

Nace una nueva aplicación que mide la salud y el escudo inmune basada en las emociones

[Multimedia](#)

La App MyAngel (www.myangel-app.com) es la primera aplicación a nivel mundial que realiza Edición Epigenética Digital. Esta técnica revolucionaria busca encender o apagar los genes a través del epigenoma, mediante terapia conductual de Salutogénesis con smartphones. MyAngel chequea a diario 115 variables físicas, sociales y emocionales, ofrece un informe semanal del estado general y escudo inmunológico, y en futuro diseñará programas de terapia específicos para cada persona

"My Angel" (www.myangel-app.com) es el nombre de una nueva aplicación para teléfonos móviles que, basándose en la salutogénesis, promueve la salud de las personas analizando sus emociones, sus relaciones sociales y su actividad física, con la intención de conocer su estado y poder mejorar su vitalidad y escudo inmunológico.

El creador de la aplicación, Pedro Grimaldos, Doctor en Medicina, ha explicado a Efe que la salutogénesis no es un tratamiento médico clásico, sino un chequeo y terapia conductual que hace a las personas conscientes a diario de su salud y les da consejos.

Según Grimaldos, la versión actual de My Angel para descargar en Google Play y la App Store solo incorpora el chequeo de las esferas física, social y emocional del usuario, aunque espera que en un futuro próximo el servicio añadirá programas personalizados dotados de sugerencias.

A la hora de acceder a las funciones de la app, un ángel de aspecto humano que actúa como interlocutor -del cual se puede elegir su sexo e idioma, sea castellano o inglés- habla y dice qué acciones hay que emprender para analizar la salud.

El ángel pide al usuario que haga unos tests de personalidad y dos vídeo selfis diarios, que examinan 115 variables entre las tres esferas, para después determinar, a través de un algoritmo especial, una nota semanal de bienestar llamada "coeficiente evolutivo".

El algoritmo de medición valora cada variable multiplicándola por un porcentaje determinado, que es más alto en función de la importancia que tenga la variable en el coeficiente evolutivo, según Grimaldos.

El doctor explica que el resultado del coeficiente evolutivo puede ser de entre 0 y

3 -señalado en rojo-, de entre 4 y 6 -en amarillo- y a partir de 7 de color verde, lo cual significa que el usuario dispone de una salud vigorosa.

En cuanto a la importancia de las partes física, social y emocional, el inventor de la aplicación aclara que todas las áreas son relevantes, aunque reconoce que las emociones son las que más peso tienen en el análisis, puesto que las considera como base de la salutogénesis.

My Angel solicita un selfi por la mañana y otro por la noche para valorar el estado de ánimo mediante reconocimiento facial, así como un test matinal y otro nocturno para saber cuál es el carácter del individuo, su altruismo, egoísmo o compañerismo.

Con base al coeficiente evolutivo, el resultado semanal también indica si se ha envejecido o rejuvenecido, "porque la longevidad tiene que ver con nuestro bienestar", según el doctor Grimaldos.

En cuanto al chequeo de la actividad física, la frecuencia cardíaca o el sueño, el creador de la app manifiesta que, si bien el móvil es capaz de medir diversas variables, el uso de un reloj inteligente permite un análisis más preciso.

El usuario podrá mejorar su coeficiente con los programas personalizados, aunque el médico sostiene que el chequeo ya estimula a las personas para continuar con su bienestar o para corregir sus debilidades en las tres esferas.

Además, asegura que su aplicación es más efectiva que otros programas de salutogénesis, ya que monitoriza constantemente al individuo con un dispositivo que "todo el mundo lleva encima".

La efectividad de My Angel, según su responsable, se ve reforzada al ofrecer una interfaz simpática, protagonizada por ángeles de aspecto humano, "lo cual activa nuestras neuronas espejo, aquellas que reaccionan cuando se ve a una persona llevar a cabo una acción similar a nosotros, permitiéndonos empatizar de forma más fácil con la aplicación", según Grimaldos.

Según este doctor en Medicina, solo los tratamientos inmunológicos, como las vacunas o los procesos naturales, pueden controlar la covid-19, por lo que piensa que My Angel puede ser útil para fortalecer el sistema inmunológico de cara a posibles infecciones.
