES** DE CADA PAÍS PARA REALIZAR REUNIONES Y ADAPTARSE AL NÚMERO DE PERSONAS QUE PERMITAN REUNIRSE.



2.) DISPONDRÁ DE UNA SALA PARA IMPARTIR LA PARTE TEÓRICA, QUE PERMITA UNA SEPARACIÓN DE **2M²** ENTRE CADA ALUMNO. PARA LA PARTE PRÁCTICA ESTA SEPARACIÓN SERÁ LA MISMA PARA CADA PAREJA DE ALUMNOS.



3.) SIEMPRE QUE SEA POSIBLE, PEDIR A LOS ALUMNOS QUE VENGA 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 UTILIZACIÓN **DEBE DESINFECTARSE** PARA QUE PUEDA SER UTILIZADA POR OTRA PERSONA.



4.) EN LAS PRÁCTICAS, PREVIA HIGIENE DE MANOS (AGUA + JABÓN O SOLUCIÓN ALCOHÓLICA), TODOS UTILIZARÁN **GUANTES DE UN SOLO USO**. SE CAMBIARÁN LOS GUANTES CUANDO SE REALICE UN CAMBIO DE PAREJA Y SE REALIZARÁ PREVIAMENTE NUEVAMENTE LA HIGIENE DE LAS MANOS.



5.) TANTO EN LA PARTE TEÓRICA, COMO EN LA PRÁCTICA, TODOS LOS ASISTENTES AL CURSO DEBEN LLEVAR **MASCARILLA FACIAL**.



6.) LIMPIAR CON **GEL HIDROALCOHÓLICO** LAS ZONAS ANATÓMICAS QUE SE VAN A MARCAR. AL ACABAR DE HACER LAS MARCAS, LIMPIAR TAMBIÉN EL LÁPIZ O MARCADOR DERMOGRÁFICO CON GEL HIDROALCOHÓLICO.



7.) 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.



8.) PARA MEDIR LOS MODELOS DEL EXAMEN, SE REALIZARÁN LAS **MEDIDAS DESCRIPTAS ANTERIORMENTE** PARA LA TOMA DE MEDIDAS EN SUJETOS.



9.) EL INSTRUCTOR DEBE **LAVARSE** CON AGUA Y JABÓN O CON 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.



10.) CONTAR CON UN SERVICIO DE LIMPIEZA QUE **DESINFECTE** LA SALA TRAS CADA SESIÓN DEL DÍA.

