

RESUMEN

La presente investigación tiene como finalidad demostrar la Incidencia de la Composición Corporal y el Somatotipo en la flexibilidad de los bailarines de la Compañía Nacional de Danza, el trabajo se realizó con una muestra de 22 bailarines, de los cuales 11 son del sexo femenino y 11 del sexo Masculino en edades comprendidas desde los 23 a 44 años edad. Los bailarines fueron sometidos a evaluaciones para medir su composición corporal y somatotipo a través del test antropométrico, y mediante la goniometría para medir su flexibilidad. Se obtuvieron resultados base de una propuesta alternativa que se planteó dentro de la Compañía Nacional de Danza cuyos resultados concluyeron que 3 variables de la composición corporal como son el peso, grasa y músculo si inciden en la flexibilidad por la interacción que entre estas existe mientras que referente al somatotipo los datos no mostraron diferencias significativas evidenciando que el somatotipo no se relaciona con la flexibilidad promedio.

PALABRAS CLAVES

Composición Corporal

Somatotipo

Flexibilidad

Antropometría

Goniometría

ABSTRACT

This research aims to demonstrate the impact of body composition and somatotype in the flexibility of the dancers from the National Dance Company, the work was conducted with a sample of 22 dancers, of which 11 were female and 11 the male sex aged from 23 to 44 years old. The dancers were subjected to assessments to measure your body composition and somatotype through anthropometric test, and by goniometry for measuring flexibility. Results were obtained based on an alternative proposal that was raised in the National Dance Company whose results concluded that three variables of body composition such as weight, fat and muscle flexibility if they influence the interaction between these exists while somatotype concerning the data showed no significant difference showing that the somatotype not related to the average flexibility.

KEYWORDS

Body composition

somatotype

flexibility

anthropometry

goniometry