

## El Chatbot Wakamola como herramienta de evaluación del riesgo de obesidad y sobrepeso en el contexto de la pandemia de COVID-19

La obesidad es un problema de salud en todo el mundo y un factor de riesgo de mortalidad por COVID-19.

Por otra parte, el distanciamiento social y el confinamiento/cuarentena de la población son medidas que las autoridades están aplicando para tratar de frenar el contagio de COVID-19. El confinamiento/cuarentena se ha asociado con un incremento del peso y el apetito, la adopción de hábitos alimenticios poco saludables, la disminución de la actividad física y problemas de sueño.

En este contexto, el Chatbot Wakamola permite evaluar online el riesgo de obesidad y sobrepeso según el estilo de vida del usuario, y de este modo corregir hábitos poco saludables, tales como la mala alimentación, la falta de actividad física o el inadecuado descanso.



### ¿Cómo puedes utilizar WakamolaUPV?

1. **Instala Telegram** en tu móvil, PC o Tablet.
2. Busca **WakamolaUPV** en Telegram y pulsa Iniciar.

Puedes consultar el tutorial que explica [Wakamola en 10 pasos](#) (2 min) y que te recomendamos ver antes de empezar a utilizar WakamolaUPV.

Más información sobre el proyecto en: <http://www.wakamola.es>

### ¿Cómo funciona el Chatbot WakamolaUPV?

- El usuario establece una conversación con el Chatbot con preguntas sobre edad, peso, estatura, alimentación, ejercicio...

- Con dicha información el Chatbot calcula una puntuación del estado del usuario (Wakaestado) (puntuación de 0 a 100) en base a lo saludables que son sus hábitos nutricionales, actividad física, Índice de Masa Corporal, calculado a partir del peso y la estatura indicados, y de las puntuaciones del estado de su entorno social.

- Además, al compartir Wakamola se crea una red social en la que el usuario puede consultar los índices de masa corporal de su red y sus wakaestados, así como localizarse en ella y conocer qué posición ocupa en el ranking de Wakaestados en la red: [Ver red social Wakamola en la UPV](#)

¡Muchas gracias por tu participación!

El equipo Wakamola.