

## [45018] TECNOLOGIAS MÓVEIS E ADESÃO AO TRATAMENTO DE OSTEOARTRITE

Autores: Bernardo Beneduzi Borba, Léo Hernandes de Vasconcelos

Coautores: Jordi Pujol Ricarte, Mayra Camargo Cademartori, Nicolle Pimentel Favero e Thiago Sotoriva Lermen

Coordenadora: Érika Fernandes Cota

A osteoartrite (OA) afeta 10% dos homens e 18% das mulheres com mais de 60 anos e atividade física adequada é a estratégia de melhor custo-benefício para o manejo desta condição. No entanto, os pacientes com OA são geralmente mais velhos e mais propensos ao comportamento sedentário devido às dificuldades em seguir programas de exercícios, dificultando o tratamento. Há evidências das vantagens do uso de aplicativos para suporte a tratamentos de saúde diversos. Observa-se que esta abordagem tem sucesso quando o aplicativo responde bem a questões e dificuldades específicas de cada condição de saúde e tratamento. Com o objetivo de entender as necessidades do público-alvo no uso de aplicativos como parte da conduta de tratamento da OA, foi conduzido um experimento com alunos da UNAPI-UFRGS. No experimento, os alunos deverão utilizar dois aplicativos já existentes e, em seguida, farão um relato dos pontos positivos e negativos de cada um. Como preparação para este experimento foi feita uma oficina com os idosos para apresentação e configuração dos aplicativos selecionados. Os dois aplicativos de teste são Exercícios em Casa e Pilates em Casa. Os participantes foram distribuídos entre esses dois aplicativos e participaram de reuniões na plataforma Google Meet. Em um primeiro momento, as reuniões foram feitas em pequenos grupos (6 salas em paralelo com 6-10 pessoas em cada uma) a fim de facilitar o atendimento às dúvidas de cada um. Foram elaborados e disponibilizados, também, slides e vídeos explicativos para auxiliar na instalação e utilização dos aplicativos, de modo que os participantes pudessem ter acesso ao material a qualquer momento. Através das metodologias de ensino e prática abordadas, os dois aplicativos foram instalados nas plataformas Android e iOS e configurados com uma rotina de exercícios padronizada e definida por uma fisioterapeuta.