

Tecnología contra la obesidad infantil

El dispositivo consiste en una báscula portátil redonda sobre la que se coloca el plato del que se va a comer. La báscula está conectada a un pequeño ordenador que representa mediante gráficos el peso de los alimentos que se van consumiendo y el tiempo que se tarda en ingerirlos. Las curvas que se generan durante la comida se comparan con otras que sirven de patrón y que han sido definidas como ideales por el especialista. Durante la comida, un mensaje de voz va informando al usuario sobre la velocidad a la que come basándose en los tiempos determinados por el especialista. Al finalizar, se emite el diagnóstico. Las indicaciones del "mandometer" permiten calcular el índice de saciedad del usuario.

El entrenamiento, realizado en el "Bristol Royal Hospital for Children", fue llevado a cabo por 106 jóvenes de edades comprendidas entre 9 y 17 años, y sus resultados se compararon con los del grupo piloto. Todos los jóvenes que participaron en el estudio habían recibido en alguna ocasión recomendaciones para que realizaran algún tipo de deporte y mejoraran sus hábitos alimenticios. Durante la prueba, los investigadores constataron que los adolescentes comían demasiado rápido.

Resultados

Después de un año de utilización del aparato, los jóvenes comían porciones menos copiosas y la rapidez con que comían se redujo un 11%. El índice de su masa corporal, IMC, que define el sobrepeso (cifras superiores a 25) y la obesidad (cifras superiores a 30), se redujo en 2,1 puntos. Por otra parte, se observó un descenso del nivel de colesterol en todos los participantes. El grupo piloto, que había seguido un tratamiento clásico, registró una reducción del IMC equivalente a un tercio del que se registró en el grupo tratado con el mandometer, y un aumento de 4% de la velocidad a que se alimentaban.

Según los investigadores del hospital británico, la utilización de un aparato de este tipo supone una aportación útil a las escasas opciones existentes para el tratamiento de la obesidad sin recurrir a medicamentos.

Este método se desarrolló para el tratamiento de desórdenes alimenticios tales como la anorexia o la bulimia nerviosa.

fig 1 Representación de los gráficos de la pantalla del mandometer durante la prueba .

A— La línea azul indica la referencia que debe seguir el usuario mientras come.

B— La línea roja se va creando a medida que se consumen los alimentos del plato. En el caso de la imagen, la línea indica que se está consumiendo demasiado rápido y el ordenador aconsejará comer más despacio para acercar la línea roja a la azul.

C— A intervalos regulares durante la comida, el usuario deberá informar del grado de su grado de saciedad.

D— Los índices de saciedad (círculos verdes) van apareciendo en la pantalla. El usuario aprende a asociar el la sensación de "lleno" con la S que va dibujando en la pantalla la línea de trazos verdes. Si el usuario come demasiado rápido, como en nuestro caso, marca un nivel de saciedad bajo.

Nota: durante el entrenamiento no se muestran datos numéricos.

Video Mandometer

Fuente

Clínica Mandometer

(fin del artículo)