



6048-621. ¿PODRÍA SER ÚTIL UNA APP COMO COADYUVANTE EDUCACIONAL/TERAPÉUTICO EN PACIENTES QUE HAN SUFRIDO UN EPISODIO DE ISQUEMIA CARDIACA?

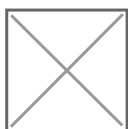
Oona Meroño Dueñas, Montse Marín Moreno, Consol Ivern, Nuria Rodríguez de Francisco, Iris Rodríguez, Olivero Ruperto-Carlos, Sonia Ruiz y Martí Julio del Hospital del Mar, Barcelona.

Resumen

Introducción y objetivos: Los programas de rehabilitación cardiaca incluyen técnicas de meditación y mindfulness, que reducen la ansiedad actuando como medida de prevención secundaria de la enfermedad cardiovascular. La utilización de un dispositivo móvil, tipo app, podría ser útil como soporte a un programa de rehabilitación cardiaca. Estudio piloto de evaluación del grado de aceptabilidad y satisfacción de uso de una aplicación para móvil mediante la cual los pacientes con enfermedad coronaria puedan realizar sesiones de meditación con la que mejorar los niveles de ansiedad.

Métodos: Se incluyeron pacientes con un evento coronario y que participaron en el programa de rehabilitación cardiaca del Hospital del Mar. A los pacientes incluidos se les instaló en el móvil una app que fue diseñada específicamente para este estudio y que permitía la realización de unos ejercicios de meditación. Dichos ejercicios fueron realizados una vez al día durante al menos una semana. Al transcurrir la semana se realizó un cuestionario para la valorar el grado de satisfacción de uso de la app.

Resultados: Entre febrero y marzo del 2016 se incluyeron 9 pacientes (6 varones y 3 mujeres) con una edad media de 55,6 años. La puntuación media del cuestionario de satisfacción de uso de la app fue de 17,16 para los varones y de 15,33 para las mujeres sobre un total de 24 puntos ($p = \text{NS}$). El 78% de los pacientes percibieron una reducción considerable en su nivel de estrés y el 88% querían seguir usando esta aplicación durante todo el proceso de su enfermedad.



Logotipo app.

Conclusiones: Los pacientes hicieron una valoración satisfactoria del uso de la app, al considerar que reducía su nivel de ansiedad y la mayoría de ellos querían seguir usándola. El uso de dispositivos móviles podría emplearse como soporte de los programas de rehabilitación cardiaca en los pacientes con enfermedad coronaria previa.