

La salud en el smartphone

Joan Antoni Munsó Sirvent

Director de TIC y redactor en EUROMEDICE Ediciones Médicas

En pleno auge tecnológico y tras la aparición de las tabletas y los smartphones, una infinidad de curiosas y prácticas aplicaciones, conocidas como apps, se han desarrollado en el mercado de la salud. De hecho, en las respectivas tiendas on line de Apple y Android, hay más de 8.000 apps que responden a la etiqueta «salud». El éxito de estas plataformas reside en la practicidad y sencillez de su uso, por lo que es una potente herramienta tanto para los profesionales de la salud como para los pacientes. Y es que, como se describe a continuación, además de registrar la tensión arterial, avisar de los niveles de polen del aire, recordar cuando hay que tomar una medicina o explicar por qué el bebé tiene fiebre, las aplicaciones de salud para dispositivos móviles revolucionan la comunicación entre el médico y el paciente.

MÉDICOS DE BOLSILLO

Entre las aplicaciones en salud más sorprendentes está la conocida como «Instant Heart Rate», capaz de medir las pulsaciones del corazón con tan solo colocar un dedo en el objetivo de la cámara de fotos del dispositivo móvil. Para hacerlo, la aplicación mide la variación de luz que entra por el objetivo como consecuencia de cada latido del corazón, luego lo analiza y lo presenta en un comprensible gráfico que, además, se puede enviar al momento al médico.

Las aplicaciones médicas permiten al paciente adquirir una cultura de prevención y responsabilidad frente a su salud

Una de las situaciones donde se sufre más angustia es cuando el bebé enferma y los progenitores no saben qué le ocurre. En esta circunstancia, puede resultar de gran ayuda, una plataforma desarrollada por tres expertos pediatras del Hospital de Sant Joan de Déu, en Barcelona, y la empresa española Mobivery. La aplicación está pensada para saber si la fiebre y otros síntomas que manifiesta el bebé son de urgencia. Para ello, se introducen los síntomas en la app y esta devuelve la imagen de un semáforo, donde el color verde

significa que no pasa nada; el naranja, que hay que tener al bebé bajo vigilancia; y el rojo, que hay que correr al hospital más cercano. Además, incluye algunos consejos y soluciones rápidas, así como comentarios sobre el desarrollo y crecimiento de los bebés menores de un año.

Otro problema que puede surgir de improviso es que se tenga algún problema de salud en el extranjero y con dificultades para comprender o hacerse entender con los profesionales de salud. Para facilitar esta tarea, la aplicación «Universal Doctor», creada por el médico Jordi Serrano, contiene los protocolos más comunes usados en medicina en una multitud de idiomas.

¿Cuántas veces se olvida uno de tomar una pastilla? La organización de la toma de medicamentos es otro de los dolores de cabeza frecuentes para muchas personas y, por este motivo, se han creado aplicaciones como «Medsontime», una herramienta que organiza la toma de fármacos según como se haya programado en el sencillo menú que dispone. Los recordatorios van acompañados de una foto de la pastilla o su envase, con el mensaje «ya la he tomado» para descartar el recordatorio. La aplicación ha sido desarrollada por Josep Cardona, fundador de la empresa Medicactive.

Para quienes cada primavera sufren alergia, «AlertaPolen» puede resultar de gran ayuda. Esta aplicación utiliza la información prestada por la Sociedad Española de Alergología e Inmunología Clínica, para saber en todo momento la cantidad de polen que hay en el ambiente y el riesgo de tener rinitis o asma.

Del mismo modo, también hay aplicaciones pensadas para diabéticos que permiten hacer un historial de los niveles de glucosa en sangre, para después incluirlo en la historia clínica (figura 1).

Algunos otros ejemplos de otras aplicaciones curiosas son «QuitNow», para dejar de fumar; «MobiCeliac», para sa-

Figura 1.



ber qué alimentos contienen gluten; «Federópticos», para hacer un test de visión de forma rápida; Dermomap, una guía con imágenes de las principales afecciones de la piel; y, por último, la aplicación de «Contador de calorías» que, como su nombre indica, posibilita hacer un recuento de las calorías consumidas en función de los alimentos que se ingieren.

APLICACIONES PARA EL PACIENTE, EL MÉDICO Y LA SOCIEDAD

Las aplicaciones mencionadas ilustran algunas de las plataformas disponibles en el mercado, aunque esto es solo el principio, pues los especialistas creen que el verdadero potencial de esta tecnología es incalculable. Sin duda, es una era donde la medicina avanza gracias al desarrollo tecnológico y a la investigación biomédica. La combinación de ambas genera, por un lado, sorprendentes descubrimientos que desmantelan antiguos paradigmas, plantean nuevas dudas y generan líneas de investigación; y, por otro lado, nuevas plataformas que facilitan y mejoran mucho el trabajo del personal médico y la calidad de vida del paciente.

Parece que la crisis no afecta al crecimiento de este nuevo mercado basado en las aplicaciones, que los expertos cifran en un 800%. Además de los pacientes, también los profesionales de la salud encuentran en estas herramientas una importante ayuda; de hecho, se estima que en Europa uno de cada cuatro médicos usa de forma profesional el iPad, mientras en EE.UU., dos de cada tres. Y se calcula que el mercado seguirá creciendo y llegará, en 2015, hasta los 500 millones de clientes potenciales en este sector.

Por otra parte, el desarrollo de recursos como las apps médicas pueden ser de gran utilidad, ya que permiten al paciente adquirir una cultura de prevención y responsabilidad frente a su salud, una actitud que, además de ser útil para él mismo, podría reducir de manera significativa el gasto sanitario. Además, se ha visto que cerca de la mitad de los tratamientos médicos no se terminan y muchos pacientes no siguen las recomendaciones de estilo de vida saludable que les aconseja el médico.

Cabe recordar, no obstante, que las aplicaciones médicas son solo una herramienta complementaria y que en ningún caso deben sustituir el papel de los profesionales de la salud. Por este motivo, se recomienda usarlas como fuente de información y consulta, sin confiarse en exceso ni alarmarse.