



ISBE Newsletter

Digital Health

Esta Newsletter (NL) surge de uma colaboração entre o Instituto de Saúde Baseada na Evidência (ISBE) e a Cochrane Portugal com o objetivo disponibilizar informação sobre a área da saúde digital, com base na melhor evidência científica disponível. Tratando-se de uma área recente e em constante evolução, esta publicação quinzenal inclui a análise de um estudo relevante, criticamente avaliados pela sua validade, importância dos resultados e aplicabilidade prática, tal como a explicação de um termo técnico e a referência a uma ou duas notícias relevantes. A NL inclui ainda a divulgação de atividades do ISBE que possam ser do interesse dos leitores. O objetivo é de permitir a atualização de conhecimentos na área. O conteúdo da NL é da exclusiva responsabilidade do(s) seu(s) autor(es).

Intervenções de mHealth na reabilitação cardíaca no domicílio

Referência: *Effectiveness of home-based cardiac rehabilitation interventions delivered via mHealth technologies: a systematic review and meta-analysis.* Li, Leah et al. *The Lancet Digital Health*, Volume 7, Issue 4, e238 - e254.

Análise do estudo: revisão sistemática e metanálise de ensaios clínicos aleatorizados sobre intervenções de mHealth para reabilitação cardíaca no domicílio (HBCR), com o objetivo de avaliar os seus efeitos em comparação com o tratamento habitual e a reabilitação cardíaca em centros (CBCR), em doentes com patologia cardiovascular. Foram analisados 13 estudos, com um total de 1508 pacientes com enfarte do miocárdio, angina de peito ou insuficiência cardíaca, ou que tinham sido submetidos a revascularização. A duração das intervenções variou entre 6 e 24 semanas.

Os resultados mostraram uma melhoria significativa no teste de marcha de seis minutos (6MWT) (diferença média: 24,74 metros; IC 95%: 9,88 a 39,60) e no pico de VO₂ (diferença média: 1,77 ml/kg/min; IC 95%: 1,19 a 2,35). A qualidade da evidência foi classificada entre baixa e muito baixa, devido ao risco de viés e à imprecisão (amostra pequena).

Aplicação prática: as intervenções de HBCR através de mHealth podem melhorar o acesso e os outcomes de saúde em doentes que não têm possibilidade de realizar CBCR, ajudando a ultrapassar barreiras conhecidas como transporte, acessibilidade e responsabilidades concorrentes (trabalho, prestação de cuidados informais, filhos). No entanto, são necessários estudos mais robustos para influenciar políticas e práticas clínicas.

Termo técnico explicado: *mHealth* (abreviatura de mobile health) é o termo usado para definir a prática da medicina e da saúde pública apoiada por dispositivos móveis, como smartphones ou tablets. A sua utilização em contexto médico tem sido aplicada principalmente em nove áreas: educação e sensibilização; linhas de apoio; apoio ao diagnóstico e tratamento; comunicação e formação de profissionais de saúde; rastreamento de doenças e epidemias; monitorização remota; recolha de dados.

Notícias: [Hello Heart lança nova caixa de comprimidos inteligente](#) | [Teladoc lançou novo programa de saúde cardiometabólica](#)

Divulgação ISBE: A Saúde Digital é uma das áreas de investigação do ISBE, caso tenha interesse em desenvolver algum trabalho na área, pode enviar e-mail para isbe@isbe.research.ulisboa.pt

Juan José Rachadell, Nuno Lupi Manso, António Vaz Carneiro

Ficha técnica - Autores: **Membros do ISBE** | Comunicação: **Elena Shibaeva**

Contacto: isbe@isbe.research.ulisboa.pt | Arquivo da NL disponível em: <https://isbe.research.ulisboa.pt> e <https://portugal.cochrane.org>