

## Quali aspetti considerare per acquistare la miglior bilancia pesapersona

**Pubblicato:** Giovedì 27 Maggio 2021



Che si tratti di sostituire il vecchio modello che si è rotto, o di cercare una bilancia più performante in previsione di una dieta dimagrante, cambiare la nostra bilancia pesapersona richiede oggi una certa attenzione. Eh già, perché – ve ne accorgete – il mercato ha subito una rapidissima evoluzione, e offre oggi dei modelli che sono davvero differenti rispetto a quella che era la media di solo un decennio fa. Dal budget alla precisione, passando addirittura per la connessione Bluetooth e il design, il cambiamento è stato davvero grande, e in questo articolo abbiamo deciso di raccogliere per voi tutto ciò che c'è da sapere sulle moderne bilance.

### Funzioni

Si tratta decisamente del profilo rispetto al quale si è registrato il maggior numero di cambiamenti, vi basti pensare che oggi si può avere a casa [una bilancia pesapersona professionale](#) che offra funzionalità simili a quelle che, solo qualche anno fa, si trovavano solo nelle palestre più attrezzate o negli studi degli esperti in nutrizione. In particolare, le nuove bilance possono essere connesse a delle app che tengono conto dei vostri progressi, e in alcuni casi è possibile integrare i dati con, ad esempio, le app delle vostre smartband, così da avere un quadro completo che combini esercizi e risultati.

Questa integrazione implica la misurazione della massa grassa e della massa magra, ma anche della quantità di acqua – che spesso nelle donne cambia quotidianamente – e delle calorie che consuma il nostro fisico a riposo (il BMR). Ma anche del grasso viscerale, cioè quello che sta intorno agli organi

interni, importante da monitorare per la salute, e il peso delle ossa. Con le integrazioni con le app per lo sport, è possibile poi avere un quadro completo, monitorando ad esempio come i nuovi esercizi proposti stanno influenzando sul vostro fisico.

## **Il range dei prezzi**

Poiché il mercato oggi offre dai modelli più tradizionali fino a quelli, lo abbiamo appena visto, ricchi di funzioni, è naturalmente cambiato anche il range dei prezzi. Oggi si spazia dalle poche decine di euro delle bilance più semplici, quelle che hanno la rilevazione ancora analogica con la tradizionale freccia che punta verso un numero, fino alle diverse centinaia dei modelli più avanzati. La buona notizia, però, è che per avere una bilancia elettronica con tutte le funzioni che vi abbiamo appena elencato, non è sempre necessario andare verso le aree più alte della classifica dei prezzi. Anche al di sotto dei 100 euro, infatti, si trovano modelli ricchi di funzioni, e anche precisi.

## **Precisione e connettività**

Un aspetto oltremodo importante perché, se la bilancia non è precisa, che senso ha? Anche in questo caso abbiamo una buona notizia, nel senso che mentre è sicuro che i modelli più costosi e pieni di funzioni restituiscano un risultato corretto – e, altrettanto, che i modelli più cheap non siano così affidabili – non è detto che risparmiare significhi rinunciare alla precisione. Visitate i siti di recensioni degli esperti, e informatevi su quali siano i modelli più precisi per il vostro budget, potreste avere delle belle sorprese.

Una sorpresa su tutte? Se avete voglia di provare una bilancia che registri non solo i vostri dati, ma anche i progressi che fate, permettendovi di avere tutto sotto controllo, sappiate che questa non è prerogativa solo dei marchi più altisonanti. Diverse bilance, oggi, sono dotate di una propria app che vi consentirà di monitorare tutto direttamente dallo smartphone.

## **Design**

Un'altra buona notizia. Ricordiamo tutti, davvero pochi anni fa, la difficoltà di trovare una bilancia pesapersona che avesse un aspetto moderatamente grazioso, quanto bastava per posizionarla in bagno senza avere l'effetto "pugno in un occhio"? Ecco, oggi il mondo del design si è accorto delle bilance pesapersona e, in ogni fascia di prezzo, è possibile trovare dei modelli la cui estetica si sposa non solo con il bagno, ma anche, ad esempio, con la camera da letto. Inclusive versioni in finto legno, o con la base marmorizzata.

## **Una piccola considerazione per concludere**

L'innovazione nel mondo delle bilance è stata grande, come abbiamo potuto vedere. Sotto il profilo delle funzioni, del design, ma anche dell'accuratezza. Ciò che è rilevante notare, tuttavia, è il fatto che questo trend segue quello di acquisire un nuovo – e più sano – punto di vista rispetto al peso corporeo. Oggi, a contare, non è più il numero in sé, ma piuttosto la percentuale di grasso corporeo, il rapporto con la massa magra, e anche la percentuale di acqua. Insomma, anziché limitarsi a pesarsi, si vanno a indagare le cause e si guarda a ciò che si può effettivamente correggere, all'insegna di uno stile di vita decisamente più sano.

Redazione VareseNews  
redazione@varesenews.it

