

inefc

Institut Nacional
d'Educació Física
de Catalunya



Escola Catalana de Cineantropometria



Certificació Internacional en Cineantropometria

ISAK Nivell 1 – 2402.02.AIA
Barcelona, 16, 17 i 18 de febrer



Institut Nacional d'Educació Física de Catalunya
International Society for the Advancement of Kinanthropometry

PRESENTACIÓ

La cineantropometria és una ciència reconeguda per la UNESCO des de l'any 1978, que estudia la relació entre l'estructura i la funció humana. Està regulada internacionalment per la "INTERNATIONAL SOCIETY FOR THE ADVANCEMENT OF KINANTHROPOMETRY" (ISAK).

L'ESCOLA CATALANA DE CINEANTROPOMETRIA (ECC), a través de l'Institut Nacional d'Educació Física de Catalunya (INEFC), és la única institució de caràcter públic que organitza cursos oficials d'acreditació internacional de la ISAK a Catalunya. Aquests poden ser de Nivell 1 (inicial: 24 hores), de Nivell 2 (avançat: 32 hores), o de Nivell 3 (instructor: 56 hores).

L'ECC es complau en presentar el present *Curs d'Acreditació Internacional de Cineantropometria de Nivell 1*, susceptible de ser d'interès per a totes aquelles persones vinculades a les Ciències de l'Activitat Física i l'Esport, la Nutrició Humana i Dietètica, la Medicina, la Infermeria i la Fisioteràpia.

Direcció ECC:

Dra. Marta Carrasco Marginet

**Instructors acreditats ISAK:
(Nivells 3 o 4)**

Dr. Jordi Porta Manzanido (Nivell 4. Antropometrista Criteri ISAK)
Dr. Alfredo Iruetia Amigó (responsable acadèmic)
Dra. Marta Carrasco Marginet (Direcció ECC).
Mireia Porta Oliva (FC Barcelona)
Jordi Sarola Gassiot (Tecnocampus Mataró)
Toni Solà Perez (Realmet Institute SL)

Docents col·laboradors:

Sr. Quim Rosales Rafel & Ferran Faixat Botey (Faixat Bodyscan SL)

Administració ECC:**INEFC: Sr. José Vicente López Expósito (gestió acadèmica dels cursos)****Contacte ECC:**

ecc@gencat.cat | 934.255.445 Ext. 215 | Horari: 09:00h a 14:00h

Lloc:

INEFC Barcelona | Av. de l'Estadi, 12-22, 08038 Barcelona

Diplomes:

A la superació dels requisits, s'expedirà una doble certificació:

- Acreditació de Cineantropometrista de Nivell 1 per la ISAK.
- Acreditació d'Excel·lència en Cineantropometria per l'ECC.

Amb la col·laboració de:

PROGRAMA

Divendres

16 de febrer

Aula Magna 5

- 15:00 h. Entrega de documentació i pack de benvinguda.
Presentació ECC, acreditació ISAK-IASS, dinàmica del curs
2402.02.AIA Nivell 1.
- 15:30 h. (*Teoria*). Cineantropometria: introducció històrica i evolució.
- 16:00 h. (*Teoria*). La mesura antropomètrica: Anatomia bàsica aplicada:
plànols anatòmics espacials, posició de mesura (anatòmica,
fonamental i antropomètrica), mesures fonamentals i punts
anatòmics de referència del Nivell 1 (N1).
- 17:00 h. (*Teoria*). Equip antropomètric bàsic. Calibratge i normes d'ús.
- 18:00 h. *Pausa 30'* (canviar-se amb roba esportiva).
- 18:30 h. (*Teoria*). Estadística: valoració i control de la mesura
antropomètrica.
- 19:15 h. (*Pràctica*). Localització i marcatge dels punts anatòmics de
referència per a la mesura de les 21 variables del N1.
- 21:00 h. Final de jornada.



PROGRAMA

Dissabte

17 de febrer

Aula Magna 5

- 09:00 h. *(Teoria)*. Valoració de la composició corporal.
- 11:00 h. *(Teoria)*. El somatotipus.
- 12:00 h. Pausa 30' (canviar-se amb roba esportiva).
- 12:30 h. *(Pràctica)*. Perímetres i diàmetres del N1.
- 14:00 h. Dinar (14:00 h – 15:30 h).
- 15:30 h. *(Pràctica)*. Plecs cutanis del N1.
- 18:30 h. Descans 30 min.
- 19:00 h. *(Teoria)*. Índex antropomètrics de salut i esport.
- 20:00 h. *(Teoria)*. Ètica, proxèmia i consentiment informat.
- 21:00 h. Final de la jornada.



PROGRAMA

Diumenge

17 de febrer

Sala de judo

Aula 4

- 09:00 h. *(Pràctica)*. Simulació perfil restringit (N1): 21 variables.
- 11:00 h. *(Pràctica)*. Simulació examen pràctic acreditació (N1): 10 variables.
- 12:00 h. Examen teòric N1 (tipus test).
- 12:30 h. Examen pràctic N1 (segons directrius ISAK).
- 15:00 h. Final del curs: entrega de resultats i certificat d'assistència.

IMPORTANT:

El diumenge, dia de l'examen pràctic, els i les aspirants hauran de mesurar 10 variables antropomètriques a tres persones diferents (3 models). Cada aspirant haurà d'aportar el seu model. Això és un requisit obligatori per a poder avaluar-se, excepte en aquells casos de persones que no resideixen a Catalunya. Els models hauran de personar-se, amb roba adequada (*slip* o pantalons curts per als homes i bikini-top per a les dones) per a ser mesurats, a les 10:30 h en l'ECC; i estar disponibles per a l'examen pràctic, que s'iniciarà a les 12.30 h amb una duració estimada de dues hores.



PREUS

(24 PLACES MÀXIM)

ISAK NIVELL 1 - ECC

Preu general

Curs (320,00 €) + Gestió taxa ISAK (62,00 €): **382,00 €**

Preu estudiants:

Curs (294,40 €) + Gestió taxa ISAK estudiants (31,00 €): **325,40 €**

Inclou:

- Pertinença a ISAK durant 4 anys i 4 mesos.
- Accés al manual electrònic oficial del protocol de mesures antropomètriques ISAK*.
- Pack benvinguda ECC (bossa, llibreta, pendrive...).
- Material bibliogràfic en suport digital ECC.
- Lloguer del Kit antropomètric durant el curs.

- Qui vulgui disposar del manual ISAK imprès en paper, ho haurà de sol·licitar prèviament en el formulari d'inscripció al curs (cost: 30,00 €).
- Descompte de família nombrosa (general o especial) 5% sobre el preu del curs, acumulable al descompte d'estudiant (s'ha d'acreditar aquest descompte mitjançant un document justificatiu).

Descompte exclusiu del 8% sobre el preu del curs per a col·legiats* o estudiants** (Grau en Ciències de l'Activitat Física i de l'Esport de qualsevol centre universitari).

* *Col·legiació:* Curs (294,40 €) + Taxa ISAK (62,00 €): **356,40 €**

** *Estudiants:* Curs (294,40 €) + Taxa ISAK estudiants (31,00 €): **325,40 €**



INSCRIPCIÓ

Procediment d'inscripció:

1. Enviar un correu electrònic a ecc@gencat.cat, dirigint-se al Sr. José Vicente López Expósito (ECC), indicant l'interès per a la reserva de plaça del curs de Nivell 1 de la ISAK, amb codi: **2402.02.AIA**
2. En un termini de 24-48h, rebreu una resposta informant-vos de la disponibilitat o no de places lliures. En cas afirmatiu, se us informarà del procediment d'inscripció.
3. La reserva de plaça no serà vàlida fins l'enviament de les dades i la documentació que es sol·licita dins el [formulari d'inscripció de la web](#).
4. Un cop validada la sol·licitud, es comunicarà la confirmació/denegació de la plaça al correu indicat al formulari.

Terminis d'inscripció:

La **data límit** per inscriure's al curs 2402.02.AIA de Nivell 1 de la ISAK és el **22 de gener**, aquest inclòs.

Informació addicional:

Per a més informació, podeu contactar amb el **Sr. José Vicente López Expósito** (gestió acadèmica dels cursos), en el telèfon **93.425.54.45 (extensió 215)**, de 09:00h a 14:00h de **dilluns a divendres**, o bé enviar un correu electrònic a ecc@gencat.cat.



ASSISTÈNCIA

L'assistència al curs és obligatòria. Qualsevol circumstància excepcional haurà de ser comunicada amb antelació a l'ECC (ecc@gencat.cat). Serà potestat de l'ECC resoldre-ho a favor de l'interessat o interessada, si s'escau. Tanmateix, la falta d'assistència a alguna de les classes podria comportar la pèrdua dels drets de matrícula (expulsió del curs) sense possibilitat de cap retorn econòmic per part de l'INEFC.

Segons la ISAK, tot anàlisi antropomètric es realitza mitjançant 3 persones amb 3 rols diferenciats (troica): 1) antropometrista (avaluador/a), 2) subjecte avaluat (model), 3) persona que anota els resultats (anotador/a o secretari/a).

- Tant a la simulació prèvia com durant l'examen pràctic, s'aplicarà aquesta estructura d'equips de 3 persones . La única diferència serà que a la simulació els models seran els propis alumnes, i a l'examen de diumenge seran els models aportats pels propis aspirants.
- Per a optimitzar l'aprenentatge, la majoria de les classes pràctiques del curs es realitzaran per parelles (i no per grups de 3), eliminant o minimitzant el rol d'anotador/a.
- La matriculació al curs suposarà l'acceptació de participar com a model en la dinàmica normal de les classes pràctiques. Aquest fet suposarà venir obligatòriament amb roba adient, tant en el cas dels nois (pantaló curt tipus "short") com les noies (malles curtes o "shorts" i "top esportiu" o "bikini").



CERTIFICATS

inefc

Institut Nacional
d'Educació Física
de Catalunya

 Generalitat
de Catalunya



Avaluació i expedició de certificats

Independentment del *Certificat d'Assistència al Curs* (s'entregarà al final del curs), l'alumnat poder obtenir una doble certificació oficial:

Certificat Oficial de la ISAK com a Cineantropometrista de Nivell 1 (per a 4 anys i 4 mesos)

Per obtenir-lo caldrà:

- Realitzar presencialment les 24 hores de formació del curs.
- Superar l'examen pràctic del curs amb una qualificació mínima del 80%.
- Presentar, en el termini màxim de 4 mesos posteriors al curs, una proforma (arxiu que serà facilitat al curs) amb l'anàlisi antropomètric de 20 subjectes amb un error tècnic de mesura (intraobservador) òptim.

Certificat Oficial de l'ECC d'Excel·lència en Cineantropometria (Nivell 1)

Per obtenir-lo caldrà:

- Estar en disposició d'obtenir el Certificat Oficial de la ISAK (requisits anteriors).
- Addicionalment a haver superat amb nota d'excel·lent l'examen pràctic de l'acreditació ISAK Nivell 1, obtenir també una qualificació d'excel·lent a l'examen teòric realitzat just abans de l'examen pràctic.



L'ESCOLA CATALANA DE CINEANTROPOMETRIA (FAQ - 1)

Escola Catalana de Cineantropometria: centre d'acreditació de la *International Society for the Advancement of Kinanthropometry (ISAK)*

1. *Què és la Cineantropometria?*

És la ciència (UNESCO, 1978) que estudia la relació entre l'estructura i la funció humana. De caràcter transversal i d'aplicació directe a múltiples àmbits on la mesura de la grandària, la forma i les proporcions corporals humanes són necessàries (arquitectura, antropologia, disseny industrial, ergonomia, etc.), és en l'àrea de la valoració la composició corporal (càlcul del teixit adipós, massa muscular, massa òssia i aigua) on la Cineantropometria es mostra com una eina indispensable per a tots els i les professionals de l'àmbit de la salut i l'esport. Ciència que, internacionalment, està regulada per la "*International Society for the Advancement of Kinanthropometry*" (ISAK).

2. *Què és la ISAK?*

Es la societat internacional pel desenvolupament de la cineantropometria que regula aquesta ciència. La ISAK assegura el màxim rigor, acadèmic i científic, dels protocols i normes de mesura necessaris per a realitzar qualsevol intervenció cineantropomètrica. La ISAK posseeix una estructura formativa exigent, que vehicula a través d'uns cursos d'acreditació de diferents nivells, reconeguts professionalment arreu del món.

3. *Què és l'ECC?*

L'Escola Catalana de Cineantropometria és un projecte institucional de l'Institut Nacional d'Educació Física de Catalunya (INEFC). Amb voluntat integradora, aglutina a tots els instructors catalans autoritzats per la ISAK, per a la realització de cursos oficials d'acreditació en cineantropometria.



L'ESCOLA CATALANA DE CINEANTROPOMETRIA (FAQ - 2)

4. Perquè l'ECC a l'INEFC?

L'Institut Nacional d'Educació Física de Catalunya posseeix una llarga trajectòria en l'àmbit de la Cineantropometria. En primer lloc impulsada pel professor Dr. Ferran Rodríguez Guisado, membre fundador de la mateixa ISAK l'any 1986 a Glasgow, i seguidament pel professor Dr. Jordi Porta Manzanido, nomenat l'any 2008 primer antropometrista criteri de la ISAK a Espanya (Nivell 4), i principal responsable de la creació d'aquesta Escola Catalana de Cineantropometria. Gràcies a aquesta trajectòria històrica, i l'actual impuls de tots els instructors catalans acreditats en el Nivell 3, l'INEFC i les seves entitats col·laboradores treballen de manera sinèrgica i coordinada amb la ISAK per ser un nou referent en aquesta ciència, des de Catalunya a la resta del món.

5. Què oferim?

Cursos d'acreditació de la ISAK amb els i les millors formadors i formadores i amb els preus més competitius (preus públics). Hi ha tres nivells d'acreditació: Curs de Nivell 1 (24 hores repartides en 3 dies); Nivell 2 (32 hores repartides en 4 dies); Nivell 3 (56 hores repartides en 6 dies). El Nivell 4 és un títol honorífic de reconeixement a una trajectòria. No es pot accedir a un nivell superior sense tenir prèviament l'acreditació i experiència acumulada del nivell immediatament anterior. Els preus oficials parteixen dels 382,00 € per un curs de Nivell 1, però són susceptibles d'alguns descomptes.



L'ESCOLA CATALANA DE CINEANTROPOMETRIA (FAQ - 3)

6. A qui van dirigits els diferents cursos?

A qualsevol persona que, per al millor desenvolupament teoricopràctic del seu àmbit d'estudi o professió, necessiti conèixer i mesurar la grandària, la forma, les proporcions i la composició corporal del cos humà. Especialment, per als professionals de les ciències de la salut i de l'esport: graduats i graduades en ciències de l'activitat física i de l'esport, nutricionistes i dietistes, fisioterapeutes, infermers i infermeres, metges i metgesses, etc.

És important destacar que no es requereixen requisits previs, acadèmics o professionals, per acreditar-se en un Nivell 1 o 2 de la ISAK. Només l'interès i la motivació per fer-ho.

7. Perquè acreditar-me?

Per especialitzar-me en un àmbit que pot millorar la meva competència professional. Per situar-me en un estàndard internacional reconegut professionalment arreu del món. Per millorar el meu currículum acadèmic i professional obtenint un doble certificat realitzant un únic curs: el Certificat de Cineantropometrista de la ISAK del nivell que correspongui, i el Certificat d'Excel·lència en Cineantropometria expedit per l'Escola Catalana de Cineantropometria.

8. On trobar més informació?

Per a rebre més informació, consultar les dates dels propers cursos, o per matricular-te directament a algun d'aquests, cal contactar amb Gestió Acadèmica de l'Escola Catalana de Cineantropometria (Sr. José Vicente López Expósito), en el telèfon 93.425.54.45 (extensió 215), de 09:00h a 14:00h de dilluns a divendres, o bé enviar un correu electrònic a ecc@gencat.cat.



LA ESCUELA CATALANA DE CINEANTROPOMETRÍA

inefc

Institut Nacional
d'Educació Física
de Catalunya

 Generalitat
de Catalunya



- Porta Manzañido, Jordi:** Doctor y Catedrático en Ciencias de la Actividad Física y del Deporte (INEFC). Ingeniero electrónico. Antropometrista Criterio, Nivel 4 ISAK. Presidente honorífico y responsable académico de la ECC de los cursos de Nivel 3.
- Irurtia Amigó, Alfredo:** Doctor y Catedrático en Ciencias de la Actividad Física y del Deporte (INEFC). Director del INEFC Barcelona. Miembro del Grupo de Investigación en Ciencias del Deporte del INEFC Barcelona. Acreditación en Investigación (AQU). Instructor, Nivel 3 ISAK. Responsable académico de la ECC de los cursos de nivel 1 y 2.
- Carrasco Marginet, Marta:** Doctora en Ciencias de la Actividad Física y del Deporte. Diplomada en Nutrición Humana y Dietética. Diplomada en Enfermería. Profesora INEFC Barcelona: Nutrición y Dietética: Valoración de la Composición Corporal. Miembro del Grupo de Investigación en Ciencias del Deporte del INEFC Barcelona. Instructora, Nivel 3 ISAK. Directora de la ECC.
- Porta Oliva, Mireia:** Graduada en Nutrición Humana y Dietética. Licenciada en Ciencia y Tecnología de los Alimentos. Profesora Asociada de la Universidad Autónoma de Barcelona, y de másteres de la UIB, UB, URL y UEM. Asesora de empresas de suplementación y alimentos funcionales. Actualmente Nutricionista del FC Barcelona y de la Selección Española de Hockey. Instructora, Nivel 3 ISAK.
- Sarola Gassiot, Jordi:** Graduado en Nutrición Humana y Dietética. Profesor en la ESCST del Tecnocampus de Mataró (Centro adscrito a la UPF). Colaborador docente en distintos programas universitarios. Fundador y director del Centro de Nutrición y Dietética Fontanella. Socio fundador de la Agrupación de Dietistas-Nutricionistas, Especializados en Deporte de Cataluña (ADNEEC). Instructor, Nivel 3 ISAK.
- Solà Perez, Toni:** Diplomado en Nutrición Humana y Dietética. Colaborador docente en distintos programas universitarios. Profesor en la Universidad de Vic. Máster en Fisiología Integrativa. Máster en Nutrición Humana y Calidad de los Alimentos. Máster en Nutrición y Salud. CEO de Realmet Institute SL. Instructor, Nivel 3 ISAK.
- Faixat Body Scan SL** Empresa colaboradora en la docencia e investigación en composición corporal avanzada (DEXA): Sr. Quim Rosales Rafel & Sr. Ferran Faixat Botey.

