

"PC Magazine" premia a accesorios inteligentes y una bicicleta estática con pantalla

# Ranking fitness: los mejores dispositivos de salud del 2020

Cada año este sitio especializado en tecnología de consumo recopila sus análisis para seleccionar a los 100 mejores productos en 15 categorías. Estos son los ganadores entre los dispositivos de Salud Digital y Fitness.

Bonus track: Apple, con su reloj inteligente anual, ganó esa categoría aparte.

APRIL NUÑEZ

## Mejor reloj inteligente

### Smartwatch Apple Series 6

"PC Magazine" le asigna una nota de 4,5 sobre 5 al modelo 2020 del reloj Apple, la mejor en un mercado con varios competidores: "Supera a los modelos basados en Google Wear OS y ofrece una experiencia de reloj inteligente mucho más completa que las alternativas centradas en la salud de Fitbit". Destaca también dos funciones muy 2020: un sensor que monitorea el nivel de saturación de oxígeno en la sangre y un temporizador en cuenta regresiva para ser más prolífico en el lavado de manos. "La Serie 6 cuenta con un procesador más rápido, pantalla más brillante y un altímetro siempre encendido", prosigue. "No solamente te mide los latidos del corazón; también puedes tener un control de cómo y cuánto estás durmiendo. Te avisa cuando llevas mucho tiempo sentado y te invita a lavarte las manos, entre otras funciones. Estas mejoras fortalecen apartados de salud que son muy importantes", opina Mario Romero, especialista en tecnología y editor de Transmedia.cl.

Precio en Chile: \$429.990 en Mac Online.

En EE.UU. la Peloton Bike+ cuesta 1.895 dólares, cerca de \$1,4 millones (para acceder a entrenamientos en grupo con instructores, la suscripción anual cuesta entre US\$ 40 y 50).



## Mejor pulsera fitness

### Fitbit Charge 4

Pcmag.com destaca su GPS integrado, que mapea en detalle la "ruta diaria de ejercicios" sin que el usuario deba llevar encima su celular; también alaba sus controles para manejar Spotify desde la muñeca y la aplicación Fitbit Pay (que permite usar la pulsera para pagar de manera inalámbrica). "El Charge 4 brinda el máximo rendimiento para su presupuesto, en comparación a cualquier otro tracker de ejercicios", resalta, junto a sus herramientas de seguimiento del sueño y alarmas que alientan a moverse. "Ofrece lo que más quieras en un monitor de salud y actividad física, junto con funciones inteligentes esenciales en un diseño elegante y resistente al agua y hasta siete días de batería", describe Ricardo Martiarena, director de Ventas para Latinoamérica de Fitbit.

Precio en Chile: \$119.990 en Falabella.cl (<https://bit.ly/39SnRNP>).

## Mejor máquina inteligente de gimnasio en casa

### Peloton Bike +

"Con la pandemia de Covid-19 aún en su apogeo, nunca hemos tenido un mejor momento para invertir en un dispositivo inteligente de fitness para el hogar. Peloton Bike+ es uno de los mejores que se pueden comprar", evalúa PC Magazine. Esta bicicleta estática de lujo incluye una pantalla táctil giratoria que permite un mejor ángulo de visión cuando se realizan entrenamientos en el piso. "Tiene una amplia y variada biblioteca de ejercicios a pedido y un programa regular de clases en vivo, que se paga aparte", añade. ¿Qué vuelve a este aparato tan llamativo?

"Cuenta con un sistema de monitoreo continuo de para que el usuario pueda llevar un control de su salud y sus mejoras en el entrenamiento. Su impulsor de inclinación -que no tienen las bicicletas convencionales- sirve para trabajar partes como los abdominales oblicuos y el recto abdominal", comenta Alexis Sivada, profesor de educación física y especialista en rehabilitación deportiva de Energy Independencia.

Precio en Chile: No disponible (ahora bien, si le tentó el formato, la Bicicleta estática Muvo Pulse 85 Platinum cuenta con una amplia pantalla, 40 niveles de carga y un generador electromagnético que extrae energía eléctrica del pedaleo para su propio funcionamiento. Cuesta \$1.399.990 en Ripley.cl,

## Mejor monitor de frecuencia cardiaca

### Polar H9

Se conecta vía bluetooth y otros sistemas a dispositivos como celulares, relojes y pulseras inteligentes, computadores y equipos de gimnasio. De acuerdo con la revisión, "es una excelente herramienta para ayudar a mejorar el nivel de forma física". Ariel Bustamante, kinesiólogo del Centro de Salud Deportiva de la Clínica Santa María, sugiere el uso de estos productos a personas "que sepan manejar su carga de actividad física o entrenamiento en base a la frecuencia cardiaca". Según dice, la Polar H9 entrega mediciones verídicas. "Muchas de estas bandas cumplen la misma función; la gracia de esta es que se puede conectar a varios dispositivos, pero no deja de ser una banda con un pulsómetro", evalúa. Precio en Chile: \$72.990 en [Polar.com/cl](http://Polar.com/cl)

## Mejor pesa inteligente

### Wyze Scale

Esta es la primera balanza fabricada por Wyze, marca de Seattle especializada gadgets inteligentes para el hogar. ¿Su precio? 19,99 dólares (menos de \$15.000). De acuerdo con PC Magazine, "ofrece por un valor inmejorable la capacidad de medir y rastrear 12 métricas". Entre ellas, el índice de masa corporal (IMC), porcentajes de grasa o agua corporal y frecuencia cardiaca, entre otras. Incluye reconocimiento automático para ocho usuarios; se sincroniza con otras aplicaciones populares de fitness como Apple Health y Google Fit y cuenta con sensor de superficie completa que calcula el peso sin importar dónde se coloquen los pies. Precio en Chile: No disponible