

## APLICATIVOS PARA ACOMPANHAMENTO DE HIPERTENSÃO ARTERIAL E DIABETES

Elaborado por: **Alessandra Lima** (CD, Msc, PhD)

Revisado por: **Luciana Vieira** (FT, Msc, PhD)

29 de outubro de 2019

Cuidar adequadamente do controle de doenças como hipertensão arterial e diabetes é, prevenir a incidência de incapacidades e de outras doenças crônicas associadas. Isso mostra que as medidas preventivas devem focar o adulto jovem, evitando a evolução com perda funcional, doenças crônicas e incapacidades associadas (SPDM, 2012).

A inovação em saúde interessa a profissionais, pacientes, operadoras e saúde pública, visto que reduz erros, complicações e custos. Uma das formas é o monitoramento remoto, a partir de sistemas, que possam impactar na redução de complicações desnecessárias e as consequentes hospitalizações (SPDM, 2012).

A comunicação e a informação via Web 3.0 e Aplicativos Móveis (Apps) na área da saúde podem ser facilitadores da dinâmica de funcionamento dos serviços de saúde, pois tem o potencial de diminuir ou evitar: deslocamentos, demandas na rede de saúde, agravamentos devido à falta de suporte terapêutico. E ainda podem favorecer a referência e contra-referência, e o planejamento assistencial voltado à necessidade do paciente. (MENDEZ, 2019).

A educação em saúde objetiva ampliar a autonomia e a capacidade de intervenção das pessoas sobre suas próprias vidas e as Tecnologias da Informação e Comunicação (TIC) têm o potencial de contribuir de forma importante para melhorar o acesso a serviços de qualidade e, ao mesmo tempo, reduzir custos. Estudo randomizado comprova que treinamento de pacientes na comunicação via web impacta positivamente no alcance dos objetivos do tratamento de hipertensão, diabetes e dislipidemia (GLASER, 2018).

Revisões sistemáticas que objetivaram verificar a eficácia destas tecnologias no suporte ao cuidado do paciente com Diabetes evidenciam que o uso de aplicativos móveis na assistência destes pacientes auxilia no controle de fatores de risco, fortalece o autocuidado e contribui na promoção de saúde (BONOTO et al., 2017; SCARCELLA, 2017), reduz incidência de complicações e melhora qualidade de vida (SHEN et al, 2018) e impacta em mudança do estilo de vida (WU et al., 2019).

Revisões sistemáticas quanto aos aplicativos disponíveis para o acompanhamento da pressão arterial ANDROID e IOS concluem que a maioria destes apresenta qualidade precária, com

escassez de informações quanto a segurança e eficácia dos mesmos (JAMALADIN et al., 2018; ALESSA et al., 2019).

### APLICATIVOS DISPONÍVEIS

Existem numerosos aplicativos voltados para pacientes com hipertensão e/ou diabetes; tanto vinculados diretamente aos dados das doenças supracitadas, como outros que combatem áreas específicas relevantes para controle de hipertensão e diabetes (por exemplo: controle de peso, prática de atividade física, controle de estresse), com grande variedade de funcionalidades disponíveis.

A Datapp (2018) lista alguns aplicativos gratuitos para medir e monitorar a Pressão Arterial: **Care Monitor De Saúde** e **SmartBP** (disponíveis para Android e iOS) e **Pressão Arterial, Registro de Pressão Sanguínea (Bpresso), Smart Pressão Arterial, Pressão Arterial Tracker** (disponíveis apenas para Android).

Pode-se ainda elencar as empresas **Twine Health, Hello Heart** e **AmicoMed** (KAPPS, 2017). Por fim os aplicativos aparecem de forma recorrente e, diferentes pesquisas: **HelpLink** (acesso em desktop), **FreeStyle Libre, My Therapy** e **Pulso livre** (disponíveis para Android e iOS), **Escolha Certa** (disponível para Android).

Para diabetes, foram identificados: **Glic, One Droop, MySugr, Glucose Buddy**, disponíveis para Android e iOS (SANTANA, 2018).

### REFERÊNCIAS

- ALESSA, T. et al. Smartphone Apps to Support Self-Management of Hypertension: Review and Content Analysis. JMIR Mhealth Uhealth, v.7, n.5, 2019.
- ASSOCIAÇÃO PAULISTA PARA O DESENVOLVIMENTO DA MEDICINA (SPDM). A saúde no Brasil em 2021. Editora Cultura Acadêmica, São Paulo, 2012.
- BONOTO, B.C. et al. Efficacy of mobile apps to support the care of patients with diabetes mellitus: a systematic review and meta-analysis of randomized controlled trials. JMIR Mhealth and Uhealth, v. 5, n. 3, 2017.
- DATAPP. 7 Apps Para Medir a Pressão Arterial. 2017.
- GLASEER E. et al. The impact of a patient web communication intervention on reaching treatment suggested guidelines for chronic diseases: a randomized controlled trial. Patient Educ Counsel. v.100, n.11, 2017.
- JAMALADIN, H. et al. Mobile Apps for Blood Pressure Monitoring: Systematic Search in App Stores and Content Analysis. v.6, n.11, 2018.
- KAPPS, M. Medicina Preventiva Digital: Usados para prevenção e controle da pressão alta, conheça os mais populares aplicativos para monitorar e controlar uma população de hipertensos. 2017.
- MENDEZ C.B. et al. Mobile educational follow-up application for patients with peripheral arterial disease. Rev. Latino-Americana de Enfermagem, v.27, 2019.
- SANTANA B. Diabetes: selecionamos quatro aplicativos para ajudar no acompanhamento e controle da doença. 2018.
- SCARELLA M.F.S. Elaboração e desenvolvimento de aplicativo móvel para autocuidado e automonitoramento do pé diabético. Dissertação (Mestrado) - Universidade Federal de Minas Gerais, Escola de Enfermagem, Belo Horizonte, 2017.
- SHEN, Y. Effectiveness of Internet-Based Interventions on Glycemic Control in Patients With Type 2 Diabetes: Meta-Analysis of Randomized Controlled Trials. J Med Internet Res, v.20. n.5, 2018.
- WU, X. et al. The Efficacy of Mobile Phone Apps for Lifestyle Modification in Diabetes: Systematic Review and Meta-Analysis. JMIR Mhealth Uhealth, v.7, n.1, 2019.