

# Saúde pode ser controlada pelo smartphone



O mercado de sistemas de **saúde e bem-estar** para dispositivos móveis no Brasil, deve crescer, nos próximos quatro anos a uma taxa anual de 61% em todo o mundo e movimentar **US\$ 26 bilhões** em 2017. Os dados fazem parte de um relatório da empresa de pesquisas *Research and Markets*.

**Os novos aplicativos e dispositivos** são capazes de tarefas como **avaliar a qualidade do sono e indicar o melhor horário para dormir** (ou acordar), contar calorias e monitorar o progresso de atividades físicas, como a corrida.

Há ainda alguns mais complexos, como **medidores de batimentos cardíacos**, e outros mais simples, como um *app* que envia lembretes para o usuário beber a quantidade diária recomendada de água. “É o que chamamos de *mobile driven life*, quando as pessoas veem cada vez mais benefícios em ter pedaços da sua vida controlados por *apps*”, diz Terence Reis, sócio da desenvolvedora de *apps* *Pontomobi*.

A conveniência criou grupos como o *Quantified Self*, formado por pessoas que coletam dados diariamente por meio de *apps*, em busca de mais produtividade e qualidade de vida. Com representações em todo o mundo, o grupo tem 46 membros cadastrados no Brasil. Todas as manhãs ao acordar, Fábio Ricardo Santos, coordenador do *Quantified Self* no País, registra o seu humor no aplicativo *Moodscope*. Durante o dia, usa o rastreador *Fitbit*, que pode ser colocado no bolso, para medir dados como quantidade de passos dados e calorias consumidas. “Nos dias em que fico muito tempo no computador, ele me conscientiza da necessidade de não ser sedentário”, diz Santos.

Aos poucos, aplicativos e sistemas que permitem medir a saúde e bem-estar começam a aparecer embarcados em outros produtos. O *Galaxy Gear*, relógio inteligente da Samsung, já vem com um pedômetro, e o novo iPhone 5S tem acesso por biometria, abrindo espaço para uso dessa tecnologia de forma mais ampla. Pulseiras e outros dispositivos com sensores para monitorar a saúde também começam a chegar ao Brasil. A *Misfit Wearables* pretende lançar o medidor de atividade física *Shine* no país até o fim do ano.

## SÓ COMEÇANDO

O relatório da *Research and Markets* indica que o mercado de aplicativos de saúde e bem-estar para dispositivos móveis – chamado de *mHealth* – deve passar por três fases. Depois da inicial, vem o estágio de comercialização das tecnologias, marcado pelo desenvolvimento de soluções e modelos de negócio. Na terceira fase, espera-se que esses *apps* se tornem parte dos planos de tratamento dos médicos.

Atualmente, as principais críticas ao uso de sistemas para acompanhamento da saúde e bem-estar no celular são sobre os riscos de uso isolado, sem acompanhamento médico, entre outras razões, porque esses aplicativos usam informações de médias populacionais para calcular resultados, tendo menos eficácia que uma análise personalizada dos dados. Já quando usados como uma ferramenta extra pelos médicos, podem gerar *big data* para ajudar na prevenção de doenças e permitir um monitoramento a

distância mais eficaz de aspectos da saúde do paciente.

“Há uma tendência de os médicos acolherem esses sistemas. A tecnologia não substitui o médico, mas o torna mais necessário para interpretar os dados”, diz o presidente da Associação Brasileira de Nutrologia, Durval Ribas Filho.

**Fonte: Estado de Minas**