



Ginyes per a l'activitat física

Cada cop és més freqüent utilitzar aparells i dispositius electrònics que s'incorporen en algun lloc del nostre cos i que interactuen contínuament amb nosaltres. En la pràctica esportiva són molt habituals, gairebé quotidians. Són els *wearables*: polseres, anells, samarretes, pantalons, ulleres o rellotges, capaços de prendre i transmetre dades, i interactuar amb altres dispositius.

Una de les grans aplicacions d'aquests dispositius és la salut, atès que permeten mesurar d'una manera senzilla variables biològiques com la freqüència cardíaca, la tensió arterial, la temperatura corporal, la freqüència respiratòria, o inclús alguns realitzen electroencefalogrames.

Aquests ginyes permeten el monitoratge continuat i la transmissió de dades, fins i tot utilitzant com a emissor el telèfon en què s'estan registrant els valors. D'aquesta manera ja s'estan posant en marxa dispositius que realitzen l'enviament de dades via internet als ordinadors, tauletes o dispositius del professional sanitari.

L'aplicació en la salut, però, no es limita únicament a persones amb alguna necessitat especial. La salut és un tema que preocupa la majoria de persones, tant si estan sanes com si tenen algun tipus de malaltia. L'usuari majoritari de la tecnologia *wearable* són persones amb motivació per la pròpia salut, atès que aquests aparells contribueixen a conèixer millor el seu cos i fomentar hàbits saludables.

Una altra aplicació és l'esport, on el monitoratge d'algunes variables pot ser rellevant a l'hora d'aconseguir una individualització del pla d'exercicis personalitzats en situacions d'entrenament.

La localització geogràfica és una altra finalitat d'aquesta tecnologia, que pot ser de gran ajuda per a persones amb risc de perdre's, com són persones grans amb demències o que puguin patir desorientació, o fins i tot en esports extrems, en els quals la localització en cas d'accident pot ser vital.

Col·legi de Fisioterapeutes de Catalunya
cfc@fisioterapeutes.cat
www.fisioterapeutes.cat

tech¬ural
kyroccream
F'activa

Garantia



OUTBACK
Nature's Pharmacy, SL

www.kyroccream.com