



El Rincón de

Marta Robles

«Fomenta la mala relación con la comida»



J. Carlos Percovich

Endocrino del Hospital Ruber Internacional

¿Cómo crea las dietas la IA?

Analiza diferentes datos biométricos como el peso y la talla. Puede calcular mediante diferentes fórmulas las necesidades energéticas (calorías) de los usuarios, discriminando entre otras variables el género y la edad. Algunos algoritmos incluso consiguen crear dietas teniendo en cuenta las metas, gustos y alergias.

¿Pueden llegar a provocar trastornos de la conducta alimentaria?

Sin duda. Este tipo de dietas sin supervisión pueden conducir a conductas obsesivas, inflexibles y fomentar una inadecuada relación con las comidas.

¿Se puede preguntar por la dieta de alguna manera concreta a la IA para que ofrezca dietas sin riesgos?

En parte sí. Pero acompañado por un profesional aseguraríamos minimizar esos riesgos y sobre todo corregirlos cuando en la evolución se ve que no son recomendaciones dietéticas adecuadas.

¿Por qué la IA no puede sustituir al profesional?

Es una herramienta interesante, pero no puede valorar de forma adecuada diferentes aspectos como la asimilación de las recomendaciones, la flexibilidad ante determinadas situaciones y metas reales y sostenibles. Para estos y otros aspectos, los endocrinólogos y nutricionistas tienen la formación y la experiencia que es irremplazable.