

VALIDAÇÃO DE APLICATIVO PARA AUTO MANEJO DE INDIVÍDUOS COM DOR LOMBAR CRÔNICA

IV Encontro de Iniciação em Desenvolvimento Tecnológico e Inovação

Myslenia Pinheiro de Oliveira, Fabianna Resende de Jesus-Moraleida, Ana Carla Lima Nunes

INTRODUÇÃO: Os guidelines recomendam o autogerenciamento da dor lombar através de exercícios e educação. Aplicativos estão sendo utilizados para favorecer o autogerenciamento em saúde. No entanto, há disponibilidade limitada de aplicativos para usuários com dor lombar crônica (DLC) baseados em evidências. **OBJETIVO:** Desenvolver um aplicativo (App) para o autogerenciamento da DLC. Disponibilizar o App para indivíduos com DLC para análise do aplicativo. **MÉTODOS:** Estudo de desenvolvimento de aplicativo em 4 processos: gestão do desenvolvimento da equipe, do conteúdo, design e interface para os usuários, e implementação do banco de dados. As funcionalidades são: cadastro, educação em saúde (baseada em livreto educativo) e diário de atividades. A versão preliminar do aplicativo foi disponibilizada para 10 indivíduos com DLC para avaliação da usabilidade, interação, aplicabilidade, funcionalidade e qualidade do aplicativo. Itens que obtiverem concordância menor que 80% passarão por revisão. **RESULTADOS:** A gestão foi realizada através de metas e feedbacks semanais com a equipe interdisciplinar. O design das telas, dos materiais em vídeo e do infográfico interativo, foram desenvolvidos. A interface do usuário incluiu cadastro e dados sobre a DLC. O material educativo foi disponibilizado no formato de vídeos, infográfico, quiz e material escrito. Para auxiliar o automanejo, o diário de atividades possibilita que o usuário registre as atividades que deseja realizar e dê feedback. O aplicativo foi avaliado por 10 usuários e foi considerado adequado para a maioria dos aspectos avaliados. A interação do usuário com o aplicativo obteve concordância menor que 80%. **CONCLUSÃO:** Nós desenvolvemos uma versão preliminar de um aplicativo baseado em evidências para autogerenciamento de usuários com DLC. Ademais, aperfeiçoamento de funcionalidade e posterior efeito de uso para autogerenciamento serão os próximos passos da investigação.

Palavras-chave: Tecnologia em saúde. Saúde digital. Lombalgia. Autogestão.