

[SECCIONES] ■ **VIVIR**

Local  
Costa  
Provincia  
Andalucía  
Opinión  
España  
Mundo  
Vivir  
Televisión  
Titulares del día  
**Lo más leído**  
Especiales

## [MULTIMEDIA]

Gráficos  
Galerías  
Imágenes del día  
Videos

**Clips Musicales**

## [SUPLEMENTOS]

Deporte Base  
Expectativas  
Inmobiliario  
XLSemanal

## [CANALES]

Agricultura  
Cibernauta  
Ciclismo  
Descargas | **PDF**  
Entrevistas  
Esquí  
Formación  
Hoy Cinema  
Hoy Inversión  
Hoy Motor  
Infantil  
IndyRock  
Legal  
Libros  
Lorca  
Meteorología  
Moda  
Mujer Hoy  
Planet Fútbol  
Reportajes  
Televisión  
**todotrabajo**

Vehículos de Ocasión  
Viajes  
Waste Ecología

## [PARTICIPA]

Amistad  
Blogs  
Chat  
Foros  
Juegos  
Sudoku

**VIVIR**

## Sony confía el estudio de un juego de la 'Play' a científicos granadinos

Un grupo de investigadores de la [Universidad de Granada](#) analiza con éxito la utilidad para mantenerse en buena forma física del nuevo videojuego 'Eyes Toy Kinetic'.

TENER un gimnasio en casa ha dejado de ser un lujo propio de mansiones de Beverly Hills y se extiende ahora a las posibilidades de cualquier hogar. La democratización de la gimnasia llega gracias a un nuevo juego de la consola PlayStation: 'Eyes Toy Kinetic'.



GIMNASIA. La monitora Carolina Roero hace ejercicio en el salón con 'Eyes Toy Kinetic'. /IDEAL

La multinacional Sony, propietaria del videojuego, ha recurrido al grupo de investigación en Evaluación Funcional y Fisiología del Ejercicio de la [Universidad de Granada](#) para testar las posibilidades reales que existen de ponerse en forma usando este simulador deportivo.

El resultado ha sido positivo. Según el estudio, el invento hace disminuir la grasa corporal y mejora la cantidad de ejercicio que una persona puede hacer hasta quedarse sin aliento (capacidad aeróbica).

Ángel Gutiérrez, el médico deportivo del proyecto, reconoce el orgullo que le invadió cuando Sony Computer Entertainment Europe confió en su grupo para llevar a cabo este estudio de repercusión internacional. «Me sentí feliz por un doble motivo: el primer, que la empresa quisiera comprobar las posibilidades reales de su videojuego; el segundo, que Sony confiara en nosotros para hacerlo».

Junto a Ángel, Manuel Castillo, catedrático de fisiología, y Mikel Zabala, profesor de la Facultad de Ciencias de la Actividad Física y el Deporte, constituyen el equipo de investigadores que utilizaron a amigas, vecinas, pacientes y familiares de su entorno para llevar a cabo el 'experimento'.

Todos los voluntarios tenían que ser mujeres porque así lo requería Sony por cuestiones de marketing.

'Conejillos de Indias'

Un total de 24 mujeres de Granada fueron las 'conejillos de Indias'. El estudio lo realizaron en dos semanas, proponiendo a las voluntarias un plan de entrenamiento específico. Mientras las chicas practicaban los ejercicios impuestos: saltos, patadas voladoras a marcianos, pasos de aeróbic y demás, los especialistas seguían de cerca los cambios que experimentaban en su organismo.

Cuando la evaluación acabó, las mujeres -de entre 10 y 57 años- estaban encantadas. La mayoría ha adelgazado y se siente más tonificada, y además han recibido de regalo una PlayStation para no dejar sus entrenamientos en el olvido. Todas están de acuerdo en que la experiencia no ha sido muy dura y en que han disfrutado «una barbaridad».

El juego incluye una cámara para que las personas se vean haciendo ejercicio en la televisión, y el entrenador, que es un dibujo animado, corrige los pasos erróneos. 'Eyes Toy Kinetic' incluye todo un abanico de posibilidades de entrenamiento desde actividades de combate y tonificación hasta meditación, yoga o ejercicios cardiovasculares.

Yolanda Jiménez, enfermera de 35 años, es una de las voluntarias. A diferencia de la mayoría de las participantes, ella no llevaba una vida sedentaria: «Siempre me ha gustado estar en forma. Pero por no dejar solas a mis dos niñas, de ocho y cuatro años, terminé desistiendo de ir a las sesiones de pilates, aeróbic, natación o de salir a correr», lamenta. Para Yolanda este videojuego ha sido su salvación. Ha conseguido rescatar su chándal del armario.

«Además, ha sido muy divertido, porque muchas de nosotras nos conocíamos del vecindario y nos 'picábamos' por ver quién sacaba más puntuación en los ejercicios, quién llegaba al grado máster, que es el superior», comenta entre carcajadas.

Carolina Roero, licenciada en Ciencias de la Educación y el Deporte, fue la monitora del estudio. Ella explicaba el plan de entrenamiento a las chicas y recogía los datos del pulsómetro sobre frecuencia cardíaca. «Después de los dos meses de experimento, todas las participantes aumentaron su capacidad aeróbica, disminuyeron sus porcentajes de grasa y de colesterol malo (LDL), y además aumentaron los niveles del bueno o HLD», concluye feliz.

Carolina asegura que gracias al estudio las participantes se animaron a hacer una vida más sana. «Se dan cuenta de que haciendo ejercicio se sienten mejor y ahora algunas han empezado a practicar otros deportes», comenta la chica emocionada.

«Una de las participantes se 'enganchó' de veras, Alexandra. Ella se llevó la PlayStation con el videojuego a sus vacaciones en Cuba y tuvieron que adaptarle la pantalla de la sala de fiestas del hotel para que no tuviera que interrumpir su

 Imprimir  Enviar

## EL DETALLE

F Producto: 'Eyes Toy Kinetic'. Un nuevo juego de la PlayStation.

F Precio: Unos 60 euros.

F Estudio: Un grupo de investigación granadino ha analizado con éxito la verdadera utilidad de este aparato para mantenerse en forma.

F Participación: Un total de 24 mujeres de la ciudad de entre 10 y 47 años han intervenido voluntariamente en el proyecto, cuyos resultados son de alcance internacional.

19 de Enero de 2006

Universidad de Granada

Ideal Digital

entrenamiento», recuerda Carolina repasando las anécdotas.

La medicina deportiva

Según Roero, «este instrumento puede ser muy útil para niños y niñas con problemas de sobrepeso, que les da vergüenza asistir a clase de gimnasia y que normalmente ponen excusas para escabullirse. Así pueden practicar en casa lejos de las risas de sus compañeros», propone.

En esta línea, Ángel Gutiérrez expresa la necesidad imperante de introducir la especialidad de medicina deportiva en la [Universidad de Granada](#). «Ya se lo he comentado al rector en muchas ocasiones, porque éste es un sector emergente en el que faltan muchos profesionales especializados», reivindica Gutiérrez, profesor de esta institución y consciente de que en los países desarrollados las enfermedades relacionadas con un bajo nivel de actividad física están aumentando a gran velocidad. «La obesidad infantil, las diabetes, la osteoporosis o las enfermedades cardiovasculares y neuro-degenerativas están en alza. Por esto, la unión de la medicina y el deporte tiene un amplio futuro», asegura el profesional.

[Subir](#)

© Ideal Comunicación Digital SL Unipersonal  
CIF B18553883

Registro Mercantil de Granada Tomo 924 Libro 0 Folio 64 Sección 8 Hoja GR17840  
C/ Huelva 2, Polígono de ASEGRA  
18210 Peligros (Granada)

Tfno: 958 809 809

[Contactar](#) / [Mapa web](#) / [Aviso legal](#) / [Publicidad](#) / [Política de privacidad](#) / [Master de Periodismo](#) / [Club Lector 10](#) / [Visitas a Ideal](#)

Powered by  SARENET

0000000000  
vcento00  
0000000000

publicidad

#### BUSCAR

IDEAL DIGITAL Hoy

Texto

Hemeroteca

Google

Categorías

[Lo más buscado](#)