

Co-diseño de una aplicación móvil de autocuidado y adherencia para pacientes postinfarto agudo de miocardio en prevención secundaria

Sheila Sánchez Romero(1), Paula Maillo(1), Irene Noblejas(1), Miguel Hernández(1), Nicolás Rosillo(1), Jorge Vélez(1), Sandra Redondo(1), Esteban Vázquez(2), Silvia Mancebo(2) y Héctor Bueno(3) de (1)Fundación para la Investigación Biomédica del Hospital Universitario 12 de Octubre (FIBH12O). Grupo de Investigación Cardiovascular Multidisciplinar Traslacional, Instituto de Investigación Sanitaria Hospital 12 de Octubre (imas12), Madrid - España, (2)Tesla Technologies & Software, S.L, Santiago de Compostela (A Coruña) - España y (3)Centro Nacional de Investigaciones Cardiovasculares (CNIC). Servicio de Cardiología, Hospital Universitario 12 de Octubre. Grupo de Investigación Cardiovascular Multidisciplinar Traslacional, Instituto de Investigación Sanitaria Hospital 12 de Octubre (imas12), Madrid - España

Introducción: La prevención secundaria tras un infarto agudo de miocardio presenta dificultades persistentes de adherencia y mantenimiento de hábitos saludables. El objetivo fue desarrollar e implementar un piloto de intervención móvil centrada en autocuidado, seguimiento de factores de riesgo y apoyo conductual tras el alta.

Métodos: Proyecto prospectivo de mejora de calidad asistencial integrado en JACARDI, Joint Action on Cardiovascular Diseases and Diabetes. Se combinó diseño centrado en el usuario con implementación piloto en pacientes adultos con infarto agudo de miocardio y enfermedad coronaria obstructiva, teléfono inteligente y comprensión del español. La solución incluyó aplicación móvil y plataforma profesional con módulos de medicación, alimentación, actividad física, tabaquismo, sueño, salud emocional y parámetros biológicos, notificaciones interactivas, autorregistro y contenidos educativos. El desarrollo incorporó talleres y reuniones iterativas con pacientes, familiares, asociación de pacientes y profesionales, seguidos de pruebas de usabilidad y factibilidad en distintos rangos de edad.

Resultados: Se obtuvo una herramienta digital funcional con circuitos de alta, vinculación segura del dispositivo, seguimiento remoto y visualización de progreso. La aplicación quedó estructurada en áreas de tareas, progreso, educación y ayuda, con navegación simplificada, acciones de un solo toque y matriz de mensajes diarios que integra pregunta breve, respuesta motivacional adaptada y reto conductual. El codiseño permitió modificar contenidos, lenguaje, secuencia de interacción, accesibilidad y apoyo técnico según el feedback de usuarios y clínicos. En la fase piloto, pacientes y familiares de 52 a 95 años completaron sesiones de uso supervisado, confirmando comprensión de las funcionalidades, operatividad del circuito y viabilidad en población de edad avanzada, además de identificar mejoras finales para la versión definitiva.

Conclusiones: El codiseño con pacientes y profesionales permitió transformar una intervención digital compleja en una herramienta viable y clínicamente aplicable para la prevención secundaria tras infarto agudo de miocardio. El

piloto demuestra factibilidad de uso y aceptabilidad funcional, y aporta una base reproducible para evaluar en la siguiente fase adherencia, experiencia de paciente e integración asistencial.