

Utilidad de la predicción de la talla definitiva en el deporte



Dr. Miguel Ángel Gallo Vallejo
Especialista en Medicina de la Educación Física y el Deporte
Director del Centro de Medicina Deportiva del Ayuntamiento de Granada

¿Cuánto medirá mi hijo? ¿Tendrá una estatura adecuada mi hija para destacar como jugadora de baloncesto? Éstas son algunas de las preguntas que nos formulan cada vez con más frecuencia los padres a los médicos del deporte. Hablamos de predicción de la talla definitiva de su hijo o hija. Puede ser que esté destacando en un deporte en una edad precoz y nos preguntan antes de practicar éste de una forma más intensa ¿la constitución física que tiene ahora y el desarrollo corporal, tan adecuado para este deporte, se mantendrá en el futuro cuando haya finalizado su desarrollo?

Pienso que los padres acuden a nosotros para tener la seguridad y tratar de evitar que su hijo se desilusione y tenga falsas expectativas cuando acabe su período de crecimiento y que su talla no sea la adecuada para alcanzar sus objetivos deportivos, dado el alto grado de especialización en el deporte y la dedicación tan intensa que requieren para llegar a ser deportistas de élite. Debemos de considerar que existen deportes en los que la constitución física es fundamental (baloncesto, voleibol, natación, fútbol, etc.). Realizando un estudio de predicción de la talla definitiva podremos aconsejar precozmente el cambio de deporte si las perspectivas de desarrollo no están en consonancia con la práctica del deporte elegido.

Teniendo en cuenta que en el crecimiento influyen dos tipos de factores: los ambientales (nutrición, situación psicoafectiva, etc.) y los factores genéticos, se utiliza el término denominado talla diana o genética, a la predicción de la altura definitiva que alcanzará el niño según la talla media de los padres.

Pero realmente lo que hacemos es valorar la edad ósea con la realización de un estudio radiológico de la mano izquierda. Una vez determinada ésta, introducimos los datos de talla del niño (si disponemos de datos previos es mejor aún), edad cronológica, talla de los padres y edad de la menarquía (en caso de las chicas), en un programa informático y podemos obtener así un intervalo de valores de talla definitiva.

El cálculo de hasta dónde pueden llegar a crecer mediante la predicción de la talla definitiva nos permitirá conocer si a los niños que están entrenando en un determinado deporte, su menor talla definitiva les dificultará para conseguir su objetivo.



Para realizar un estudio de predicción de talla definitiva es necesario valorar la edad ósea basándonos en una radiografía de la mano izquierda del joven.