

## Fitbit aprueba a España: es el país donde más se camina a lo largo del día

A través de los datos de sus clientes, Fitbit concluye que los españoles son los usuarios que más caminan, con una media de 9.023 pasos al día.

Palco23

16 may 2017 - 04:57

Los *wearables* han dejado de ser un dispositivo de medición a tiempo real para convertirse una amplia fuente de información a través de la monitorización de la actividad física. Fitbit ha querido aprovechar su amplia cartera de clientes para elaborar un informe sobre el estado de forma de cada país en el que han aterrizado sus relojes inteligentes. Según el fabricante estadounidense, España es el séptimo país que está más en forma y la región en la que más caminan sus usuarios, con una media de 9.023 pasos al día.

A España le siguen Suiza, Hong Kong, Suecia, Nueva Zelanda, Reino Unido, Alemania, Irlanda, Australia y Japón. Todos ellos superan a Estados Unidos, que con un promedio de 7.556 pasos ocupa la posición número 29 de la clasificación. Además, España también supera el tiempo de ejercicio recomendado a la semana, que según la Organización Mundial de la Salud (OMS) es de 150 minutos.

Con todo, el país que está más en forma es Irlanda, seguido de Reino Unido, Suecia, Holanda, Suiza y Dinamarca. Así se desprende del informe elaborado por el fabricante de pulseras de actividad a partir de los datos que ha recibido de 20 millones de usuarios de la plataforma, y que han permitido conocer el promedio de pasos diarios, el volumen de minutos de actividad y su frecuencia cardíaca en reposo.

España lidera la lista de los países latinos, superando a Italia (15), Francia (20), Chile (23), Argentina (27) y Colombia (30). En cuanto a las regiones de Estados Unidos, destacan las zonas del interior, como Minnesota, Wisconsin y Colorado.

Respecto a las horas de sueño registradas por el dispositivo, los diez países que lideran la lista son Reino Unido, con una media de siete horas y 15 minutos, seguido de Holanda, Finlandia, Irlanda, Bélgica, Nueva Zelanda, Noruega, Suecia, Francia y Alemania, por ese orden.

---

# PALCO23

---

Shelten Yen, vicepresidente de investigaciones de Fitbit, considera la aplicación en sí genera *engagement* entre sus clientes por “el efecto de red de nuestra comunidad de usuarios”, que “nos da una ventaja competitiva muy fuerte porque proporciona a nuestros clientes el apoyo y la motivación que necesitan para alcanzar sus objetivos”.