

Según el Informe IPSOS “Apps y dispositivos en el ejercicio físico”

El 61% de los usuarios de apps de ejercicio físico creen que su uso les ayuda a mejorar sus hábitos saludables.

- El 14% de los españoles utilizan alguna Apps a la hora de hacer ejercicio físico, siendo su uso más común entre los de 25 y 34 años
- El pulsómetro, reloj deportivo, es el dispositivo más utilizado con un 25%, seguido de la pulsera Smartband con un 16%
- La distancia recorrida y el tiempo de actividad física son los datos más valorados por los usuarios entre la información que arrojan estos dispositivos, con un 41% cada uno, seguidos de las calorías consumidas con un 36%

Madrid, 31 de marzo de 2016.- “El 61% de los usuarios que utilizan aplicaciones y dispositivos relacionados con el control del ejercicio físico consideran que su uso ha contribuido a mejorar sus hábitos de vida, haciendo que éstos sean más saludables”. Esta es una de las conclusiones que se desprenden del Informe realizado por IPSOS España sobre el uso de Apps y herramientas que registran la actividad física realizada. Se demuestra una vez más, que la tecnología ayuda a las personas y que su uso repercute positivamente en su salud.

Así, el 14% de los españoles utiliza aplicaciones y dispositivos técnicos de este tipo, siendo más habitual entre la población entre 25 y 34 años. El pulsómetro, reloj deportivo, es el dispositivo más utilizado con un 25%. La mayoría de los hombres (32%) suele optar por este gadget, que permite llevar un registro diario en cualquier deporte, para monitorizar su actividad diaria. Le sigue, la Smartband con un 16%. Son mayoritariamente mujeres (19%) las que eligen esta pulsera que destaca por sus múltiples funciones: detectar los movimientos del usuario, identificar el tiempo que camina del que va en coche, medir el ciclo del sueño, además de notificar las llamadas o mensajes que recibe el teléfono.

Otros dispositivos utilizados por los usuarios a la hora de hacer ejercicio físico son el podómetro (13%) que controla el número de pasos que realiza la persona que lo lleva y mide la distancia realizada y el Smartwatch (11%) o reloj inteligente que se sincroniza con el Smartphone e incorpora todas sus aplicaciones actuando como un mini ordenador portátil.

La distancia recorrida y el tiempo de actividad física son los datos más valorados por los usuarios, con un 41% cada uno, seguidos de las calorías consumidas con un 36% y de las pulsaciones y ritmo cardiaco (29%). Por su parte, la localización GPS (17%) y la calidad de sueño (9%) son los aspectos menos valorados por los usuarios en este tipo de dispositivos.

Además, el 46% de los encuestados asegura que el uso de este tipo de dispositivos y aplicaciones se ha convertido en algo imprescindible para ellos a la hora de realizar ejercicio físico, lo que pone de manifiesto la existencia de un gusto cada vez más generalizado no solo por registrar la actividad física diaria, sino por demostrar, compartir y comparar el esfuerzo realizado.

Sobre el Informe sobre uso de APPs y dispositivos técnicos a la hora de realizar ejercicio físico de Ipsos

Para la elaboración de este informe se ha realizado usando el Ómnibus de Ipsos España, basado en 1.000 entrevistas personales en toda España y realizado en más de 100 puntos de medición, con un margen de error entre 3% aproximadamente.

Para más información: <http://www.ipsos.es/observer>

Para más información:

Gabinete de Prensa de Ipsos (Peidró Comunicación)

Jorge Peidró/Beatriz Fernández

jpeidro@peidrocomunicacion.com

bfernandez@peidrocomunicacion.com

Tel: 91 457 04 54