

<http://www.antaraneWS.com/berita/462471/aplikasi-bantu-dapatkan-berat-badan-sehat>

Aplikasi bantu dapatkan berat badan sehat

Selasa, 4 November 2014 22:34 WIB | 2.453 Views

Pewarta: Lia Wanadriani Santosa



Ilustrasi foto kegemukan pada anak. (healthwireblog.com)

Jakarta (ANTARA News) - Beberapa dari kita yang tengah menghadapi masalah berat badan tak sehat, karena obesitas misalnya, kini bisa memanfaatkan aplikasi digital yang membantu untuk mendapatkan berat badan sehat.

"Aplikasi Bye Bye Big merupakan panduan mengelola berat badan secara sehat. Setelah aktif di dunia digital melalui website dan sosial media kali ini Bye Bye Big hadir dalam bentuk mobile applications," ujar Head of Corporate Affairs and Access PT Roche Indonesia, Lucia Erniawati di Jakarta, Selasa malam.

Lebih lanjut, Lucia mengungkapkan, sebagai panduan gaya hidup sehat, aplikasi ini memuat berbagai fitur yang berkaitan dengan kesehatan tubuh, yakni kalkulator untuk menghitung indeks massa tubuh, panduan pola makan dengan gizi seimbang dan pilihan menu makanan.

Kemudian, ada pula panduan untuk menyusun pola makan yang baik, serta menu olahraga beserta tipsnya.

Masyarakat dapat mengakses aplikasi Bye Bye Big secara gratis melalui App Store untuk smartphone berbasis iOS ataupun melalui Play Store untuk smartphone berbasis Android.

Data Riskesdas 2013 menunjukkan, dibandingkan pada 2010, telah terjadi peningkatan angka penderita obesitas di Indonesia sebanyak 17,5 persen untuk perempuan dan 11,9 persen untuk laki-laki.

Pada 2013, angka prevalensi obesitas ialah 32,9 persen untuk perempuan dan 19,7 persen untuk laki-laki.

Oleh karena itu, pemerintah yang diwakili pihak dari Kementerian Kesehatan Republik Indonesia menyambut baik hadirnya aplikasi gaya hidup sehat itu di tengah masyarakat.

"Tidak hanya diabetes, "big" (atau berat badan berlebih) bisa menyebabkan penyakit lainnya seperti jantung dan stroke," ujar dr. Sylviana Andinisar dari Subdit Pengendalian Diabetes dan Penyakit Metabolik Kemenkes RI, dalam kesempatan yang sama.(*)

Editor: Ruslan Burhani