

## GIẢM CÂN THÀNH CÔNG NHỜ MÁY TÍNH THÔNG MINH

Ở tuổi 15, cậu học sinh Laurence Willshire cao 2 mét ở Bristol (Anh) nặng tròn trĩnh 135 kg. Thế nhưng chỉ sau một năm, Laurence đã loại bỏ được 25 kg trọng lượng thừa, và trở nên yêu đời và tự ti hẳn với vẻ ngoài đã bớt “vĩ đại” của mình.

Ở tuổi 15, cậu học sinh Laurence Willshire cao 2 mét ở Bristol (Anh) nặng tròn trĩnh 135 kg. Thế nhưng chỉ sau một năm, Laurence đã loại bỏ được 25 kg trọng lượng thừa, và trở nên yêu đời và tự ti hẳn với vẻ ngoài đã bớt “vĩ đại” của mình.

Ngoài nỗ lực của bản thân, thành công bước đầu này chủ yếu là nhờ bộ cân vi tính có nhiệm vụ giám sát quá trình ăn kiêng của cậu. Nó không cân thể trọng mà chỉ đo lường thức ăn và sau đó theo dõi Laurence đã đánh chén hết bao nhiêu. Đặc biệt, đĩa cân còn có khả năng “đề mất” tới tốc độ “ nạp năng lượng” của đối tượng.

Nếu Laurence gặp quá nhiều thức ăn, máy tính kết nối với cân sẽ lên tiếng hỏi: “Có phải bạn vẫn còn đói?”. Máy cũng sẽ nhắc nhở những lúc cậu ăn quá nhanh và thông báo khi nào cậu nên ăn tiếp. “Mình từng có tật ăn rất nhanh. Một bữa thịnh soạn, mình chỉ mất 3 phút để “thanh toán”. Nhưng nay, mình kéo giãn thời gian ra khoảng 16 phút”, Laurence tâm sự. “Liệu pháp này mang lại cho mình thêm tự tin và hiện nay mình cảm thấy rất hài lòng với bản thân”.

Laurence cách đây 1 năm và hiện tại. (Ảnh: Thesun.co.uk)

Laurence là một trong số 120 tình nguyện viên tham gia chương trình thử nghiệm cân vi tính đầu tiên của khoa béo phì trẻ em ở Bệnh viện Nhi đồng Hoàng gia Bristol. Ngoài máy tính, bộ cân còn có chiếc đĩa để Laurence đựng thức ăn. Máy tính có tính năng ghi nhận trọng lượng của đĩa trong lúc Laurence đang ăn và bật đèn xanh mỗi khi nhận thấy cậu chưa nạp đủ năng lượng cho cơ thể. Cha mẹ Laurence cho biết cách đây 2 năm khi thể trọng em “thăng hoa” tới mức đỉnh điểm, “vòng 2 và 3” của em lần lượt là 150 và 132 cm, và quần áo cỡ XXXXXL mới vừa với dáng cậu học sinh này. Nhờ sự đồng hành của bộ cân vi tính, hiện nay, Laurence đang tiến gần tới mục tiêu giảm còn 95 kg.

Bộ cân vi tính luôn đồng hành với Laurence trong mỗi bữa ăn. (Ảnh: Thesun.co.uk)

**ĐỒNG NGUYÊN**