

El **Estudio de la Composición Corporal** es un aspecto importante en la valoración del estado nutricional pues permite cuantificar las reservas corporales del organismo y, por lo tanto, detectar y corregir problemas nutricionales como situaciones de sobrepeso y obesidad, en las que existe un exceso de masa grasa o, por el contrario, desnutrición, situación en la que tanto la masa grasa como la masa muscular podrían verse sustancialmente disminuidas.



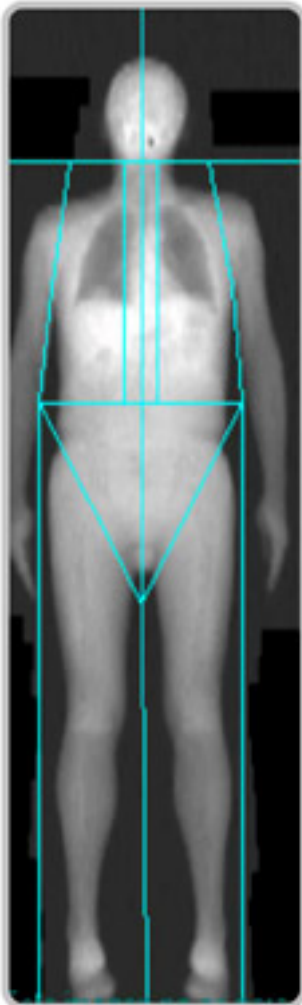
Existen una variedad de métodos que evalúan la composición corporal, entre ellos la Antropometría, entre los más reconocidos, que con la medición de pliegues cutáneos, diámetros, circunferencias y longitudes corporales permite estimar los diferentes tipos de masas.

Existen otros métodos que emplean como herramientas diferentes aparatos como ser la densitometría radiológica, la impedancia bioeléctrica la tomografía computada y la resonancia magnética.

La densitometría o absorciometría fotónica por rayos X (DXA), es la técnica que permite cuantificar y diferenciar, por medio de diferentes niveles de atenuación de rayos, tejidos con un alto contenido de minerales pesados, como el hueso de aquellos como la masa grasa carente de estos elementos.

La densitometría utiliza equipos ampliamente disponibles y utilizados para evaluación de masa ósea. Es una técnica segura, considerando que la dosis de radiación para la evaluación del cuerpo entero es llamativamente baja, además es una técnica con gran exactitud, precisión y sensibilidad para cuantificar los tres tipos principales de masas. Es ampliamente aceptada y utilizada en la práctica clínica. Esta contraindicada en el embarazo.

La densitometría permite la evaluación regional (tronco, brazos, piernas, pelvis) y total de los tres grandes compartimentos constituidos por la **masa ósea, la masa grasa y la masa magra**.



El estudio de composición corporal permite evaluar diferentes estados de salud y enfermedad como monitorear intervenciones terapéuticas o progreso de enfermedad que afectan el peso corporal.

Entre los estados de salud se evalúan los cambios en las diferentes regiones asociados al ejercicio físico o entrenamiento deportivo, por ello que es de gran valor práctico para el seguimiento y optimización del plan de entrenamiento de un deportista.

En conclusión podemos decir que **es una técnica radiológica no invasiva que permite una valoración de la composición corporal en forma rápida, precisa y exacta** cuyos resultados tienen aplicación en la medicina práctica y de investigación que no requiere del paciente ninguna recomendación en particular.

MÁS ACERCA DEL ESTUDIO PARA ATLETAS Y PERSONAS CON TRASTORNOS ALIMENTICIOS

‣ [Caso1: Mujer, blanca, 35 años.](#)

[Resultados obtenidos en la composición corporal luego de un año de entrenamiento deportivo para maratón \(42 kilómetros\).](#)

‣ [Caso2: Hombre, blanco, 56 años, 103kg.](#)