

# Aprender a comer mientras se juega

**Las doctoras Bachiller y Mulero y el doctor Daniel de Luis desarrollan la 'app' Moving Star IENVA para que los niños aprendan a comer sano mientras juegan**



**« Debemos educar en salud, primero en la escuela y luego también dentro de la familia»**

**¿ Quiere que su hijo aprenda a comer sano mientras juega con una aplicación?** Aunque suene a anuncio publicitario, detrás de esta pregunta hay un gran trabajo de las doctoras Bachiller y Mulero (Atención Primaria) y del jefe del Servicio de Endocrinología y Nutrición del Hospital Clínico Universitario y profesor titular de la Facultad de Medicina de la UVa, Daniel de Luis, creadores de la aplicación Moving Star IENVA, especialmente enfocada a niños de 6 a 14 años.

Ante el incremento de la obesidad en los niños, en parte porque comen mal, en parte porque no hacen el debido ejercicio, estos profesionales sanitarios decidieron aprovechar la utilización que los jóvenes hacen de las 'apps' para elaborar un juego de educación nutricional. «El manejo de la aplicación es muy sencillo. Una vez descargada de forma gratuita, Moving Star IENVA pide una serie de datos al usuario como el peso, la talla, la edad... También se le pregunta sobre lo que ha hecho el día anterior y también sobre lo que han comido. Hasta que no rellenan estos campos, no pueden jugar», explica Daniel de Luis.

Una vez permitido el acceso, los niños se encontrarán dos juegos distintos. En uno de ellos, un pequeño astronauta, que porta espada y casco, coge alimentos sanos y esquiva aquellos que son malos. A medida que recopila alimentos saludables, obtendrá vidas, cascos 'más chulos' y podrá pasar de utilizar una espada convencional a otra láser y de colores.

El segundo juego está más relacionado con la actividad física. El joven simulará ir en un cohete

espacial pedaleando y esquivando platillos volantes, meteoritos o estrellas, y se encontrará con preguntas muy sencillas. «A medida que contesta, obtendrá vidas y subirá niveles, y de esta forma podrá seguir jugando. Si al día siguiente vuelve a jugar, la aplicación le volverá a preguntar lo que come y su actividad física antes de dejarle utilizar la app».



Sus creadores desean que esta herramienta médica sirva para que, aquellos niños que acuden a los consultas de pediatría con problemas de obesidad, adquieran unos hábitos saludables y sepan registrar cuáles son los alimentos sanos.

«Vamos a llevar a cabo un estudio, aprobado por el comité científico del Hospital Clínico Universitario, donde a un grupo de niños con problemas de obesidad se les tratará de una forma convencional -con dietas, menús, etcétera- mientras que a otros, además de ese sistema tradicional, les incorporaremos la aplicación para que trabajen con ella todos los días. Vamos a ver si con ello conseguimos que esos niños se adhieran más a la dieta».

Según Daniel de Luis, los niños son el futuro de nuestra sociedad y no «podemos permitir que estén obesos. Debemos educar en salud, primero en la escuela y luego también dentro de la familia. Por cierto, no estaría de más que los padres descarguen Moving Star IENVA y jueguen con sus hijos, aprenderían muchas cosas sobre la alimentación sana».



Videoreportaje