



248 - EL PANORAMA DE LAS APLICACIONES MÓVILES PARA UNA ALIMENTACIÓN SALUDABLE: UNA REVISIÓN SISTEMÁTICA Y EVALUACIÓN DE LA CALIDAD

G. Zamora Zamorano¹, A. Déniz García², A. Torres-Castaño³, M.L. Álvarez-Malé⁴, I. Torhild Gram⁵, G. Skeie⁵ y A.M. Wägner⁶

¹Instituto Universitario de Investigaciones Biomédicas y Sanitarias, Universidad de Las Palmas de Gran Canaria.

²Instituto Universitario de Investigaciones Biomédicas y Sanitarias, Universidad de Las Palmas de Gran Canaria, Las Palmas de Gran Canaria, Servicio de Endocrinología y Nutrición, Complejo Hospitalario Universitario Insular Materno-Infantil de Gran Canaria, Las Palmas de Gran Canaria. ³Servicio de Evaluación del Servicio Canario de Salud, Fundación Instituto Canario de Investigación Sanitaria, Tenerife. ⁴Instituto Universitario de Investigaciones Biomédicas y Sanitarias, Universidad de Las Palmas de Gran Canaria. ⁵Centro Noruego de Investigación en eSalud, Hospital Universitario del Norte de Noruega, Tromsø, Departamento de Medicina Comunitaria, Facultad de Ciencias de la Salud, UiT Universidad Ártica de Noruega, Tromsø, Noruega. ⁶Instituto Universitario de Investigaciones Biomédicas y Sanitarias, Universidad de Las Palmas de Gran Canaria, Servicio de Endocrinología y Nutrición, Complejo Hospitalario Universitario Insular Materno-Infantil de Gran Canaria, Las Palmas de Gran Canaria.

Resumen

Introducción: Las aplicaciones móviles (*apps*) de salud se integran a nuestras rutinas fomentando cambios en el estilo de vida por lo que es imprescindible disponer de directrices estandarizadas que ayuden a seleccionar *apps* seguras y eficaces.

Objetivos: Identificar *apps* que promuevan una alimentación saludable y merezcan ser recomendadas en función de prácticas basadas en la evidencia.

Métodos: Se realizó una revisión sistemática de *apps* que promovían una alimentación saludable y que habían sido evaluadas por uno o más de los 28 organismos de certificación de *apps* de salud reconocidos. Se llevaron a cabo tres rondas de evaluaciones por expertas/os en nutrición, promoción de la salud y cambio de hábitos, utilizando la herramienta de Evaluación de la calidad del contenido QUEST (Quality Evaluation Scoring Tool) en las dos primeras rondas. Además, en la 2ª y 3ª rondas, se empleó una escala de puntuación subjetiva (0-10 puntos) en la que cada revisor/a respondía a "¿qué probabilidad hay de que recomiende esta *app*?". Se discutieron las discrepancias y se identificaron las *apps* de mayor calidad. Se evaluaron las correlaciones entre las puntuaciones QUEST y las de la plataforma de *apps*.

Resultados: De las 41 *apps* identificadas en 5 certificadores, 19 cumplían criterios de inclusión. Solo 16 seguían accesibles en la 2ª ronda de evaluación. Ocho superaron los 20 puntos (de un máximo de 28) en la escala QUEST y 5 (Second Nature, Freshwell, Yazio, Lifesum y MyNetDiary) fueron seleccionadas por su calidad. No se encontraron correlaciones entre las puntuaciones QUEST y las de la plataforma de *apps*.

Conclusiones: A pesar de las evaluaciones previas realizadas, solo 5 *apps* cumplieron los estándares de calidad definidos. Esto manifiesta la importancia de contar con procesos de evaluación de *apps* de salud rigurosos. Establecer directrices para los desarrolladores basadas en pruebas, imparciales y de alta calidad pueden ser el camino más factible para resolver este problema.

Financiación: Proyecto WARIFA, Programa Horizonte 2020 de la Unión Europea, subvención N° 101017385.