

# Avaliação de conteúdos educativos de uma intervenção digital de prevenção da diabetes tipo 2

Maria do Mar d'Orey<sup>1</sup>, José Camolas<sup>2-5</sup>, Mara Pereira Guerreiro<sup>2</sup>, Isa Brito Félix<sup>2</sup>

<sup>1</sup>Egas Moniz School of Health & Science ; <sup>2</sup>Egas Moniz Center for Interdisciplinary Research; <sup>3</sup>Unidade Local de Saúde Santa Maria, Lisboa, Portugal; <sup>4</sup>Laboratório de Nutrição, Faculdade de Medicina, Universidade de Lisboa, Lisboa, Portugal; EnviHeB Lab, Instituto de Saúde Ambiental, Faculdade de Medicina, Universidade de Lisboa, Lisboa, Portugal

## Introdução

A **prevenção da diabetes** é uma prioridade de saúde pública. Existe evidência consistente sobre impacto de programas presenciais na prevenção da diabetes tipo 2 (DT2) e que as intervenções digitais, focadas na alteração do estilo de vida, podem atingir resultados comparáveis<sup>1</sup>.

Este estudo integra o projeto **VA | PREVENTION**, uma intervenção digital na prevenção a DT2 em adultos de alto risco.

A **aplicação web VA | PREVENTION** tem como alvos dois comportamentos:



Alimentação



Atividade física

A aplicação web integra **duas funcionalidades**:



Menus informativos



Ema, coach humano virtual de apoio à mudança comportamental

## Objetivo

Avaliar a **compreensibilidade dos conteúdos dos 11 temas** relativos à alimentação, a integrar na aplicação web VA | PREVENTION.

## Metodologia

 Pilotado por dois profissionais da área da fisioterapia e nutrição

Os 11 temas relativos à alimentação foram avaliados. Estes são: Azeite; Vegetais; Fruta; Carne vermelha ou processada; Gordura saturada e trans; Bebidas gaseificadas e/ou com adição de açúcar; Bebidas alcoólicas; Leguminosas; Peixe gordo; Produtos de pastelaria, bolachas e biscoitos e Oleaginosas

Cada participante avaliou dois temas em formato digital, por meio de entrevista cognitiva. Recorreu-se a "think aloud" retrospectivo e "prompting"<sup>2,3</sup>, numa amostra intencional<sup>4</sup>.

Os critérios de elegibilidade foram:



Pessoas com idade >55 anos



Fluentes em português



Sem diagnóstico de Diabetes tipo 1 ou DT2

As entrevistas foram gravadas em áudio e transcritas. Os dados textuais foram codificados iterativamente com base em análise comparativa das categorias (Aprovação pela Comissão Ética nº 1279).

## Resultados

Foram realizadas entrevistas numa amostra de **16 participantes** (idade média 69.8 anos; máx. 78; mín. 55).



87,5% mulheres



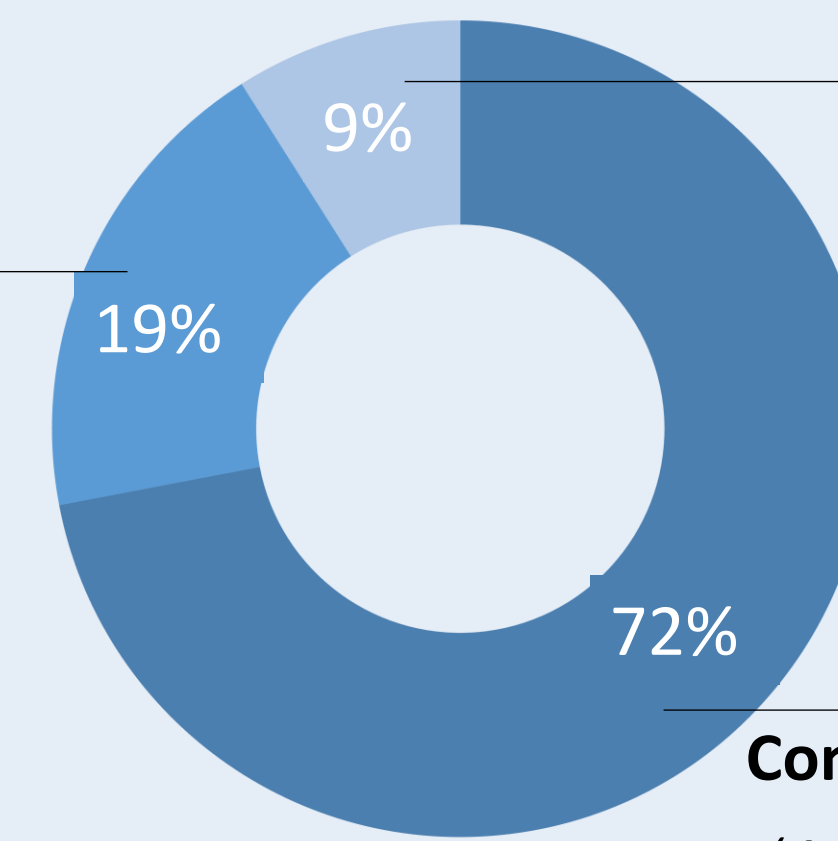
12,5% homens

A maioria dos participantes (n=10) frequentou o ensino secundário. O tempo médio das entrevistas foi de 36 minutos (máx. 50 e mín. 15).

Emergiram **3 códigos de classificação**:

### Oportunidades/Omissões

'A cenoura é um tubérculo, não é?' (E10)



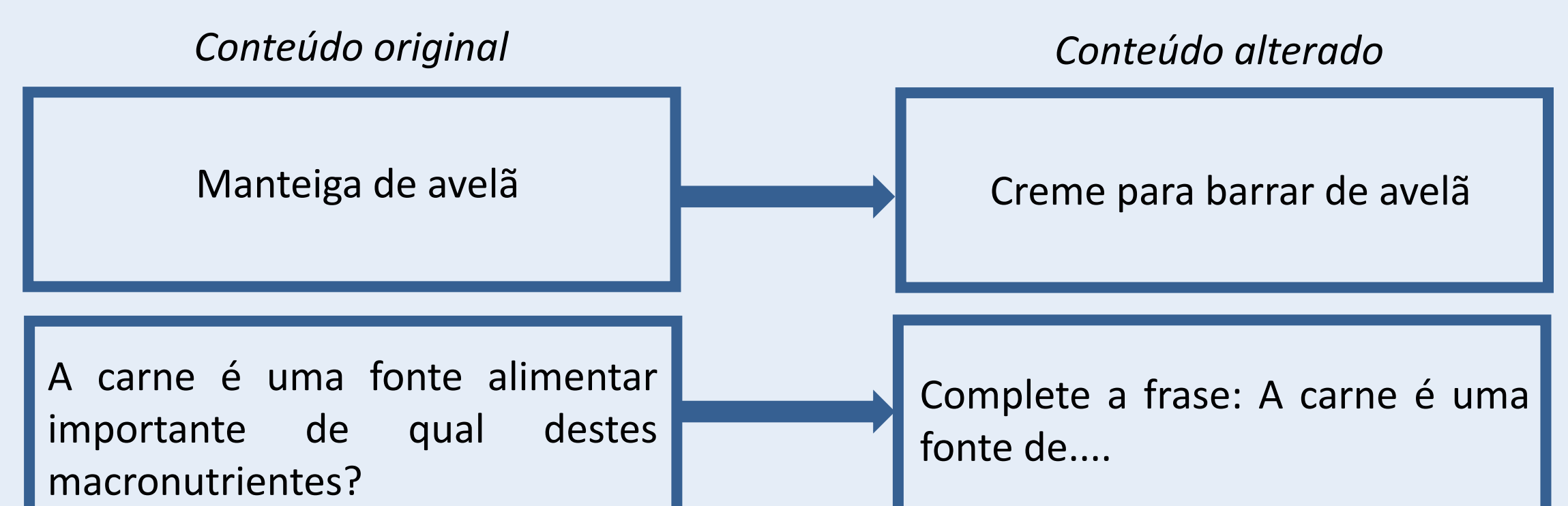
### Irrelevância

'Na prática, nós não pesamos, não. É a olho.' (E3)

### Compreensão

'As oleaginosas.... pode-me dizer o que é?' (E9)

No total foram feitas **96 alterações** aos conteúdos originais. Por exemplo:



## Conclusão

Este processo de avaliação por potenciais utilizadores permite a **melhoria da informação na aplicação web VA | PREVENTION**, otimizando a adequação às necessidades e preferências.

Para maximizar o impacto deste estudo, **prevê-se divulgar estes conteúdos sob a forma de um guia e em acesso aberto**.



[www.vaprevention.org](http://www.vaprevention.org)

Brevemente o **guia** estará disponível no site do projeto