

The Valley analiza el 11 de octubre las tendencias más innovadoras que facilitan el control del bienestar

## ***El paciente del futuro será móvil***

- **Más del 50% de los consumidores dicen estar cómodos comunicándose con su profesional sanitario a través de medios digitales.**
- **Los dispositivos de medición de la actividad y las plataformas de auto-conocimiento contribuirán a mejorar la calidad de vida.**

**Madrid, 17 de septiembre de 2019.** Según el estudio “El Paciente Digital” hecho por [The Valley](#), el *hub* de conocimiento digital, el sector de la salud está inmerso en un proceso de transformación hacia la medicina de las 4P: Predictiva, Preventiva, Personalizada y Participativa. Un nuevo modelo individualizado, transversal y global, con monitorización en tiempo real y en el que el paciente genera datos y posee su propio registro.

En la evolución hacia este nuevo sistema sanitario, han entrado en juego las tecnologías más disruptivas como la eSalud, el Internet de las Cosas, Big Data, Mobile Health o los *wearables* que están contribuyendo a que los pacientes participen activamente en el cuidado de su salud. La finalidad de la medicina del futuro es generar *engagement* para que los usuarios midan su propia actividad y desarrollen hábitos saludables por iniciativa propia.

Así, son cada vez más los **dispositivos de medición de la actividad y las plataformas de autoconocimiento y diagnóstico** que ayudan a mejorar la calidad de vida recogiendo información y haciendo un seguimiento. Algunas de las tecnologías que lo están permitiendo incluyen:

- Internet como fuente de consulta para temas relacionados con la salud
- *Wearables* de monitorización de la actividad física y la salud mental en tiempo real
- Analíticas en remoto
- Dispositivos con sensores que analizan las constantes vitales
- Espejos inteligentes con sistemas de cámaras que detectan si se padece alguna enfermedad
- Dispositivos de prueba múltiple (respiración, saliva, sangre y orina) de autodiagnóstico

También existen ejemplos de tecnologías creadas para patologías concretas:

- Dispositivos que permiten detectar la detección del VIH u otras ETS de forma autónoma
- Sujetador detector de cáncer de mama

En este sentido, [The Valley](#) ha identificado 3 niveles de implicación del paciente digital según su adhesión en el cuidado de la salud: cuantificado, empoderado e implicado.

- El primer nivel es el ***paciente cuantificado***, aquel que comienza haciendo uso de aplicaciones móviles, tecnología *wearable* y *cloud computing* para hacer un seguimiento de su salud enfocándose en indicadores como el peso, la dieta, el ejercicio o los síntomas.

- Una vez que el paciente ya utiliza las tecnologías en el cuidado de su salud de forma cotidiana, entra en el nivel de ***paciente empoderado***, donde puede hacer un seguimiento más controlado de su salud gracias a toda la información que tiene a su disposición para tomar más decisiones. No obstante, para que el paciente esté empoderado debe sentirse implicado y comprometido.
- Así surge el nivel en que el paciente se convierte en un ***paciente implicado*** y motivado por realizar actividades y tareas rutinarias que le ayuden a cuidar su salud.

### E-salud, *mobile health* y apps de *wellness*

Para el paciente digital, acudir a los hospitales para el tratamiento de una enfermedad pasa a un segundo plano. De hecho, más del 50% de los consumidores dicen estar cómodos comunicándose con su profesional sanitario a través de medios digitales.

El *mobile health* representa la evolución de los sistemas de salud digitales (plataformas de telemedicina) a un nuevo sistema basado en smartphones y tecnologías *wearables*. Este formato novedoso hace posible recibir atención sanitaria sin tener que desplazarse; permite más agilidad en los tratamientos; reducción de costes pues las consultas on-line son más asequibles que las presenciales; y también, facilidad a la hora de transmitir datos médicos para pedir segundas opiniones. No obstante, aún existen limitaciones para su implementación total puesto que ni los médicos ni los pacientes están completamente preparados para utilizar estos medios.

En cuanto a las apps de salud, existe en el mercado una amplísima variedad de aplicaciones de *wellnes* que impulsan el cuidado de la salud enfocándose principalmente en *fitness*, *lifestyle* y nutrición. Estas apps ofrecen diversas funcionalidades.

- **Apps para controlar el peso:** para cuidar el peso y la alimentación, se pueden utilizar apps de recetas saludables e incluso algunas que permiten pedir comida saludable a domicilio. También, hay apps que sirven como “diario virtual” en el que se puede ir apuntando todo lo que se come de forma inmediata para mantener un control de las calorías y nutrientes que se ingieren a diario.
- **Apps de acondicionamiento físico:** casi todos los *smartphones* traen ya integrada una aplicación para hacer un seguimiento de la actividad física e ir controlando el ritmo cardíaco, las calorías quemadas o los pasos dados en un período de tiempo; y que, además, en algunos casos, ofrecen recomendaciones de salud. Estas plataformas promueven el entrenamiento en casa, la asesoría online de las rutinas y la conexión virtual con otros compañeros de ejercicio.
- **Apps y podcasts para la salud mental y *coaching*:** existen una gran cantidad de podcasts y apps dedicadas a la relajación, meditación y *mindfulness*. Con ellas se puede hacer yoga en casa o realizar sesiones de auto-ayuda de forma virtual, entre muchas más posibilidades.

Si quieres conocer de primera mano las tecnologías que estarán presentes en el hospital del futuro, lo podrás hacer el próximo 11 de octubre en la jornada “Rethink salud: El Paciente digital” que tendrá lugar en The Place, el espacio de innovación de The Valley.

## NOTA DE PRENSA



### Acerca de The Valley

THE VALLEY es un *hub* de conocimiento compuesto por la escuela de negocios The Valley Digital Business School; el headhunter especializado en perfiles digitales, The Valley Talent; un coworking para startups digitales; un espacio de innovación, The Place, y una consultoría para empresas y profesionales que quieran dar un nuevo rumbo a sus negocios en busca de la disrupción. Con sede en Madrid, Barcelona, Canarias y Santiago de Chile, el objetivo es fomentar las sinergias y el networking entre profesores, alumnos y emprendedores con el fin de generar proyectos innovadores de éxito.

[www.thevalley.es](http://www.thevalley.es)

### Para más información

#### Trescom Comunicación:

Sara Gonzalo / Jennifer Rocha

91 411 58 68 / 615 18 41 66

[sara.gonzalo@trescom.es](mailto:sara.gonzalo@trescom.es)

[jennifer.rocha@trescom.es](mailto:jennifer.rocha@trescom.es)