

PRESCRIBIR APPS DERMATOLÓGICAS PARA PACIENTES Y PROFESIONALES.

Autor: Luis Arantón Areosa.

PhD, MSN, RN. Xerencia de Xestión Integrada de Ferrol. Servizo Galego de Saúde (Sergas).
Cátedra Hartmann de Integridad y Cuidados de la Piel. Universidad Católica de Valencia.

Contacto: luaranton@gmail.com

En esta sección, hemos comentado en varias ocasiones, la importancia de “saber guiar” al paciente en la búsqueda de información adecuada y relevante, dirigida a una correcta educación para la salud, o incluso para el manejo de determinados procesos clínicos, prescribiendo links con información Web contrastada o prescribiendo Apps de salud⁽¹⁻³⁾.

Los pacientes, como parte activa e imprescindible del proceso clínico, tratan con cierta frecuencia frecuencia, de tomar parte en la toma de decisiones, de una manera activa. Los profesionales sanitarios, tenemos la obligación de guiarlos, para que dispongan de una información adecuada y fiable, recomendando links web o aplicaciones móviles, o sea, prescribiendo links y Apps^(4,5), pero para ello, tenemos que profundizar en el entorno 2.0, de forma responsable y profesional.

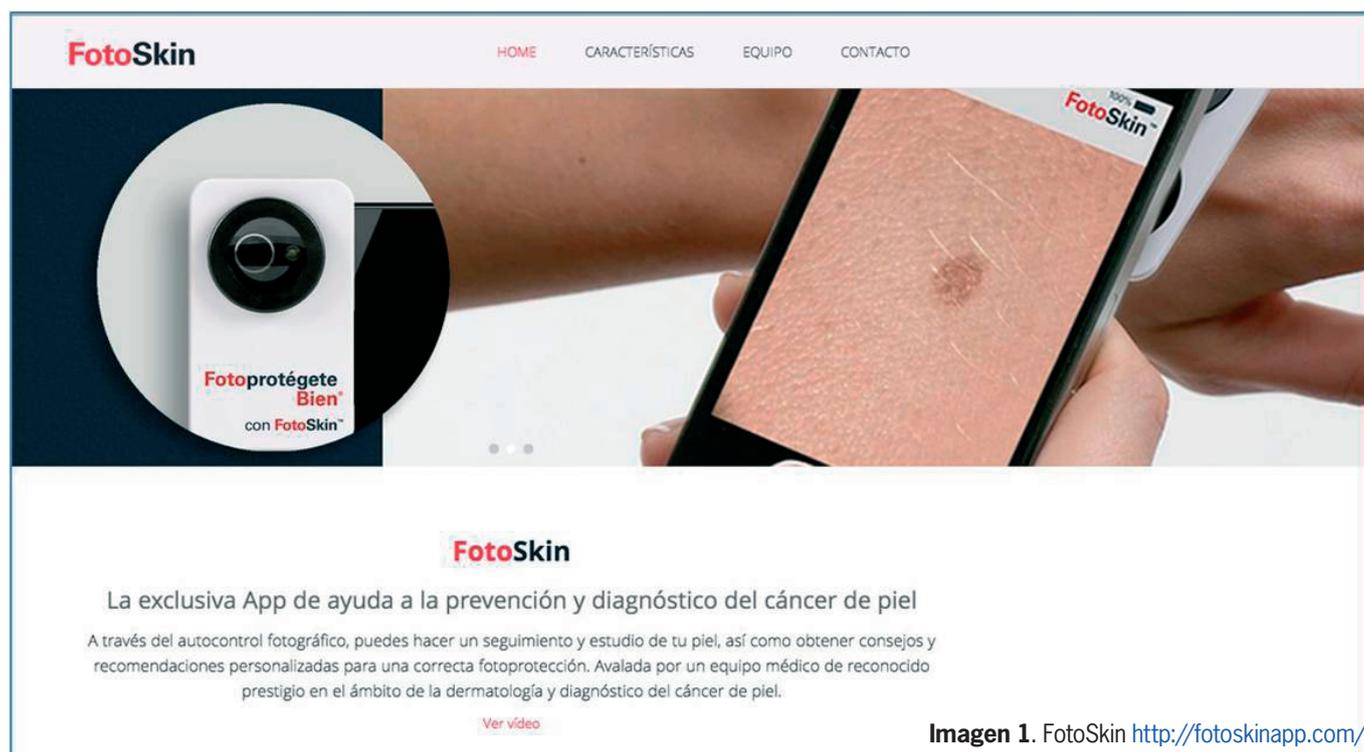
En este número abordamos y recomendamos la utilización de tres Apps dirigidas a procesos dermatológicos, que están orientadas para al uso de pacientes y de profesionales, así como para interactuar entre ambos:

1. “FotoSkin” (imagen 1),

Es una App orientada a la prevención y tratamiento del cáncer de piel, que a través de una foto hecha con el smatphone, permite realizar diferentes tests y determinar el estado de la piel. Esta aplicación está indicada para autocontrol fotográfico y también para obtener recomendaciones personalizadas sobre fotoprotección.

FotoSkin (<http://fotoskinapp.com/>) está avalada por un prestigioso equipo clínico formado por dermatólogos del Servicio de Dermatología del Hospital Ramón y Cajal de Madrid (imagen 2), liderados por el Dr. Sergio Vañó (@SergioVanoG).

Permite aplicar diversos test para conocer fenotipo y estado de piel, para realizar una autoexploración cutánea, así como ofrecer recomendaciones para cuidar la piel y aplicar correctamente protector solar; también orienta en la actuación ante quemaduras solares.



FotoSkin

La exclusiva App de ayuda a la prevención y diagnóstico del cáncer de piel

A través del autocontrol fotográfico, puedes hacer un seguimiento y estudio de tu piel, así como obtener consejos y recomendaciones personalizadas para una correcta fotoprotección. Avalada por un equipo médico de reconocido prestigio en el ámbito de la dermatología y diagnóstico del cáncer de piel.

[Ver vídeo](#)

Imagen 1. FotoSkin <http://fotoskinapp.com/>

La aplicación **FotoSkin** ha sido desarrollada con el respaldo de profesionales médicos especializados en dermatología.



Idea original y coordinación científica de **Dr. Sergio Vañó (@SergioVanoG)**
 Dermatólogo del Hospital Ramón y Cajal y de la Clínica Grupo de Dermatología Pedro Jaén (Madrid). Profesor Honorífico de la Universidad de Alcalá. Coordinador del Grupo de Innovación en Tecnologías Médicas del IRYCIS-Hospital Ramón y Cajal, Madrid. Experto en eHealth y nuevas tecnologías. CV →

Imagen 2. Equipo de desarrollo de FotoSkin.

Esta aplicación, posibilita el autocontrol fotográfico periódico de la piel, para conocer el estado y evolución de lunares y manchas, pudiendo planificar un seguimiento de las mismas, así como obtener consejos y recomendaciones personalizadas para la correcta fotoprotección, e incluso recordar las citas con el dermatólogo.

Consta de cinco secciones:

- **Mi piel:** Permite conocer el tipo de piel a través de test.
- **Mi control:** Diseñada para fotografiar manchas o lunares y observar su evolución en el tiempo.
- **Mis consejos:** Según el tipo de piel, aporta recomendaciones sobre su cuidado, exposición solar o uso de cremas.
- **Información médica:** Describe las principales patologías relacionadas.
- **Mi entorno:** Aporta toda la información sobre la situación ambiental del entorno.

La aplicación es gratuita y está disponible para dispositivos Android y para iOS.

2. “Psoriasis Calc” (imagen 3)

Es una aplicación dirigida a personal sanitario que trata con pacientes afectados de psoriasis. Incorpora múltiples escalas y calculadoras para medir la gravedad de la psoriasis, así como determinar comorbilidades existentes.

- **BSA:** Calcula el porcentaje de superficie cutánea afectada por la psoriasis para cada parte del cuerpo o con la regla de la palma de mano (1% de superficie corporal).
- **PASI:** Escala clásica de valoración de la gravedad de la psoriasis. Permite la identificación topográfica del lugar en el que se produce la afectación, ya que puede tener repercusiones en la prescripción de la pauta de tratamiento más adecuada.
- **NAPSI:** Es un indicador de la afectación ungueal. Divide la uña en cuatro cuadrantes. Valora la presencia de signos como piqueteado, leuconiquia, puntos rojos en la lúnula, resquebrajamiento de la lámina, onicolisis, hemorragias en astilla, hiperqueratosis subungueal y mancha de aceite.
- **COMORBILIDAD:** Permite la detección de las asociaciones mórbidas más frecuentes de los pacientes con psoriasis.

La aplicación es de uso sencillo y está pensada para usar a pie de cama. Los enlaces para su descarga están disponibles desde la siguiente dirección Web: <https://aedv.es/institucional/grupos-de-trabajo/psoriasis/recursos/>

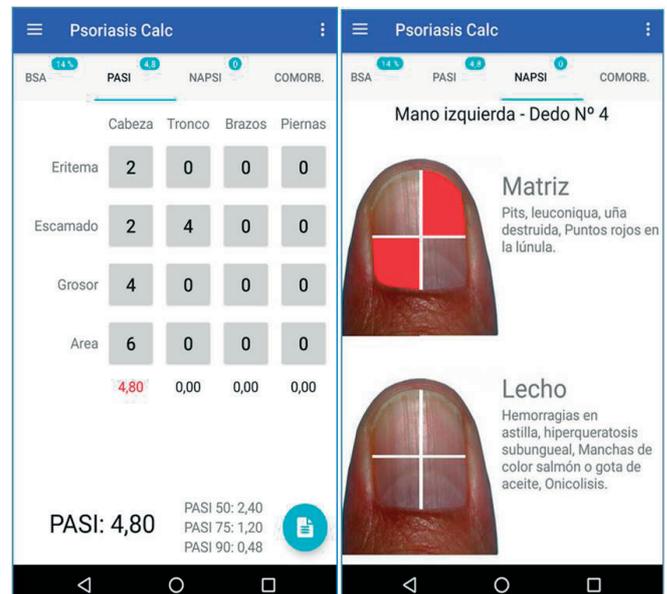


Imagen 3. Psoriasis Calc
<https://aedv.es/institucional/grupos-de-trabajo/psoriasis/recursos/>

3. “MiPsoriasis” (imagen 4)



Imagen 4. MiPsoriasis <http://appmipsoriasis.pielenlaquevivir.es/>

Esta aplicación, combina una serie de herramientas validadas que facilitan que el paciente pueda vigilar la evolución de su psoriasis y al mismo tiempo, disponer de dicha información para sus consultas al dermatólogo.

Con esta App (<http://appmipsoriasis.pielenlaquevivir.es/>) y los consejos del dermatólogo, los pacientes afectados de psoriasis, pueden hacer una valoración del estado de actividad, del impacto en su calidad de vida y del grado de control de su Psoriasis

Incluye dos cuestionarios:

- Diario de síntomas: Para registrar la intensidad de picor y el número de ronchas y descamaciones de la piel.
- DQLI (Cuestionario de calidad de vida), para evaluar objetivamente cómo le está afectando la psoriasis a la piel del paciente y como ello le repercute en su día a día.

Cuenta con la posibilidad de tomar fotografías y notas que posteriormente se pueden compartir con el dermatólogo, lo que junto con la valoración conjunta de ambos cuestionarios, será clave para la toma de decisiones del dermatólogo, que así dispone de una información reglada y de fotografías con notas de los eventos más relevantes, lo que facilitará un mejor tratamiento y manejo diario de la enfermedad.

Podéis hacer llegar sugerencias sobre contenidos que os gustaría que se abordasen en Derm@red, a la dirección: luaranton@gmail.com.

Gracias por estar ahí.

BIBLIOGRAFÍA

1. Arantón-Areosa L. Prescribir Links y Apps fiables. Empoderar a los pacientes. *Enferm Dermatol [Online]*. 2014 [Acceso 10 junio 2017]; 8(22):44-49. Disponible en: <http://www.anedidic.com/descargas/dermared/22/prescribir-links-y-apps.pdf>
2. Arantón-Areosa L. Dermatología 2.0, una nueva forma de acercarse al paciente. *Enferm Dermatol [Online]*. 2015 [Acceso 10 junio 2017]; 9(25):44-46. Disponible en: http://www.anedidic.com/descargas/dermared/25/dermared_25.pdf
3. Arantón-Areosa L. Dermatología en Blogs. *Enferm Dermatol [Online]*. 2014 [Acceso 10 junio 2017]; 8(23):29-31. Disponible en: http://www.anedidic.com/descargas/dermared/23/dermared_23_blogs_derma.pdf
4. Fernández-Salazar S, Ramos-Morcillo AJ. Prescripción de links y de aplicaciones móviles fiables y seguras, ¿estamos preparados para este nuevo reto?. *Evidentia [Online]*. 2013 [Acceso 10 junio 2017]; 10(42). Disponible en: <http://www.index-f.com/evidentia/n42/ev4200.php>
5. Jiménez Pernet J, García Gutiérrez JF, Martín Jiménez JL, Bermúdez Tamayo C. Tendencias en el uso de Internet como fuente de información sobre salud. *UOC Papers [Online]*. 2007 [Acceso 10 junio 2017]; (4): 44-50. Disponible en: <http://www.uoc.edu/uocpapers/4/dt/esp/jimenez.pdf>