

Appdemecum, una herramienta para la prescripción de Apps

Autor: Luis Arantón Areosa.

Enfermero. Xerencia de Xestión Integrada de Ferrol. Servizo Galego de Saúde
Máster en Deterioro de la Integridad Cutánea, Úlceras y Heridas

Contacto: luaranton@gmail.com

Querid@s compañer@s y amig@s de ANEDIDIC,

En la sección Derm@red del número 22, analizábamos la posibilidad de **“Prescribir Links y Apps para empoderar a los pacientes”**, y de la importancia de cuestionarnos la fiabilidad de toda la información que nos encontramos navegando por la Web, sobre todo cuando está dirigida a los pacientes.

En nuestro ánimo está procurar que dicha información sea adecuada, fiable y libre de sesgos, de forma que contribuya realmente a aclarar posibles dudas y a mejorar los conocimientos de

los pacientes sobre un determinado problema de salud o patología concreta, para que posteriormente, puedan tomar las mejores decisiones clínicas, de acuerdo a sus preferencias.

Por eso, en este número vamos a dedicar la sección a la herramienta “Appdemecum”^(Imagen 1), (<http://www.appdemecum.com>), también llamado Vademecum de las App de Salud, que es una herramienta directamente pensada para facilitar la prescripción de App (seleccionadas, evaluadas y categorizadas) que está dirigida a profesionales y organizaciones (medicina, farmacia y enfermería).

The screenshot shows the Appdemecum website interface. At the top left is the logo 'appdemecum care'. A search bar is located below the logo. On the left side, there are filters for 'PRECIO' (Gratis (151), De Pago (56)), 'SISTEMA OPERATIVO' (Apple, Android, Windows), and 'ÁREA CLÍNICA' (Alergias (5), Alteraciones de la piel (8), Colesterol y metabolismo (6), Consumo de sustancias (3), Control del dolor (5), Dental (2), Dependencia (14), Deshabituación tabáquica (6), Diabetes (8), Ejercicio (24), Embarazo (12), Emergencias (7), Enfermedad cardiovascular (10), Enfermedad respiratoria (5), Esclerosis múltiple (4), General (21)).

The main content area displays three app listings, each with a rating of 5 stars (1 vote):

- RECORDATORIO DE MEDICAMENTOS:** App para el recordatorio de píldoras y administración de medicamentos. Permite crear cualquier tipo de recordatorio recurrente (cada X horas, horas específicas, diario, semanal, mensual, cada X días, etc). Lleva el control de la cantidad de pastillas que quedan y avisa cuando hay que adquirir más. Ordenado por: Relevancia Valoración. + información Prescribir
- WOMANLOG CALENDAR:** Calendario de menstruación y fertilidad para las mujeres. La aplicación calcula los días fértiles y la ovulación sobre la base de las aportaciones. Posibilidad de registrar síntomas y estados de ánimo. + información Prescribir
- HIPOT CNV:** Herramienta para facilitar la comunicación a personas que sufren de dificultad en la expresión oral, bien por enfermedad bien por dificultades con el idioma. Consiste en un lenguaje audiovisual compuesto por pictogramas y voces sintetizadas. + información Prescribir

Imagen 1. Web Appdemecum (acceso previo registro). <https://www.appdemecum.com/apps/care>

Tabla 1.- ÁREAS CLÍNICAS DISPONIBLES EN APPDEMECUM

Alergias	Alteraciones de la piel	Colesterol y metabolismo
Consumo de sustancias	Control del dolor	Dental
Dependencia	Deshabitación tabáquica	Diabetes
Ejercicio	Embarazo	Emergencias
Enf. cardiovascular	Enfermedad respiratoria	Esclerosis múltiple
General	Hemofilia	Hipertensión
Migraña y cefalea	Nutrición	Oftalmología
Oncología	ORL	Pediatría
Pérdida de peso	Salud de la mujer	Salud del hombre
Salud mental	Sueño	TDAH
Trastornos alimentarios	Trastornos de memoria	Trastornos digestivos
Trast.musculoesqueléticos	Trastornos neurológicos	Trastornos psicóticos
VIH		

Tabla 2.- FASES DEL PROCESO ASISTENCIAL DISPONIBLES EN APPDEMECUM

Control de sintomatología	Cuidado y consejos específicos
Cumplimiento terapéutico	Educación para la salud
Hábitos saludables	Información de salud
Orientación diagnóstica	Seguimiento crónico

Incluye aplicaciones para control e identificación de síntomas, actividades preventivas, con enfoque clínico asistencial dirigidas tanto a patologías agudas, como a patologías crónicas, ofreciendo cuidados específicos, educación para la salud o recomendaciones para mejorar la adhesión terapéutica, entre otros aspectos.

Appdemecum es una herramienta totalmente gratuita, que sus autores mantienen desligada de cualquier interés comercial o corporativo. Para su utilización, solo requiere que el profesional se registre previamente, para una vez su cuenta sea aprobada y activada, poder comenzar a utilizarla libremente.

Según indican en su Web, *“Appdemecum es una herramienta de uso gratuito para el profesional. Para utilizarla sólo hace falta registrarse. Los datos que se exigen para el registro son los mínimos necesarios para poder ofrecer las aplicaciones más adecuadas al nivel de especialización o dedicación profesional de cada uno”*.

Todas las Apps han sido revisadas y probadas por Appdemecum y son sometidas a un proceso de revisión sistemática y de acreditación, en el que se determina que la aplicación cumpla estándares de calidad, requisitos normativos y códigos de buenas prácticas.

Ofrece Apps gratuitas y también de pago (al pre-

cio que determinan los autores de la App), sin que suponga ningún sobre coste el hecho de estar en Appdemecum; además, el profesional es informado desde el primer momento, de si la App es gratuita o de pago, de manera que pueda compartir la decisión con el paciente.

Puede buscar y filtrar aplicaciones según la entidad o área clínica a la que vaya destinada^(Tabla 1), según la fase en que se encuentre el proceso asistencial^(Tabla 2), también por el sistema operativo del dispositivo que tenga el paciente y por criterio económico (si se trata de aplicaciones gratuitas o de pago). Una vez el profesional haya seleccionado la App que desea “recetar” (que se ajusta a las necesidades del paciente), puede enviársela por correo electrónico al dispositivo móvil (simplemente haciendo ‘click’ en ‘Prescribir’ e introduciendo el correo electrónico del destinatario), o también puede imprimirla en papel, a modo de receta.

Appdemecum también se nutre de las opiniones de los profesionales que prescriben las Apps, para valorar si han sido útiles o no, e incluso como feed-back para recomendar mejoras concretas en las mismas.

Dentro del área clínica: **Alteraciones de la piel** ^(Imagen 2), nos encontramos con las siguientes aplicaciones (por orden de valoración):

The screenshot shows the Appdemecum Care interface. At the top, there's a search bar with 'Buscar...' and a 'cerrar sesión' link. Below the search bar, there are filters for 'PRECIO' (Gratis (2), De Pago (2)), 'SISTEMA OPERATIVO' (iOS, Android), and 'ÁREA CLÍNICA' (Alteraciones de la piel, Colesterol y metabolismo (1), Enfermedad cardiovascular (1), FASE DEL PROCESO ASISTENCIAL: Cuidado y consejos específicos (8), Educación para la salud (4), Información de salud (1), Orientación diagnóstica (1)). The main content area is titled 'Filtrado por: Alteraciones de la piel' and 'Ordenado por: Relevancia Valoración'. It lists five apps:

- GuiaUPP**: Guía especializada en la clasificación, diagnóstico, prevención y tratamiento de las úlceras por presión. Puntuación: 3.5 (2 votos).
- PSORIASIS**: Herramientas interactivas para el cuidado de la psoriasis. Puntuación: 1 (1 voto).
- FOTOSKIN**: Ayuda en la prevención y diagnóstico precoz del cáncer de piel. Puntuación: 0.
- DERMOMAP**: Guía visual e interactiva para ayudar en el diagnóstico de problemas de piel. Puntuación: 0.
- CALCULADORA RIESGO CV Y PSORIA**: Permite, por una parte, establecer el diagnóstico del síndrome metabólico y de la obesidad y, por otra, la estimación del riesgo cardiovascular mediante las tablas Regicor. Puntuación: 0.

Imagen 2. Apps del área clínica: Alteraciones de la piel. https://www.appdemecum.com/apps/care/area_clinica/alteraciones-de-la-piel-309

GuiaUPP: Guía especializada en la clasificación, diagnóstico, prevención y tratamiento de las úlceras por presión, que ya hemos abordado en profundidad, en esta misma sección.

PSORIASIS: Herramientas interactivas para el cuidado de la psoriasis.

FOTOSKIN: Ayuda en la prevención y diagnóstico precoz del cáncer de piel.

DERMOMAP: Guía visual e interactiva para ayudar en el diagnóstico de problemas de piel.

CALCULADORA RIESGO CV Y PSORIA: Permite, por una parte, establecer el diagnóstico del síndrome metabólico y de la obesidad y por otra, la estimación del riesgo cardiovascular mediante las tablas Regicor, con recomendaciones a seguir en cada caso.

BE SOLAR: Informa de la radiación UVB en cualquier lugar de España.

INFOSUN: Informa sobre el factor de protección solar que debe emplearse según el fototipo del paciente; luego, por GPS, puede conocer el índice de radiación ultravioleta y el factor de protección adecuado.

MINIATLAS PSORIASIS: Incluye ilustraciones médicas y textos sobre la psoriasis.

En definitiva, appdemecum se puede considerar una buena herramienta para evitar los problemas de **“infoxicación”** a la que aludíamos en Derm@red del número 22, pero sobre todo para “ayudarnos” en la alfabetización 2.0 de todos los profesionales.

Desde ANEDIDIC, seguimos tratando de mejorar la visibilidad de los cuidados de enfermería (especialmente en el campo dermatológico y de los cuidados de la piel y las heridas), así como en difundir el conocimiento derivado de la investigación clínica y de las novedades y avances tecnológicos que pueden beneficiarnos.

Como siempre, agradeceremos vuestra atención y pediros que nos hagáis llegar sugerencias sobre aquellos contenidos que os gustaría se abordasen en Derm@red, a la dirección: luaranton@gmail.com.

Gracias por estar ahí.