

# BUB: APLICATIVO MÓVEL SOBRE SÍNDROME DE BURNOUT E APOIO AO AUTOCUIDADO

*Data de aceite: 01/11/2023*

### **Andressa Carpinelli Figueiredo**

Discente Graduação em Enfermagem do Centro Universitário São Camilo-SP.

### **Douglas Araujo Torres Sales**

Discente Graduação em Enfermagem do Centro Universitário São Camilo-SP.

### **Greisy Mirela Huaman Llamocca**

Discente Graduação em Enfermagem do Centro Universitário São Camilo-SP.

### **Laura Maria Freire Dantas**

Discente Graduação em Enfermagem do Centro Universitário São Camilo-SP.

### **Rhayssa Santos de Santana**

Discente Graduação em Enfermagem do Centro Universitário São Camilo-SP.

### **Maria Elisabete Salvador**

Orientadora, Docente Curso de Graduação em Enfermagem do Centro Universitário São Camilo-SP.

Segundo a Organização Mundial da Saúde, o mundo vive uma onda crescente das síndromes ocupacionais crônicas, com expressivo aumento dos casos de Síndrome de Burnout. Adesão e continuidade ao

tratamento, acesso aos serviços de saúde, e, sobretudo, o autocuidado representam desafios consideráveis para a equipe de saúde. Nesse cenário, a globalização da informação, o avanço das tecnologias móveis em saúde e as estratégias sobre Saúde Digital, descritas pela União Europeia, podem ampliar as possibilidades de atendimento à população por meio do autocuidado. Assim, o presente estudo tem por objetivo criar um protótipo de aplicativo móvel para acolhimento de usuários com diagnóstico de Síndrome de Burnout baseado em telemonitoramento. O processo de desenvolvimento do aplicativo envolveu três etapas: 1. Estudo da literatura sobre a referida síndrome em Bases de Dados Bibliográficas e Internet. 2. Elaboração do aplicativo, que consideraram análises sobre a logomarca e identidade visual; funcionalidades e navegação; *design* instrucional e, programação aberta para tecnologias móveis. As características técnicas foram baseadas no estudo do público-alvo, objetivo e temática do aplicativo. 3.

Validação com especialista em informática em saúde e docente dessa instituição. Fruto da produção de produto tecnológico da Unidade Curricular “Projeto Integrador I”, essa etapa também contou com a apresentação do protótipo para docentes, coordenadores e profissionais de computação dessa instituição. Todos os dados foram tratados a partir da Lei Geral de Proteção de Dados Pessoais. Como resultado, o aplicativo móvel “BUB: Burnout e autocuidado” contém 30 telas de navegação intuitiva e acolhedora a partir de cores e formas visando conforto e bem-estar; funcionalidades, como cadastro de usuários, orientações, monitoramento para o autocuidado com linguagem clara e objetiva, além de ferramentas para a segurança e privacidade dos dados. A apresentação na instituição obteve excelente retorno dos convidados e todas as considerações foram acatadas. Nessa perspectiva, foi possível finalizar a construção de um protótipo de aplicativo móvel para apoio ao autocuidado de pacientes com Síndrome de Burnout. É essencial e premente promover o uso eficaz, seguro e responsável das tecnologias móveis, viabilizando suporte à equipe multiprofissional de saúde no atendimento à população, promovendo a equidade no acesso aos serviços de saúde. Mais estudos serão necessários para validação técnica e de conteúdo junto ao público-alvo.