



Università degli studi di Cagliari  
Facoltà di Biologia e Farmacia  
Corso di Laurea in Scienze Naturali

## **Composizione corporea totale e segmentale in un campione di calciatori**

**Relatore:**  
Prof.ssa Elisabetta Marini

**Tesi di Laurea di:**  
Erika Fanari

**Anno accademico 2016/2017**

# Riassunto

*La valutazione della composizione corporea è utile per monitorare la performance degli atleti e i differenti tipi di allenamento; una mancata attenzione può infatti comportare problemi di salute, collegati all'intenso esercizio fisico, e agli stretti regimi alimentari che gli sportivi sono spesso costretti a rispettare. Lo scopo di questa ricerca è studiare la composizione corporea di un campione di atleti, utilizzando una procedura ancora nuova e poco conosciuta in questo contesto. È stato utilizzato un campione di 19 giovani atleti, di età compresa tra i 18 e 30 anni, appartenenti a differenti discipline sportive. Il campione è stato sottoposto a misurazioni di tipo antropometrico (peso, statura, perimetri e pliche) e impedenziometrico (resistenza e reattanza).*

*Per la valutazione di questo parametro è stata impiegata l'analisi vettoriale dell'impedenza bioelettrica (BIVA; Piccoli et al., 1994), nella variante specifica (Buffa et al., 2013; Marini et al., 2013), riversando particolare interesse alla composizione dell'intero corpo, arto inferiore e superiore.*

*È stata effettuata prima un'analisi delle differenze interne al gruppo (genere e tipo di sport) e successivamente è stata studiata la differenziazione rispetto a un campione di riferimento di non atleti. A questo scopo sono stati applicati i test statistici  $t$  di student e  $T^2$  di Hotelling.*

*Nelle rilevazioni antropometriche è risultato significativo il BMI per il confronto tra calciatori e campione di controllo, la plica tricipitale e sottoscapolare nel confronto tra calciatori e bodybuilders. Invece per quanto riguarda le componenti bioelettriche nel confronto tra il campione tra calciatori e bodybuilders e calciatori e controlli risultano significative resistenza, reattanza e impedenza del braccio.*

*La ricerca ha mostrato che la procedura applicata è utile alla valutazione della composizione corporea degli atleti. La prosecuzione delle analisi potrebbe consentire una migliore definizione delle differenze tra atleti praticanti diverse discipline sportive e per monitorare le variazioni legate all'esercizio fisico.*