

Académico UCM crea aplicación que evalúa capacidad física de adultos mayores

Eliminar los tiempos y costos asociados al traslado, es uno de los beneficios de una aplicación que permitiría a las personas mayores realizar pruebas físicas en la comodidad de sus hogares, sin perder calidad en el examen.

La app, denominada Fitrack, dirige y monitorea ejercicios, con feedback inmediato.

“Esta tecnología le serviría no solo los geriatras o kinesiólogos. Se podría incluso instalar en los cesfam. La propuesta es evaluar la aptitud física funcional de adultos mayores mediante una cámara de video”, dijo el académico de la Universidad Católica del Maule, Marco Cossio, investigador principal del proyecto financiado por el Fondo Nacional de Desarrollo

Científico y Tecnológico, Fondecyt.

La iniciativa, que completó sus dos años de ejecución, se enmarca en la explosión de aplicaciones que facilitan a los usuarios llevar a cabo pausas activas, ejercicios antiestrés y elongaciones, multiplicadas por miles durante la pandemia de Covid-19.

Sin embargo, la solución que plantea el equipo encabezado por el catedrático de la UCM,

tiene un sello exclusivo.

“Los softwares en este ámbito trabajan con valores ficticios y nosotros, en cambio, evaluamos 800 adultos mayores en el Maule, para crear nuestros propios percentiles o categorías. Es decir, estamos evaluando nuestra realidad sin usar datos del extranjero. Eso es muy novedoso”, precisó.

La app está pensada para individuos de 60 a 85 años y

dispone de pruebas que miden fuerza, flexibilidad, flexión y equilibrio.

“Por ejemplo, la aplicación le va a indicar al usuario con un beep que se pare y se siente durante treinta segundos. Previamente la persona ha ingresado su edad, peso, talla y género. La app dirá si su estado es excelente, está en el promedio o se encuentra en riesgo, lo cual involucra

el peligro de caídas. A las personas en riesgo, la aplicación le sugiere una visita al kinesiólogo o al médico”, sostuvo el académico.

El proyecto cuenta con el apoyo de la docente del plantel, Rossana Gómez-Campos, como coinvestigadora; y de los ingenieros José Sulla-Torres y Pascual Figueroa, de Perú y Brasil respectivamente, como colaboradores asociados.