

O uso do WhatsApp na Educação em Saúde: uma revisão da literatura

The use of WhatsApp in Health Education: a literature review

El uso de WhatsApp en Educación para la Salud: revisión de la literatura

Jhainieiry Cordeiro Famelli Ferret¹

Braulio Henrique Magnani Branco²

Filipe Rocco³

Letícia Pereira Gonzaga dos Santos⁴

Marcelo Picinin Bernucci⁵

¹ Psicóloga, doutoranda do Programa de Pós-Graduação em Promoção da Saúde da Universidade UNICESUMAR, Maringá, Brasil

² Profissional de Educação Física (Universidade Estadual de Maringá/UEM), Doutor em Ciências (Escola de Educação Física e Esporte da Universidade de São Paulo/EEFE-USP), docente do Programa de Pós-Graduação em Promoção da Saúde da Universidade Cesumar (UNICESUMAR), Maringá, Brasil.

³ Graduanda de Medicina, Universidade Cesumar (UNICESUMAR), Maringá, Brasil

⁴ Graduando de Medicina, Universidade Cesumar (UNICESUMAR), Maringá, Brasil

⁵ Graduado em Ciências Biológicas pela Universidade Estadual de Maringá(UEM), Doutor em Fisiologia pela Universidade de São Paulo (USP). Doutorado Sanduíche no Oregon National Primate Research Center – Oregon Health & Science University, OR, USA. Pós-doutorado no Departamento de Ginecologia e Obstetrícia da FMRP/USP. Docente do Programa de Pós-graduação em Promoção da Saúde da Universidade Cesumar-UNICESUMAR. Autor correspondente: Avenida Guedner, 1610, Jardim Aclimação. CEP 87050-390. Maringá, Paraná. E-mail: mbernuci@gmail.com Fone: 3027 6360 ramal .

INTRODUÇÃO

A educação em saúde é uma atividade de educação social planejada, organizacional e sistemática que permite aos indivíduos adotar conscientemente comportamentos e estilos de vida saudáveis para eliminar ou mitigar os fatores de risco que afetam a saúde, previnem doenças, promovem a saúde e melhoram a qualidade de vida das atividades sociais⁽¹⁾. Entre os benefícios estão à criação de um sentido de promoção da saúde, métodos preventivos e curativos, permitindo que a população desenvolva conhecimentos e atitudes adequadas para manter uma boa saúde⁽²⁾. São inúmeras as estratégias de promoção da educação em saúde, sendo uma delas as mídias sociais. A mídia social é definida como um aplicativo ou plataforma que permite a troca de mensagens, documentos e arquivos multimídia por meio de salas de chat⁽³⁾. O uso de smartphones, em geral, está crescendo rapidamente, e a eles estão associados os aplicativos voltados para a saúde, oferecendo uma nova oportunidade de fornecer suporte médico quando e onde as pessoas precisarem. Até o momento, alguns estudos avaliam a eficácia do uso do WhatsApp na educação em saúde. Assim, conhecendo a popularidade e a viabilidade deste software para comunicação, foi realizada uma revisão sistemática cujo objetivo foi determinar, sintetizar e apresentar evidências sobre a utilização do WhatsApp na educação em saúde.

MÉTODOS

Trata-se de uma revisão sistemática, escrita com base no guia de relato PRISMA-E 2012 (Preferred Reporting Items for Systematic Reviews and Meta-Analyses)⁽⁴⁾. Foi registrada no PROSPERO (Nº CRD CRD42021233688). No período compreendido entre 04 de setembro de 2020 e 26 de janeiro de 2021, foi realizada a busca nas bases de dados eletrônicas United States National Library of Medicine PubMed e Web of Science. Na pesquisa foi empregado o termo de indexação da base de dados Medical Subject Headings (MeSH), cujo descritor foi “social media”. A seleção e análise dos artigos foram realizadas por dois pesquisadores independentes cujas discordâncias foram resolvidas com auxílio de um terceiro pesquisador. Foram considerados elegíveis apenas estudos que contemplavam a utilização da mídia social WhatsApp para a educação em saúde direcionada ao paciente, publicados nos últimos 5 anos. Os critérios de exclusão utilizados foram: estudos com mais de

5 anos, estudo com animais, estudos que não incluíssem o uso da mídia social WhatsApp, carta ao editor, ponto de vista, editorial ou relato de caso/experiência. Foram excluídos ainda, artigos que não estavam disponíveis na íntegra, artigos em duplicidade e artigos com intervenções voltadas para estudantes e/ou profissionais de saúde.

Foi utilizada a ferramenta Cochrane Collaboration's tool for assessing risk of bias, de acordo com as seguintes categorias: Geração da sequência aleatória; sigilo de alocação; cegamentos dos participantes, avaliadores e profissionais; desfechos incompletos; relatos seletivos e outras fontes potenciais de viés. O nível de risco de viés foi determinado para cada domínio: (1) alto risco, (2) risco incerto ou (3) baixo risco.

RESULTADOS

Os 13 estudos incluídos envolveram 1614 pacientes, sendo 7 ensaios clínicos randomizados, 2 não randomizados, 2 pré-pós intervenção, 1 longitudinal prospectivo e observacional e 1 teve o desenho de estudo como métodos mistos. As intervenções foram variadas uma vez que inúmeros temas foram explorados a partir de faixas etárias heterogêneas (desde adolescentes até idosos) e comorbidades. Os estudos abordados envolveram tabagismo (2), cuidados ortodônticos (2), diabetes e/ou hipertensos (3), atividade física (2), câncer de mama (1), drogas injetáveis (1), gestantes (1) e modificações do estilo de vida (1). Houve efeito significativo das intervenções nos grupos abordados. Todos os estudos apontaram impacto substancial nas comorbidades apresentadas, denotando eficácia em minimizar os sintomas, progressão e/ou agravamento dos problemas apresentados. Dentre os achados mais específicos, foram descritos benefícios cardiometabólicos, como diminuição na pressão arterial sistólica e diastólica (7,6%), índice de massa corporal (7,6%), hemoglobina glicada (15,4%), pressão arterial média (7,6%), frequência cardíaca (7,6%), melhora no equilíbrio (7,6%) e peso corporal (7,6%). Em relação aos usuários de substâncias com potencial de dependência, também foi revelado diminuição nas recaídas e auxílio no acompanhamento (7,6%). Ademais, foi possível através dos estudos, aumentar o índice de conhecimento populacional sobre inúmeras doenças crônicas (23%), com destaque para diabetes, hipertensão arterial sistêmica, doença arterial coronariana, bem como diminuição no potencial de complicações (7,6%) e aumento da aderência às medicações para o tratamento dessas

enfermidades (7,6%). Em relação à educação em saúde, também foram demonstrados benefícios, com destaque para o acompanhamento das gestantes, que melhorou com o uso da ferramenta de Whatsapp, principalmente pré-natal e anticoncepção pós parto a curto e longo prazo (7,6%). Por fim, observou-se avanços na higiene bucal (15,4%), no que concerne a diminuição de placas dentárias e benefícios em relação a largura de intercaninos.

CONCLUSÃO

A revisão sistemática contemplou intervenções diferentes para descrever as estratégias utilizando o WhatsApp com pacientes tabagistas, odontológicos, gestantes, hipertensos, diabéticos, pacientes com câncer de mama, usuários de drogas injetáveis e ainda, intervenção para prática de atividade física e intervenção para estilo de vida saudável. Todos os estudos apontam unanimidade em melhorias na saúde, determinando potencial desse modelo de intervenção tanto no tratamento de doenças crônicas, como também prevenção e educação em saúde. Portanto, estimular o uso desta estratégia de intervenção pode não só tratar o paciente doente, mas promover um conjunto de ações que encorajem estilos de vida saudáveis. Atualmente, o uso dos aplicativos por mensagem é quase universal e, com isso, surgem às técnicas de manejo de saúde utilizando essas ferramentas a seu favor. Tais intervenções provaram ser dinâmicas tanto para profissionais de saúde, como para os pacientes. Ademais, notamos a versatilidade em faixas etárias e assuntos abordados pelos estudos, o que indica o quão amplo são as possibilidades de prevenção e promoção em saúde.

REFERÊNCIAS

1. Wang M, Fang H. The effect of health education on knowledge and behavior toward respiratory infectious diseases among students in Gansu, China: a quasi-natural experiment. BMC Public Health [Internet]. 2020 Dec 13;20(1):681. Available from: <https://bmcpublikealth.biomedcentral.com/articles/10.1186/s12889-020-08813-3>
2. Idoko CA, Idoko CI, Chidolue IC. Attitude of women in a Nigerian local government to reproductive health following health education intervention. Afr Health Sci [Internet]. 2019 Dec;19(4):3018–26. Available from: <http://www.ncbi.nlm.nih.gov/pubmed/32127877>

3. Giansanti D. WhatsApp in mHealth: an overview on the potentialities and the opportunities in medical imaging. mHealth [Internet]. 2020 Apr;6:19–19. Available from: <http://mhealth.amegroups.com/article/view/32594/html>
4. Welch V, Petticrew M, Tugwell P, Moher D, O'Neill J, Waters E, et al. PRISMA-Equity 2012 Extension: Reporting Guidelines for Systematic Reviews with a Focus on Health Equity. PLoS Med [Internet]. 2012 Oct 30;9(10):e1001333. Available from: <https://dx.plos.org/10.1371/journal.pmed.1001333>