

Noves tecnologies per millorar la dieta de pacients amb hipertensió o malaltia renal crònica

Autors: Marina Fenollar, Anna Morera, Glòria Casals, Josep M. Galceran.

Persona que farà la comunicació: Marina Fenollar

Servei de Nefrologia, ALTHAIA XARXA ASSISTENCIAL UNIVERSITÀRIA DE MANRESA

Dades de contacte: 637858833. gcasals@althaia.cat

Introducció

Moltes malalties tenen necessitats dietètiques per millorar el seu control i prevenir complicacions. Els pacients hipertensos i/o malaltia renal crònica han de reduir la ingesta de sodi, potassi o fòsfor que amb la seva acumulació excessiva pot provocar augment del risc d'arítmies, calcificació vascular i mortalitat cardiovascular.

Les infermeres i metges dels serveis de nefrologia donem diàriament consells sobre alimentació, cures d'accessos vasculars, control de pes ... Aquesta informació es transmet verbalment o en format paper. Malgrat els esforços, els pacients amb el temps obliden part de la informació o no tenen a mà els documents que se'ls hi facilita o es fa complicat contactar amb infermeria i sorgeixen dubtes. Com a resultat s'adopten restriccions dietètiques innecessàries o actituds de risc.

Idea innovadora

Desenvolupar una aplicació per a telèfons mòbils i tauletes que proporciona informació sobre el contingut de sodi, potassi i fòsfor en els aliments, a més d'una secció amb recomanacions per fer els aliments més segurs i receptes adequades, tot això presentat d'una manera atractiva i gratuïta, que té com a objectiu millorar la seguretat i la qualitat de vida dels pacients i els seus cuidadors.

Com heu transformat la idea en acció

L'equip del Servei de Nefrologia en sinergia amb una fundació privada de Salut i Nutrició, vam dissenyar, una aplicació pensada per a pacients renals i hipertensos, cuidadors i professionals sanitaris, basant-nos en protocols assistencials i amb la nostra experiència. Ho vam complementar amb inquietuds i propostes que els pacients van aportar per fer-ho més enriquidor, amb l'objectiu de donar eines que els ajudi a tenir una dieta adequada i variada.

Resultats obtinguts

Hem dut a terme un estudi observacional, descriptiu, per avaluar la usabilitat de l'aplicació 39 mesos després del seu llançament, descarregada per 24606 usuaris; amb una mitjana de 3500 usuaris actius. La taxa mitjana dels nous usuaris és 630/mes mantenint-se entre les aplicacions de salut més descarregades a Espanya. Amb 773890 de consultes i un temps mitjà de consulta de 56 segons.

Qualificacions dels usuaris molt favorables (4,2 / 5 per Android i per iOS 5/5). La majoria de les consultes (79,6%) són per a la seguretat d'un aliment.

Conclusions

Els nostres resultats suggereixen que PUKONO és una eina útil per als pacients i per als seus cuidadors, en l'elecció d'una dieta variada i segura.