



Usando aplicaciones en hipertensión arterial: una vía para mejorar el control de la presión arterial

Disertación de la Dra. Anastasia Mihailidou. Lunes 28 de agosto de 2023.

Session: Digital health in hypertension management: utile or futile?

La hipertensión arterial (HTA) es uno de los factores de riesgo modificables con más carga para la enfermedad cardiovascular. Sin embargo, aún el control de esta entidad continúa siendo un problema de importancia a nivel mundial con tasas de prevalencia de control por debajo del 25%. En este contexto las aplicaciones de teléfonos móviles (celulares) podrían potencialmente mejorar la adherencia (entendida como el comportamiento donde el paciente cumple con las estrategias impartidas por el equipo de salud como la toma de la medicación) y la persistencia (la toma continua de la medicación sin interrupciones a lo largo del tiempo) del paciente. Hay diferentes tipos de aplicaciones en celulares: 1- aquellas que registran y almacenan de forma manual las mediciones tomadas por el paciente, 2- aplicaciones que reciben de forma automática por transmisión del equipo al celular, 3- aplicaciones que transforman el celular o smartphone en un dispositivo de medición de presión arterial sin manguito.

La mejor evidencia está construida en base al primer grupo, donde a través de diferentes aplicaciones se ha evaluado en una revisión sistemática de ensayos clínicos y estudios observacionales que el uso de aplicaciones de este tipo podrían lograr una reducción significativa de los valores de presión arterial.

No obstante, la heterogeneidad desde el diseño del tipo de estudio, los dispositivos/aplicaciones utilizadas, el seguimiento, las co-intervenciones así como la medición de resultados hacen imposible resumir en una medida estos estudios. Las aplicaciones que tenían, además del almacenamiento de las mediciones auto reportadas, algún método de respuesta automática de *feedback* así como información adicional y consejos de salud y recordatorios/alarmas fueron aquellos más útiles según el reporte de pacientes. Algunas de las aplicaciones recomendadas por la ESC son la aplicación disponible gratuita ESC CARE y la de la World Heart Federation, con las capacidades funcionales previamente mencionadas. Además de utilizar estas aplicaciones validadas, es imprescindible que las mediciones domiciliarias se realicen con un equipo validado para tener una medida confiable de presión arterial. Algunos desafíos pendientes de este método son las limitaciones de su extrapolación a otras partes del mundo: la evaluación de la transculturalidad del método, la utilización de aplicaciones en otros idiomas además del inglés y la utilidad en otros contextos culturales o de bajos recursos.

El objetivo final del uso de aplicaciones móviles va más allá de la medición de resultados más directos como el control de la presión arterial en el tiempo y se apunta a lograr el compromiso o “engagement” del paciente con su enfermedad, y por lo tanto las estrategias pueden y deben adaptarse al paciente y su comodidad, entendiendo que la aplicación móvil es una herramienta adicional y debe brindarse siempre información acerca de los cuidados y controles necesarios para su salud, así como los objetivos terapéuticos buscados con la medicación y el tratamiento no farmacológico establecido.

Lecturas recomendadas

- Roth GA. GBD-NHLBI-JACC Global Burden of Cardiovascular Diseases Writing Group. Global Burden of Cardiovascular Diseases and Risk Factors, 1990-2019: Update From the GBD 2019 Study. *J Am Coll Cardiol.* 2020 Dec 22;76(25):2982-30.
- Alessa T, Abdi S, Hawley MS, de Witte L. Mobile Apps to Support the Self-Management of Hypertension: Systematic Review of Effectiveness, Usability, and User Satisfaction. *JMIR Mhealth Uhealth.* 2018 Jul 23;6(7):e10723.

