

Alerta de la FTC para Consumidores

Federal Trade Commission ■ Bureau of Consumer Protection ■ Division of Consumer & Business Education

Ejercite primero la mente y después el cuerpo: Consejos para comprar equipos de ejercicio

Los beneficios de hacer ejercicios físicos están bien documentados. Lamentablemente, no siempre pasa lo mismo con las declaraciones publicitarias que promocionan accesorios para modelar el cuerpo y aparatos para hacer gimnasia. ¿Está listo para empezar con el pie derecho a evaluar las promesas que ve en los anuncios? La Comisión Federal de Comercio (Federal Trade Commission, FTC), la agencia nacional de protección del consumidor, le ofrece estas recomendaciones para diferenciar entre la verdad y la ficción de estar en forma.

Algunos anunciantes dicen – sin ninguna prueba – que sus zapatos, ropa, equipos u otros accesorios para ejercitarse ofrecen una manera rápida y fácil de ponerse en forma y perder peso. La realidad es que no existe nada que sirva para tener un cuerpo esbelto y saludable que no exija ejercicio y sudor. Los verdaderos resultados se logran ejercitándose y no dependen de lo que usted se ponga mientras hace sus ejercicios físicos.

¿Está buscando consejos para entender el contenido de los anuncios? Evite las promesas de reducción inmediata. Para perder peso en un área problemática hay que ejercitar todo el cuerpo. Esas promesas de hacer desaparecer los “michelines” de su cintura o eliminar la grasa de la cadera y de los muslos sin esfuerzos – sin someterse a una rutina regular de ejercicio físico – deberían despertar sus sospechas.

Sea escéptico con las fotos antes-y-después de algunos clientes “satisfechos”. Es posible que sus experiencias no reflejen los resultados que consigue la mayoría de los usuarios. ¿Y respecto de las declaraciones de personas famosas que respaldan los productos? No son pruebas de que el producto funcionará como se dice. ¿Y esos modelos esculturales que aparecen en los anuncios? ¿Ese abdomen plano y duro como una roca es el resultado del producto que están promocionando – o de meses de gimnasio y años de hábitos saludables?

¿Está a la búsqueda de algún aparato de ejercicio? Después de evaluar lo que dicen los anuncios publicitarios – pero antes de comprar – considere si el aparato se adapta a sus objetivos de entrenamiento físico. Los sótanos, armarios y salas de juego de muchas casas están repletos de productos muy costosos que no se adaptaron al estilo de vida del comprador. El único aparato que vale la pena comprar es el que lo ayude a mantener el firme propósito de usarlo para ejercitarse. Antes de comprar, pruebe distintos tipos de aparatos en un gimnasio, centro recreativo o tienda local.

Haga cuentas. Algunas compañías anuncian “tres cómodas cuotas de...” o “pruébelo gratis durante un mes”. Pero si no son directos respecto al precio, ¿qué más le están escondiendo? El precio anunciado tal vez no incluya los impuestos, cargos de despacho y entrega. Consulte las políticas de devolución, y calcule los cargos por reposición de inventario o cuánto podría costarle enviar el producto de vuelta.

Considere diferentes proveedores para elegir el más conveniente. Ese producto para ejercitarse que tiene que comprar “sí o sí” tal vez lo encuentre a mejor precio en un comercio local. O quizás se pueda ahorrar unos cuantos dólares comparando los precios en internet. El beneficio de ejercitarse está en el “ejercicio”. Si una compañía proclama que el beneficio es el resultado de su producto – y no de su esfuerzo – márchese. Esto es un indicio de que sus promesas están algo infladas y que podrían enflaquecer después que usted se gaste su dinero.

La FTC trabaja para prevenir las prácticas comerciales fraudulentas, engañosas y desleales en el mercado y proveer información para ayudar a los consumidores a identificar, detener y evitar dichas prácticas. Para presentar una queja o para obtener información gratuita sobre temas de interés del consumidor visite **ftc.gov/consumidor** o llame sin cargo al 1-877-FTC-HELP (1-877-382-4357); TTY: 1-866-653-4261. Para más información, vea el video *Cómo Presentar una Queja* disponible en **ftc.gov/videosen espanol**. La FTC ingresa las quejas presentadas por los consumidores a una base de datos segura y herramienta investigativa llamada Red Centinela del Consumidor (*Consumer Sentinel*) que es utilizada por cientos de agencias de cumplimiento de las leyes civiles y penales en los Estados Unidos y del extranjero.