

APLICATIVOS MÓVEIS COM ÊNFASE NO CONTROLE DA OBESIDADE

Resumo

Camilla Kapp Fritz
Gabrielle Delattre De Oliveira Caron
Kamelyn Caroline Casagrande
Thalita Marcela Araújo Dos Santos

A obesidade é considerada uma epidemia mundial, representando um encargo para a sociedade e para o sistema público de saúde por associar-se a importante morbimortalidade. Segundo a Organização Mundial da Saúde (OMS) mais de 1 bilhão de pessoas no mundo são obesas, sendo destas, 650 milhões de adultos, 340 milhões de adolescentes e 39 milhões de crianças, em 2022. O comportamento e a ingestão alimentar são fatores decisivos para o aumento da obesidade e demais doenças crônicas não transmissíveis. Em paralelo, houve um aumento no uso dos dispositivos móveis, só no Brasil em 2016 a Anatel indicou a densidade de 125,42 celulares por 100 habitantes. Com isso, nota-se a importância da utilização da tecnologia eletrônica para auxiliar a área da saúde, melhorando o acesso à informação. O objetivo desse trabalho é descrever as principais funcionalidades de aplicativos móveis direcionados para o controle da obesidade, tanto quanto suas vantagens e desvantagens. A busca virtual foi realizada na base de dados PubMed e Google Acadêmico, através dos descritores “aplicativos móveis”, “dietoterapia”, “obesidade”, “recordatório de 24h”, com artigos publicados nos últimos 5 anos. Nos aplicativos disponíveis nas lojas virtuais hoje podemos analisar a contagem de calorias, registro alimentar, criação de desafios diários, lembretes para o consumo de água, cálculo de IMC, planejamento de refeições entre outras funcionalidades. O uso desses aplicativos acaba facilitando o cotidiano do paciente e também melhorando o acompanhamento nutricional, visto que conseguimos mais informações do que nos métodos tradicionais (questionário de frequência alimentar e recordatório 24h). Uma das principais vantagens desses aplicativos é o fato da maior parte deles ser gratuito, prático e de fácil utilização, entretanto, esses aplicativos necessitam do consumo de dados móveis do usuário e também do fornecimento diário de dados alimentares para que gere bons resultados. Atualmente o avanço da tecnologia móvel, abre muitas oportunidades e pode ser considerado um dos melhores meios para propagação dos aplicativos em saúde, no âmbito público e para utilização em larga escala, trazendo melhorias na prevenção e tratamento da obesidade.

Palavras-chave: aplicativos móveis; dietoterapia; obesidade; recordatório de 24h.