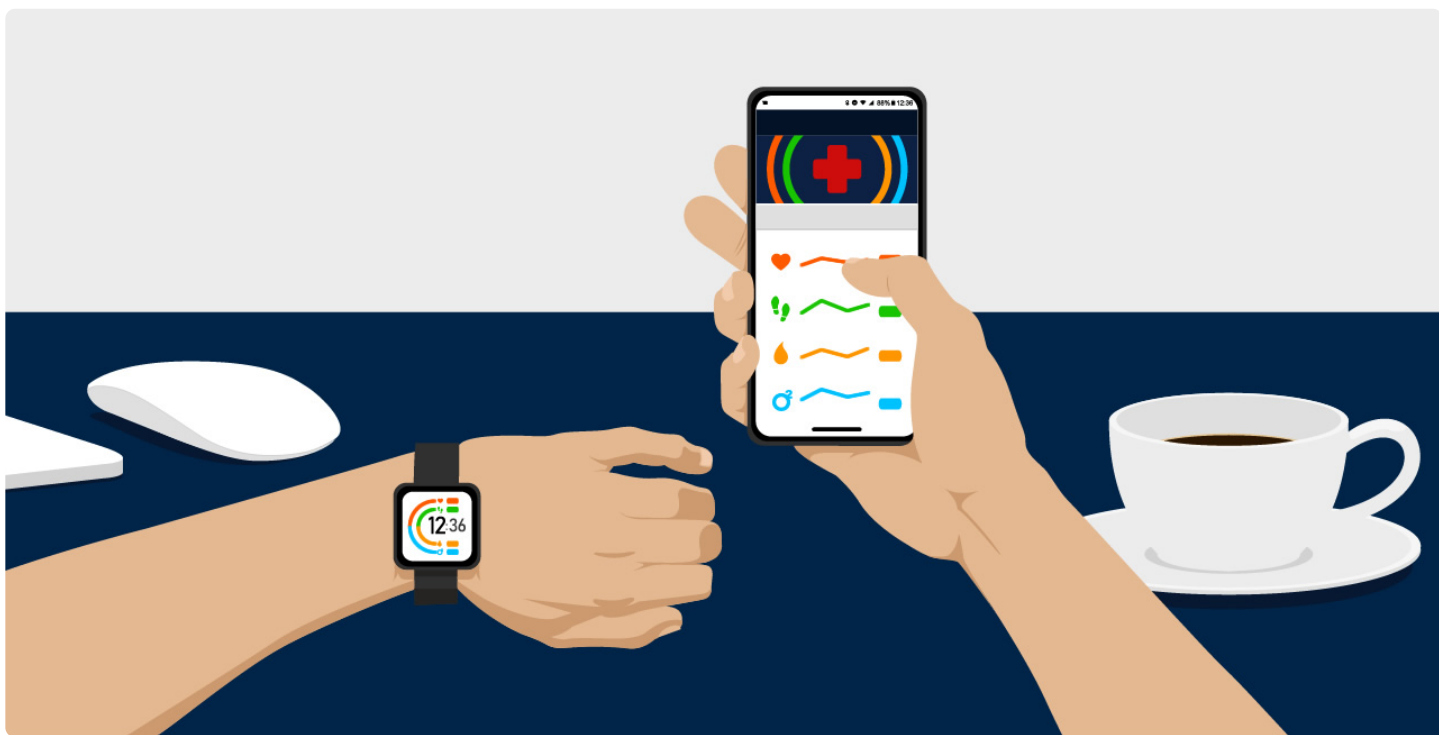


O que os médicos devem saber sobre os *wearables*, ou dispositivos vestíveis, na medicina

Este ano, o número de usuários globais do *Apple Watch* ultrapassou 100 milhões. O *Fitbit* tem atualmente cerca de 30 milhões de usuários ativos, e o número de pessoas que usam o aplicativo para smartphone *Lose It!*, para monitorar suas calorias e outras estatísticas de saúde, atingiu cerca de 2 milhões por mês.

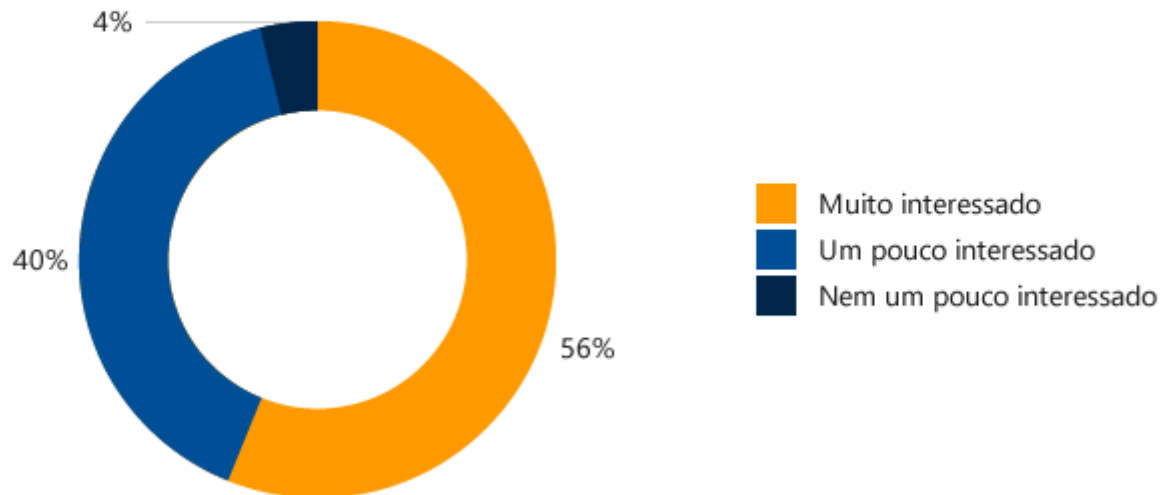
Em todo o mundo, **dispositivos vestíveis pessoais** – os famosos *wearables* – como esses rastreadores de nível *fitness* e medidas de saúde e aplicativos de smartphone são ferramentas cada vez mais populares para ajudar os usuários a alcançar seus objetivos individuais de *fitness* e saúde.



Mas esses dados podem ser usados para ajudar os pacientes a ver ainda mais benefícios se os médicos decidirem coletá-los e incorporá-los aos planos de cuidados exclusivos de seus pacientes.

Além disso, de acordo com uma recente pesquisa realizada pela *Software Advice* com 485 pacientes nos EUA, 96% estão interessados em compartilhar os dados coletados por esses *wearables* com seus médicos para ajudar a melhorar sua saúde.

Interesse do paciente em compartilhar dados de dispositivos *wearables* com médicos



Com a recente [adoção generalizada da telemedicina](#) e o advento do monitoramento remoto de pacientes, cada vez mais pacientes estão interessados em facilitar o acesso aos serviços de saúde para se engajarem mais em seus próprios planos de saúde.

Esta é uma ótima notícia para os médicos, já que é amplamente aceito que um [paciente mais engajado](#) normalmente obtém melhores resultados de saúde. No entanto, desenvolver um sistema inteiramente novo para coletar dados de dispositivos vestíveis pessoais e de aplicativos pode ser assustador para os pequenos consultórios independentes.

Felizmente, na pesquisa citada, foi perguntado aos entrevistados sobre as diferentes maneiras pelas quais eles estariam dispostos a compartilhar essas informações com seus médicos, e suas respostas revelaram que os médicos podem começar a usar métodos manuais imediatamente para incorporar esses dados aos planos de tratamento.

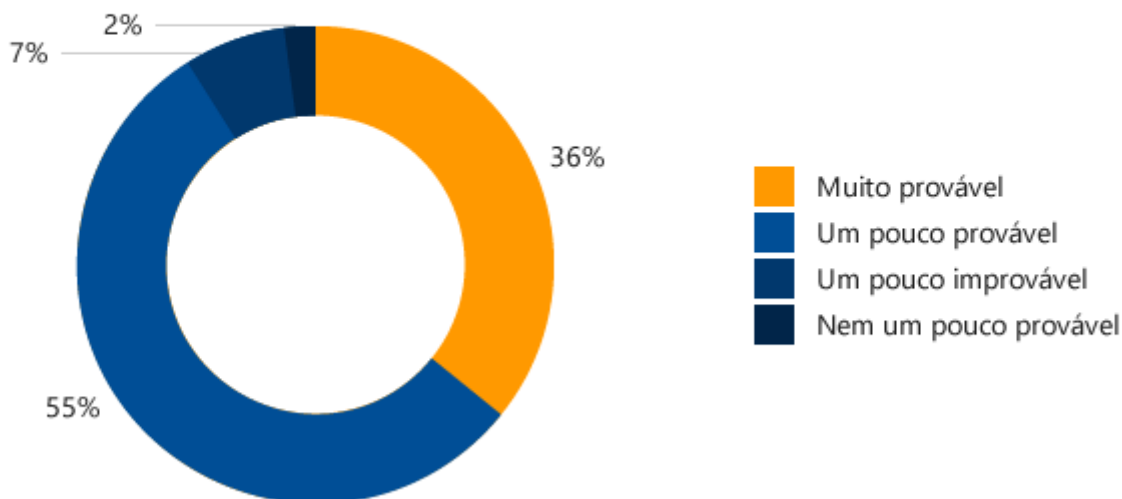
Isso não apenas encorajará os pacientes a se engajarem com seus próprios cuidados de saúde e resultará em melhores resultados, mas também terá o benefício adicional de atrair novos pacientes para seu consultório – dando a você uma vantagem competitiva sobre seus concorrentes.

Os pacientes querem que a tecnologia vestível seja importante para os médicos

A pesquisa foi feita com quase 500 pacientes nos EUA que usaram rastreadores pessoais de atividades, como *Fitbit* ou *Apple watch*, ou aplicativos de smartphone, como *MyFitnessPal* ou *Google Fit*, para coletar dados e monitorar metas relacionadas à saúde.

Não só a maioria deste grupo deseja [compartilhar seus dados pessoais com os médicos](#), 91% disseram que, ao escolher um novo médico, teriam mais probabilidade de escolher um médico que perguntasse sobre *wearables* e/ou dados de aplicativos do que um que não perguntasse.

Qual é a probabilidade de você selecionar um médico que usa dados de *wearables* em vez de um que não usa?



Isso mostra exatamente como os dispositivos vestíveis são importantes para os pacientes que os usam e ilustra um resultado muito tangível para os médicos que optam por incorporar esses dispositivos em seus planos de tratamento: um atrativo para novos pacientes.

Quanto mais informações os médicos tiverem para basear sua investigação clínica, [melhores resultados de saúde](#) seus pacientes verão. Mesmo que os dados coletados por esta tecnologia digital de saúde não sejam considerados especialmente relacionados ao diagnóstico ou plano de tratamento de um paciente, simplesmente promover a conscientização sobre sua saúde diariamente pode melhorar os resultados, por isso deve ser uma ótima notícia para os médicos o fato dos pacientes estarem interessados em compartilhar seus dados.

Dirigindo-se à minoria hesitante

Embora apenas 4% dos entrevistados na pesquisa tenham dito que não estavam interessados em compartilhar dados de seus dispositivos pessoais com médicos, ainda procurou-se entender por que isso acontecia. Os maiores motivos foram relacionados à privacidade e segurança.

A solução para amenizar esses medos é incrivelmente simples: basta permitir que os pacientes optem por compartilhar ou não os dados de seus dispositivos pessoais.

Não é sempre na área da saúde que um médico pode dar a cada paciente o que eles querem, mas esta é uma oportunidade de fazer exatamente isso sem aumentar sua carga de trabalho.

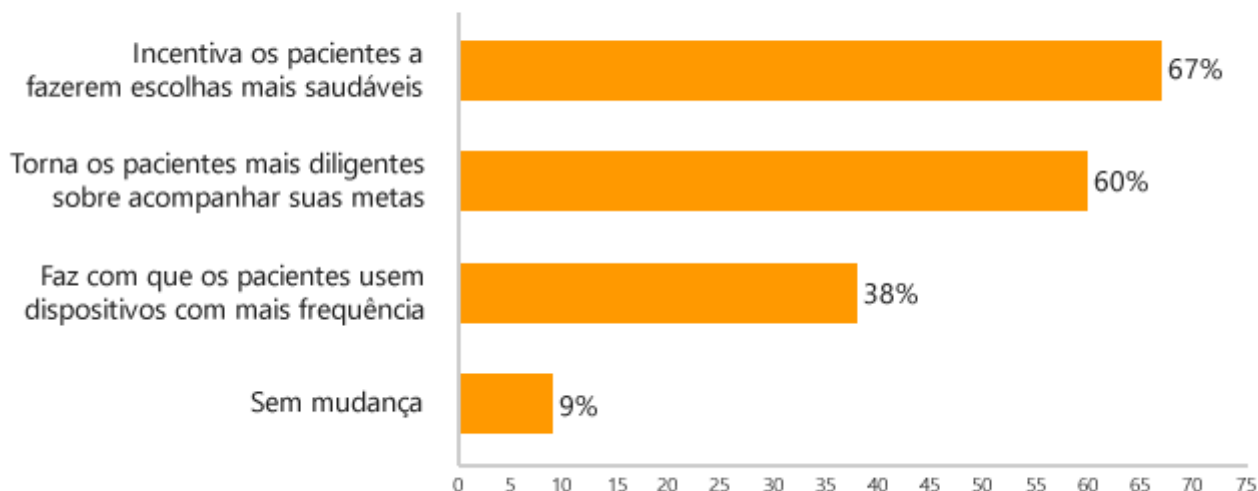
E lembre-se, a maioria dos pacientes tem mínima ou nenhuma preocupação com o compartilhamento de seus dados. Parece que os pacientes realmente confiam em seus médicos para proteger suas informações, e os médicos fariam bem em aceitar essa confiança e usar esses dados para melhorar a colaboração entre eles e seus pacientes.

Isso é algo que os fabricantes de *wearables* também notaram. Estamos começando a ver essas empresas de tecnologia se ramificando para tecnologias de software médico para criar integrações que tornam os dados vestíveis ainda mais acessíveis para os médicos, e por um bom motivo.

O interesse do médico nos dados de *wearables* incentiva hábitos mais saudáveis

Na pesquisa, perguntou-se aos pacientes exatamente como isso afetaria o uso de dispositivos vestíveis se um médico comesse a incorporar esses dados em seus registros de saúde e planos de cuidados. Mais da metade disse que isso os encorajaria a fazer escolhas mais saudáveis, como aumentar a atividade diária.

Resultados dos médicos usando dados de *wearables*



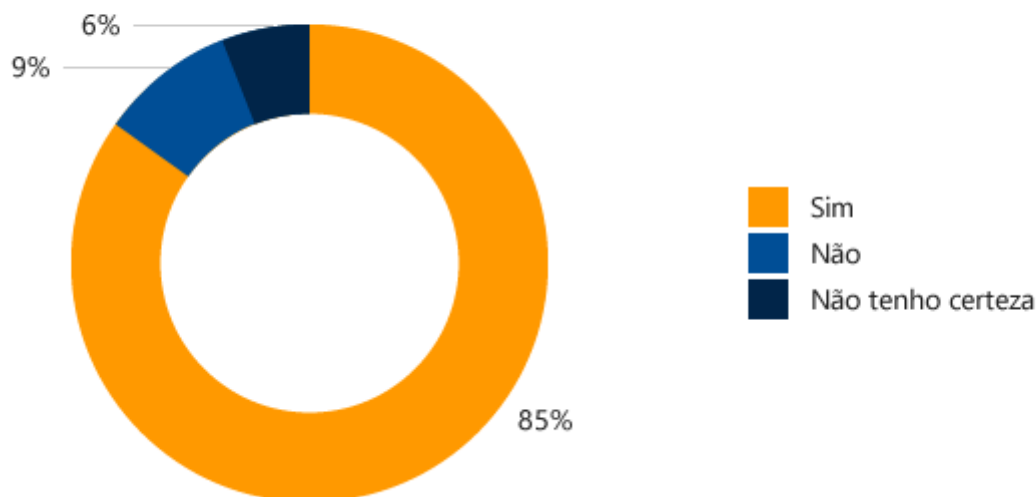
O impacto real dos rastreadores *fitness* na saúde do paciente tem sido debatido desde sua introdução, mas o consenso vencedor é que o uso contínuo desses dispositivos, de fato, melhora a saúde geral dos usuários apenas por torná-los mais conscientes das escolhas que estão fazendo e como essas escolhas afetam sua saúde.

Claro, dar 10.000 passos por dia não vai curar todas as doenças, e é verdade que nem todo dispositivo obtém a leitura mais precisa da frequência cardíaca, mas o fato é que esses dispositivos tornam os pacientes cientes de sua saúde e isso, por sua vez, a melhora.

Pode-se ir ainda mais longe e dizer que os médicos devem ter um papel ativo em ajudar os pacientes a definir metas para rastrear em seus dispositivos pessoais. Perguntou-se aos pacientes na pesquisa se eles gostariam que seus médicos “prescrevessem” metas específicas para monitorar em seu próprio tempo, como dormir uma certa quantidade de tempo à noite, acompanhar e permanecer abaixo de um limite de calorias definido a cada dia, ou aumentar sua frequência cardíaca por um período específico de tempo a cada dia.

Descobriu-se que os pacientes realmente gostariam disso.

Você gostaria que seu médico “prescrevesse” metas de saúde para monitorar com seu dispositivo pessoal?



Isso abre a possibilidade de uma evolução da relação médico-paciente. Os profissionais de saúde têm a oportunidade de fornecer cuidados mais holísticos, ajudando os pacientes a cumprirem as metas básicas de condicionamento físico e saúde que, conseqüentemente, melhorarão sua saúde geral e qualidade de vida. É uma vitória para todos os envolvidos.

A única questão que permanece é: como os médicos podem começar a coletar e usar os dados dos dispositivos pessoais de seus pacientes?

Os pacientes estão abertos a compartilhar dados de várias maneiras

Uma resposta óbvia é adotar uma tecnologia que facilite a coleta e incorporação de dados de *wearables* ao prontuário eletrônico do paciente. Isso deve ser levado em consideração por qualquer consultório que busque tirar proveito de dados desses dispositivos; no entanto, essa não é a única forma.

Para encontrar uma solução mais acessível, foi perguntado aos participantes da pesquisa como eles estariam dispostos a compartilhar seus dados pessoais de dispositivos vestíveis com os médicos. Encontrou-se várias opções.

Como os pacientes preferem compartilhar os dados de *wearables* com os médicos

65% Responderia a perguntas sobre seus dados pessoais de saúde ao preencher um formulário de admissão antes da consulta.

62% Concordaria que os dados de *wearables* ou aplicativos de smartphone fossem enviados automaticamente para seu prontuário no software médico.

50% Revisaria seus dados pessoais de saúde pessoalmente com os médicos durante a consulta.

19% Faria upload de recortes de tela de seus dados pessoais de saúde em portais do paciente para os médicos acessarem.

Com base nessas respostas, há muito interesse do paciente em qualquer método que lhes permita simplesmente iniciar uma conversa sobre seus dados de *wearables*.

A melhor maneira de os pequenos consultórios começarem a fazer isso hoje é pedir aos pacientes que compartilhem informações coletadas de *wearables* durante a consulta e incorporar essas informações aos registros dos pacientes.

Mesmo algo tão fácil como criar um novo formulário de admissão (ou apenas fazer o download e personalizar o modelo abaixo) a ser enviado ao paciente antes da consulta pode fazer toda a diferença.

Rastreamento de dados de dispositivos vestíveis

Por favor preencha todas as informações com a maior precisão possível. As informações que você fornecer serão registradas em seu perfil de saúde e utilizadas para melhorar seu atendimento. Todas as respostas são confidenciais.

Você possui e usa um rastreador de condicionamento físico pessoal (como *Fitbit*, *Apple Watch*, *Galaxy Fit* ou *MiBand*)? Marque uma opção.

Sim _____ Não _____

SE VOCÊ MARCOU SIM, está interessado em compartilhar os dados do seu rastreador de condicionamento físico conosco para melhorar o seu plano de cuidados? Marque uma opção.

Sim _____ Não _____

SE VOCÊ MARCOU SIM, forneça-nos o máximo possível das seguintes informações:

Frequência cardíaca em repouso _____

Tempo médio de sono na semana anterior _____

Ingestão média de calorias _____

Consumo médio de água _____

Média de passos dados diariamente _____

Média de minutos ativos na semana anterior _____

Com que frequência você registra informações em dispositivo vestível pessoal?

Existe alguma outra informação que você rastreia com seu dispositivo pessoal que gostaria de compartilhar conosco?

Baixar modelo

Usar algo como o modelo acima dá aos seus pacientes a oportunidade de dizer se desejam ou não compartilhar essas informações com você, ao mesmo tempo que minimiza a quantidade de tempo extra que você precisa dedicar para coletá-las.

Você também pode criar um formulário único perguntando aos pacientes se eles desejam discutir esses dados com você e, em seguida, reservar um tempo nas consultas para abordar suas tendências *fitness* e “prescrever” novos objetivos para que eles trabalhem até a próxima consulta.

A questão é que, mesmo gastando apenas dois minutos em cada consulta examinando essas informações, você pode encorajar seus pacientes a manterem suas metas pessoais de condicionamento físico e saúde e continuarem a ter um estilo de vida mais saudável – e isso, por sua vez, torna seu trabalho mais fácil.

Monitoramento remoto de pacientes: o futuro dos dispositivos médicos vestíveis

Para aqueles consultórios ainda mais focados no futuro, a próxima pergunta sobre a tecnologia vestível deve ser sobre o [monitoramento remoto de pacientes](#).

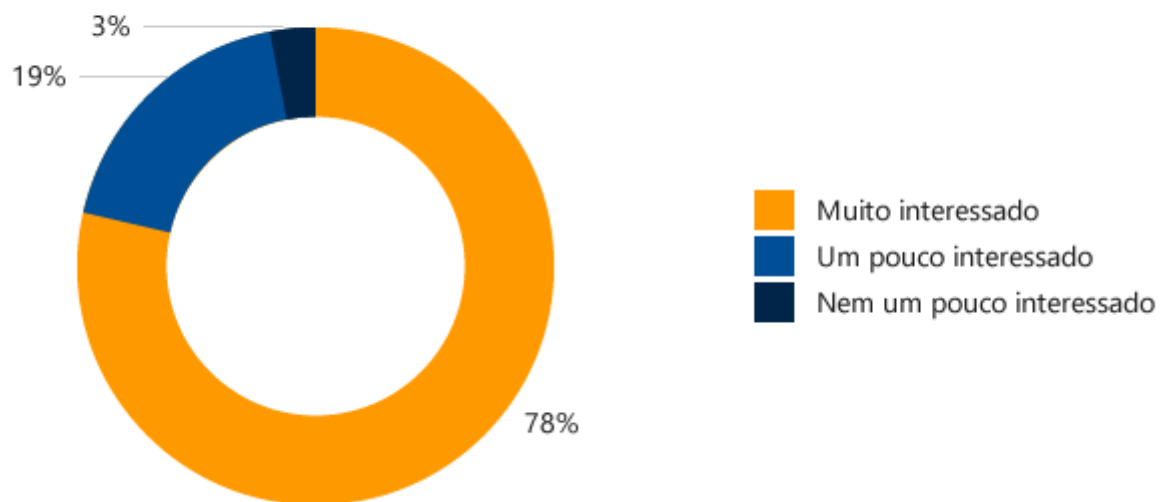
O monitoramento remoto de pacientes é o uso de ferramentas digitais ou tecnologia para coletar as condições fisiológicas dos pacientes, transmitir esses dados aos profissionais de saúde, monitorá-los quanto a quaisquer anormalidades e até mesmo enviar alertas e recomendações com base nos resultados.

De acordo com muitos profissionais de saúde e especialistas em tecnologia, é a próxima grande novidade na telemedicina e no [cuidado digital](#).

Para entender melhor a perspectiva do paciente sobre essa nova tecnologia, reduziu-se os entrevistados da pesquisa a 280 com doenças crônicas que exigem checkups, monitoramento ou exames mais frequentes para serem gerenciados; ou seja, candidatos perfeitos para monitoramento remoto.

Perguntou-se a esses entrevistados se eles estariam interessados no monitoramento remoto de pacientes e a maioria disse que sim.

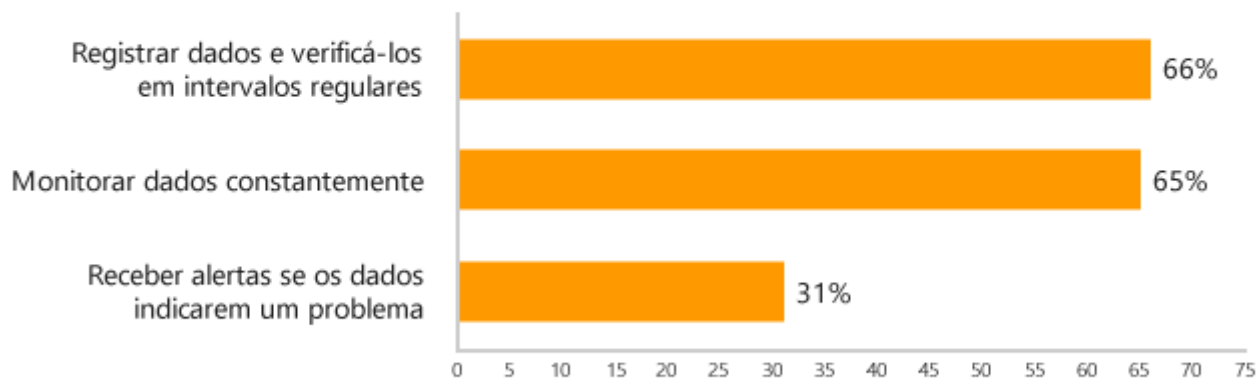
Interesse do paciente no monitoramento remoto do paciente



Também buscou-se entender quais expectativas os pacientes tinham sobre os dados sendo coletados por meio de dispositivos conectados remotamente e as funções deles próprios e de seus médicos nesse tipo de atendimento. Isso revelou um padrão duplo interessante que vale a pena notar.

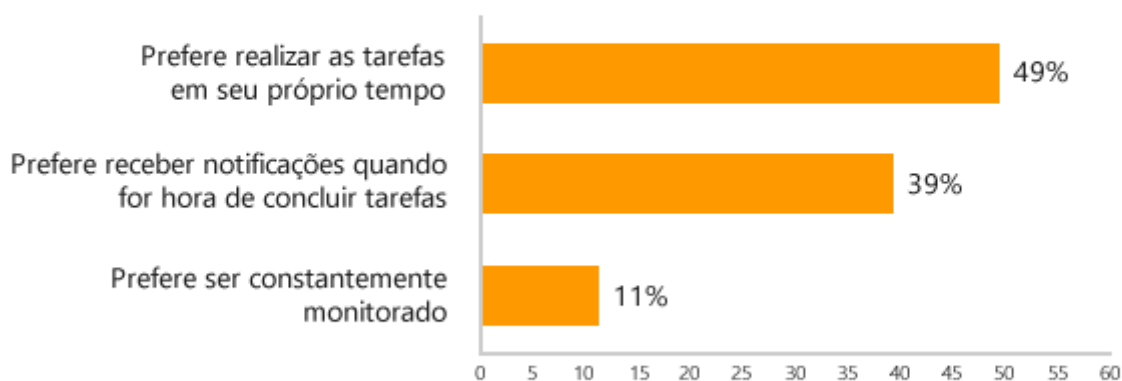
Ao perguntar aos pacientes o que eles esperavam que os médicos fizessem com os dados coletados por meio do monitoramento remoto do paciente, a maioria tinha grandes expectativas de que seus médicos monitorassem constante ou frequentemente seus sinais vitais.

Expectativas do paciente para médicos envolvidos no monitoramento remoto do paciente



No entanto, ao perguntar aos pacientes como eles prefeririam acompanhar suas próprias tarefas do plano de cuidados (por exemplo, verificar sua pressão arterial ou níveis de glicose), suas expectativas eram um pouco menos intensas.

Preferências do paciente para acompanhar as tarefas do plano de cuidados do monitoramento remoto do paciente



Como o monitoramento remoto de pacientes é relativamente novo e está nos estágios iniciais de desenvolvimento, agora é um ótimo momento para gerenciar as expectativas de ambos os lados.

Obviamente, os médicos não têm tempo para monitorar constantemente os dados do paciente, pois são transmitidos remotamente pelos pacientes. O cenário mais provável é que as plataformas médicas evoluam e incorporem tecnologias para fazer isso, verificando constantemente os dados do paciente conforme eles chegam e enviando alertas para médicos e pacientes quando algo está fora do comum – até mesmo aconselhando os pacientes a procurarem a ajuda de um médico imediatamente em casos extremos.

A chave aqui será a comunicação antecipada. Os pacientes devem estar cientes das limitações quando se trata de monitorar constantemente seus dados, e agora é o momento perfeito para definir essas expectativas para que sejam mais fáceis de gerenciar quando o monitoramento remoto de pacientes se tornar mais onipresente.



No Brasil, os *smartwatches* e *smartbands* capazes de monitorar dados de saúde dos pacientes estão aos poucos se popularizando e mais pessoas os usam a cada dia. Isso além dos diversos apps já utilizados por muitos pacientes, com inserção manual de dados. Também a telemedicina continua a ganhar adeptos e tem facilitado o acompanhamento e monitoramento de pacientes com condições crônicas.

Os médicos devem se antecipar e estar preparados para aproveitar essas tecnologias o quanto antes, se destacando e oferecendo aos pacientes um atendimento cada vez mais completo e voltado aos melhores resultados de saúde.

O HiDoctor® está sempre à frente, incorporando as últimas tecnologias e novidades para facilitar a prática médica. Com o HiDoctor® você pode [atender por telemedicina](#), por exemplo, e aproveitar os formulários personalizados para registrar com facilidade e de modo organizado os mais diversos dados dos pacientes.

O [HiDoctor®](#) é a única plataforma médica completa para seu consultório e o software mais utilizado por médicos e clínicas no Brasil. A Centralx® conta com mais de 30 anos de experiência no desenvolvimento de tecnologias para a área médica.

Conheça o HiDoctor®:
software médico completo
para todas as plataformas

Quero conhecer

0800 979 0400



Centralx®

Artigo original disponível em:

"O que os médicos devem saber sobre os *wearables*, ou dispositivos vestíveis, na medicina " -

HiDoctor® Blog

Centralx®