Terca-Feira, 20 de Maio de 2025

Saúde digital: como os smartphones têm revolucionado a vida das pessoas?

LETÍCIA BUFARAH

Quem ainda se lembra da época em que os celulares eram utilizados apenas para fazer ligações, enviar mensagens de texto esporadicamente e, claro, espairecer um pouco com o aclamado jogo da cobrinha (Millennials e fãs dos antigos celulares da Nokia entenderão)? Com dispositivos cada vez mais potentes e avanços tecnológicos que não param de nos surpreender, resta apenas a nostalgia de um tempo que corria um pouco mais devagar.

Hoje, a história é completamente outra. Praticamente tudo em nossas vidas pode ser viabilizado e, por que não, facilitado pelos smartphones. Além disso, nas últimas décadas, a revolução digital trouxe inovações para todos os mercados e frentes de atuação. Obviamente, a área da saúde não ficou para trás nesse sentido; pelo contrário, ela também vem se destacando entre os aplicativos mil.

Considerando ainda os últimos anos que foram assombrados pela pandemia de covid-19, a preocupação em ter uma vida mais longa e saudável leva a avanços contínuos no setor. Durante o período das restrições mais rígidas da quarentena, o mundo passou a olhar com mais cautela para o próprio bem-estar.

Um levantamento da consultoria internacional App Annie revela que, no Brasil, o total de downloads de aplicativos voltados à saúde apresentou aumento de 45% em 2020, comparado a 2019. Ainda segundo esse estudo, os principais downloads ficaram a cargo de ferramentas para exercícios físicos, práticas de yoga e meditação, além de programas que oferecem informações sobre a covid-19.

A criação do próprio Conecte SUS, diga-se de passagem, é mais um exemplo da facilidade da saúde na palma das mãos. O app mostra as informações gerais do cidadão, como Carteira Nacional de Vacinação, Certificado Nacional de covid-19, Cartão Nacional de Saúde, resultados de exames laboratoriais de covid-19, medicamentos dispensados pelo programa Farmácia Popular, além de registros de doações de sangue, acompanhamento da posição na lista de transplantes etc.

Outra tecnologia a favor da saúde que conquistou o mercado e o punho de muita gente diz respeito aos smartwatches. Esses pequenos notáveis vêm tornando o processo da medicina preventiva muito mais fácil e dinâmico nos últimos anos. Atualmente, podem ajudar a alcançar um sono mais prazeroso e monitorar o estado do seu coração. Um smartwatch com monitoramento cardíaco também pode detectar sintomas da covid-19 antes mesmo de eles aparecerem no corpo. Além disso, os melhores modelos podem identificar quedas acidentais ou infartos repentinos, chamar a emergência e enviar mensagens para a família das vítimas, facilitando o atendimento médico.

Para se ter uma ideia ainda melhor da revolução dos smartphones atualmente, o novo serviço “Emergency SOS”, da Apple, que permite que os usuários de iPhone fora da rede peçam ajuda via satélite, levou a uma de suas primeiras operações de resgate bem-sucedidas, após um carro cair de um penhasco ao norte de Los Angeles. Duas pessoas feridas e sem cobertura celular (elas estavam a cerca de 30 quilômetros floresta adentro) recorreram à funcionalidade em questão lançada no iPhone 14 e no iPhone 14 Pro.

Como se vê, os smartphones e apps formam uma dupla de peso que está transformando o mundo e, como não poderia deixar de ser, o cuidado com a saúde. O impacto disso tudo é reverberado nos sistemas de saúde públicos e privados, otimizando gastos e aumentando a efetividade no atendimento. Além do mais, os aplicativos evidenciam o quanto a tecnologia tornou os cuidados com o bem-estar físico e mental mais acessíveis e práticos.

Letícia Bufarah é responsável pelo marketing da Leapfone, startup do segmento de Phone as A Service, que permite que mais brasileiros tenham acesso a smartphones poderosos por meio de assinatura de aparelhos novos e como novos.