

'Pokémon Go' y su impacto sobre los niveles de actividad física

Pokémon Go, que requiere que los usuarios salgan a la calle para jugarlo, ha hecho que los jugadores incrementen su actividad en más de un 20%. Así lo demuestra un estudio de Microsoft Research en Redmond.

Pokémon Go ha sido por méritos propios el juego del verano, y aunque la fiebre por él ha empezado a disminuir, aún hay millones de usuarios recorriendo las calles en busca de hacerse con todos. Para jugarlo es necesario salir a la calle en busca de los Pokémon, razón por la que casi desde el principio se ha visto en él una buena herramienta para hacer que los usuarios sean menos sedentarios.

Pero una cosa es decirlo y otra es aportar pruebas, que es exactamente lo que se ha hecho con un estudio publicado por Eric Horvitz y su equipo del Microsoft Research en Redmond, Washington. Este estudio aporta evidencias de que Pokémon Go ha tenido un impacto dramático en los niveles de actividad de los estadounidenses, incrementándolos hasta en un 25%.

¿De dónde han sacado los datos?

El equipo de Horvitz no ha podido ser concluyente al no haber podido acceder a los datos del propio juego. Por eso, para poder realizar el estudio han tenido que ser imaginativos y obtener los datos de dos herramientas de Microsoft: el buscador Bing y la Microsoft Band, una pulsera para monitorizar las actividades de quien la lleva.

Gracias a los datos de la pulsera de Microsoft el equipo ha podido obtener los datos de actividad de cerca de 30.000 usuarios. Para hacer la comparativa y saber cuáles de ellos utilizan Pokémon Go han averiguado quienes habían buscado en Bing los 454 términos más populares relacionados con el videojuego. Los términos eran los relacionados al funcionamiento del juego o las evoluciones, pues son los que se supone que buscan quienes juegan a él.

De los 25.446 usuarios que realizaron búsquedas relacionadas durante sus observaciones, el 4%, 1.420 de ellos, realizaron búsquedas experienciales. Como vieron que el porcentaje venía a ser parecido al 5,9% de estadounidenses que se estima que juegan al juego, decidieron que este método de utilizar el buscador era suficiente para su estudio.

Por último, los de Horvitz han analizado la actividad de cada jugador 30 días antes y 30 después de haber salido al juego, y han comparado estos datos con los de un total de 50.000 usuarios aleatorios de la Microsoft Band.

Un incremento del 26% en su actividad

Para obtener los resultados del estudio se hicieron dos grupos, uno de control que caminaba 6.435 pasos diarios de media y otro de jugadores que caminaban una media de 5.756. Este segundo grupo

incrementó hasta una media de 7.229 sus pasos diario, lo que supone 1.473 pasos, un 13% más que el grupo de control.

Basándose en esos datos, en el estudio se analizó por separado la actividad de los jugadores que más búsquedas realizaban sobre el juego, los más activos e interesados en él. Los resultados les dijeron que cuanto más interesados estaban en el juego más caminaban, ya que este grupo de usuarios tuvo un incremento de 1.473 pasos diarios, el 26%, en su actividad.

Los investigadores también se han encontrado con que el incrementado se ha dado tanto en hombres como en mujeres de todas las edades e independientemente de su peso. Esto es algo que hasta ahora no había conseguido hacer ninguna otra iniciativa para hacer ejercicio.

Con estos números sobre la mesa, y teniendo en cuenta las implicaciones tan importantes para la salud que tiene realizar un buen ejercicio físico, el equipo de Microsoft Research ha calculado que de seguir con esta actividad a lo largo del tiempo, Pokémon Go podría añadir alrededor de 2,8 millones de años adicionales de vida a todos los jugadores de Estados Unidos.

De momento no hay ningún estudio parecido con datos a nivel europeo, y al no tener los datos oficiales de Niantic los números pueden variar. Además, durante el estudio se dieron cuenta que la actividad de algunos usuarios iba bajando pasadas las primeras semanas de juego, por lo que hará falta un estudio más a largo plazo para ser concluyentes.

La noticia "Sí, 'Pokémon Go' nos hizo caminar más de lo habitual, pero ¿cuánto?" fue publicada originalmente en Xataka.

Datos de contacto:

Nota de prensa publicada en:

Categorías: [Entretenimiento](#) [Otros deportes](#) [Dispositivos móviles](#) [Innovación Tecnológica](#)

NotasdePrensa

<https://www.notasdeprensa.es>