

„MOBIL EGÉSZSÉG”



Mobil applikáció felhasználók preferenciái a táplálkozási és diétás alkalmazásokkal kapcsolatban

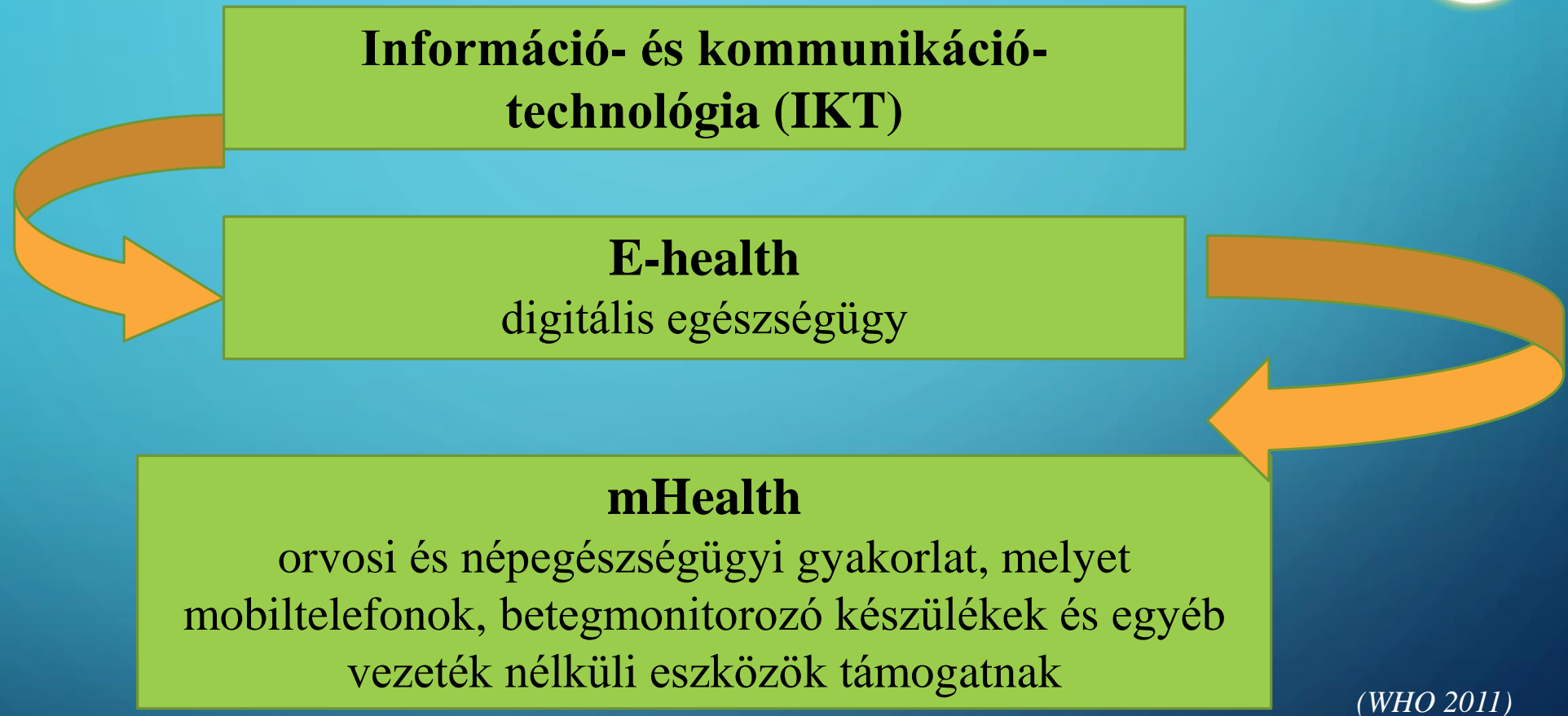
Előadó: Simkó Georgina, *dietetikus, 4. évf.*

Témavezető: Dr. Lichthammer Adrienn, *főiskolai docens*

Semmelweis Egyetem Egészségtudományi Kar, Dietetikai és Táplálkozástudományi Tanszék

MAGYAR TÁPLÁLKOZÁSTUDOMÁNYI TÁRSASÁG XLVI.
VÁNDORGYŰLÉSE – 2023. október 5-7.

BEVEZETÉS



SZAKIRODALMI ÁTTEKINTÉS



Az **alkalmazások** olyan informatikai programok, melyek okostelefonon tölthetők le ingyenesen vagy fizetés ellenében az online áruházakból.

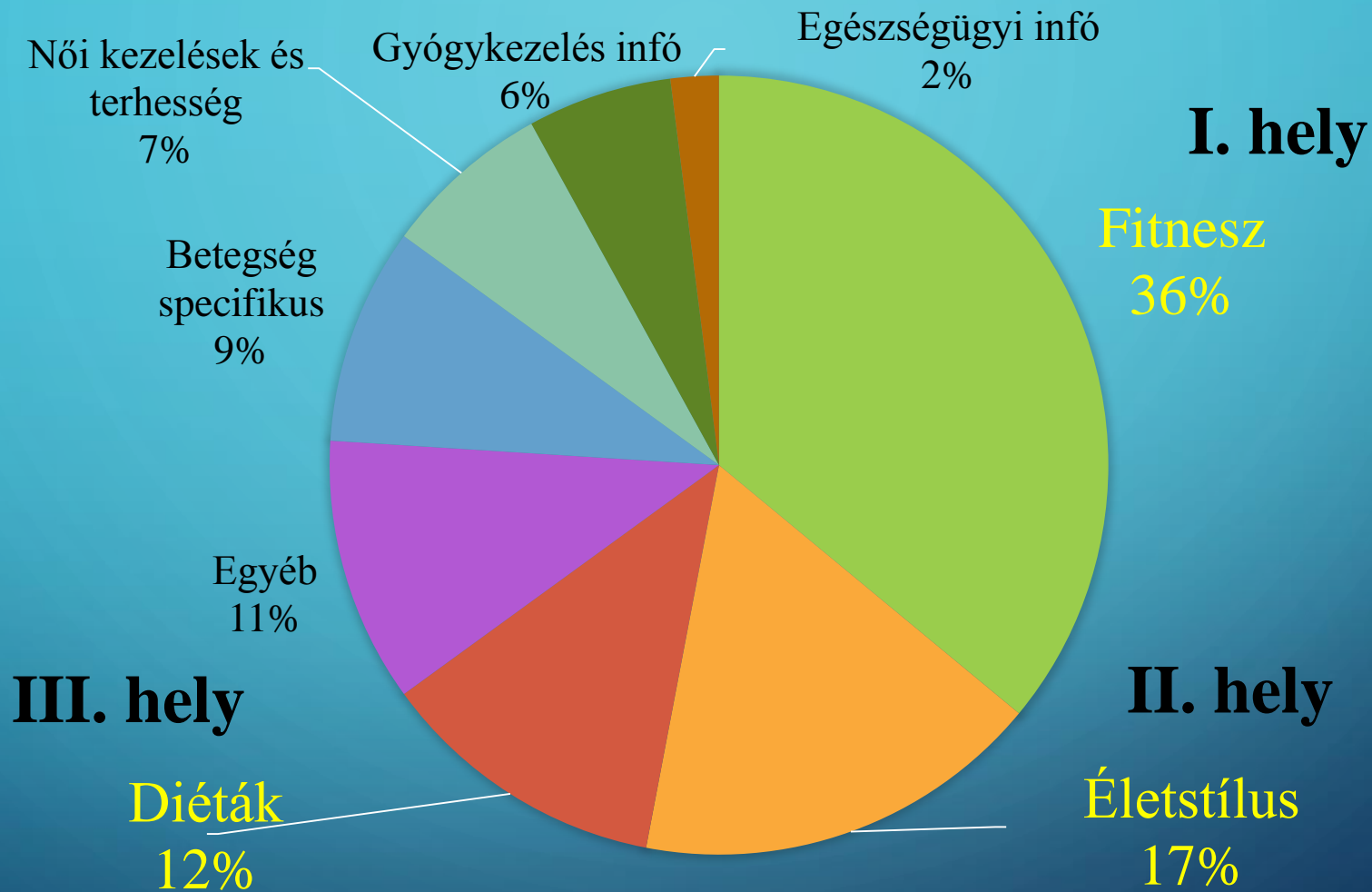
2021: 325 000 **mHealth** applikáció az alkalmazásboltokban

2026: **Egészségügyi alkalmazások** globális piaca eléri a 236 milliárd dollárt

Zsarnóczy és Dulházi, 2019

Iribarren et al., 2021

SZAKIRODALMI ÁTTEKINTÉS



mHealth applikációk leggyakoribb kategóriái 2015-ben, Zsarnóczky és Dulházi, 2019

SZAKIRODALMI ÁTTEKINTÉS



- A táplálékbevitel nyomon követésének pontosságához **validált** és **könnyen használható** eszközökre van szükség. (Reber et al., 2019)
- Az applikációban megvan a lehetőség, **pontos** étrendi értékelési **információkat** nyújtson a dietetikusok számára.
- A felhasználók jobban fogadták a hagyományos módszerekhez képest. (Ji Y. et al., 2020)
- A válaszadók számára leginkább az alkalmazások **alacsony költsége** és **egyszerűsége**, valamint a használatuk élvezhetősége a legfőbb szempont (Yuan et al., 2015).



A VIZSGÁLAT CÉLJA



Táplálkozási és diétás alkalmazások kapcsán

Kevés **magyar** tanulmány a felhasználók jellemzőiről és preferenciáiról.

Mely alkalmazások a **legnépszerűbbek** a mintában?

Mik a felhasználók **preferenciái**?

KUTATÁSI HIPOTÉZISEK



- **H1:** Az okostelefonnal rendelkező résztvevők többsége (min. 75%) **használ étrendkövető mobilalkalmazásokat.**
- **H2:** Az étrendkövető mobilalkalmazásokat használók többsége (min. 75%) számára legfontosabb szempont az **energia (kcal) és tápanyagbevitel pontossága.**
- **H3:** A vizsgálatban szereplő **egészségügyi szakemberek** többsége (min. 75%) **szívesen ajánlja** a táplálkozás és diétás alkalmazások használatát pácienseik számára.

MÓDSZEREK



- Web alapú felmérés: online kérdőív.
- Toborzás közösségi média platformokon (Facebook) és egyetemi hallgatók számára létrehozott zárt csoportokban.
- Online kitölthető kérdőív *(Vasiloglou et al., 2021)*
 - 19 kérdésből áll
 - Az angol nyelvű változat magyar fordítását használtuk
- TIBCO Statistica 13.40.14.
- MicroSoft Excel

EREDMÉNYEK



A minta

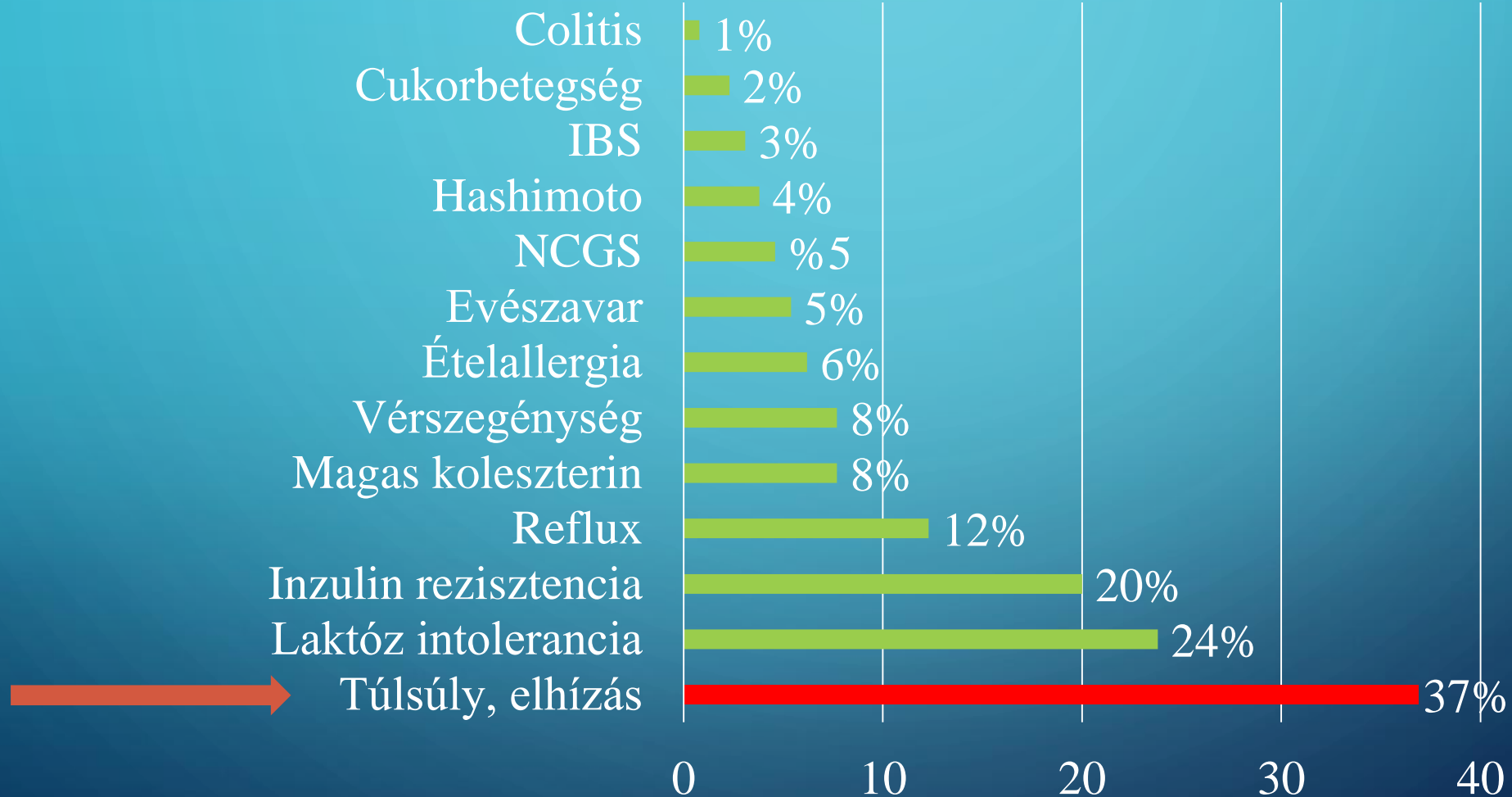
- N=130, 86,3% nő, 13,7% férfi
- Átlag életkor: 28,8 év
- Átlag BMI: 23,66 kg/m²
- Aktív hallgatói jogviszony: 73%
- Egészségügyi dolgozó: 28%
- Nem dohányzik: 73%
- Okostelefont használ: 100%
- Egészséges: 60%



EREDMÉNYEK



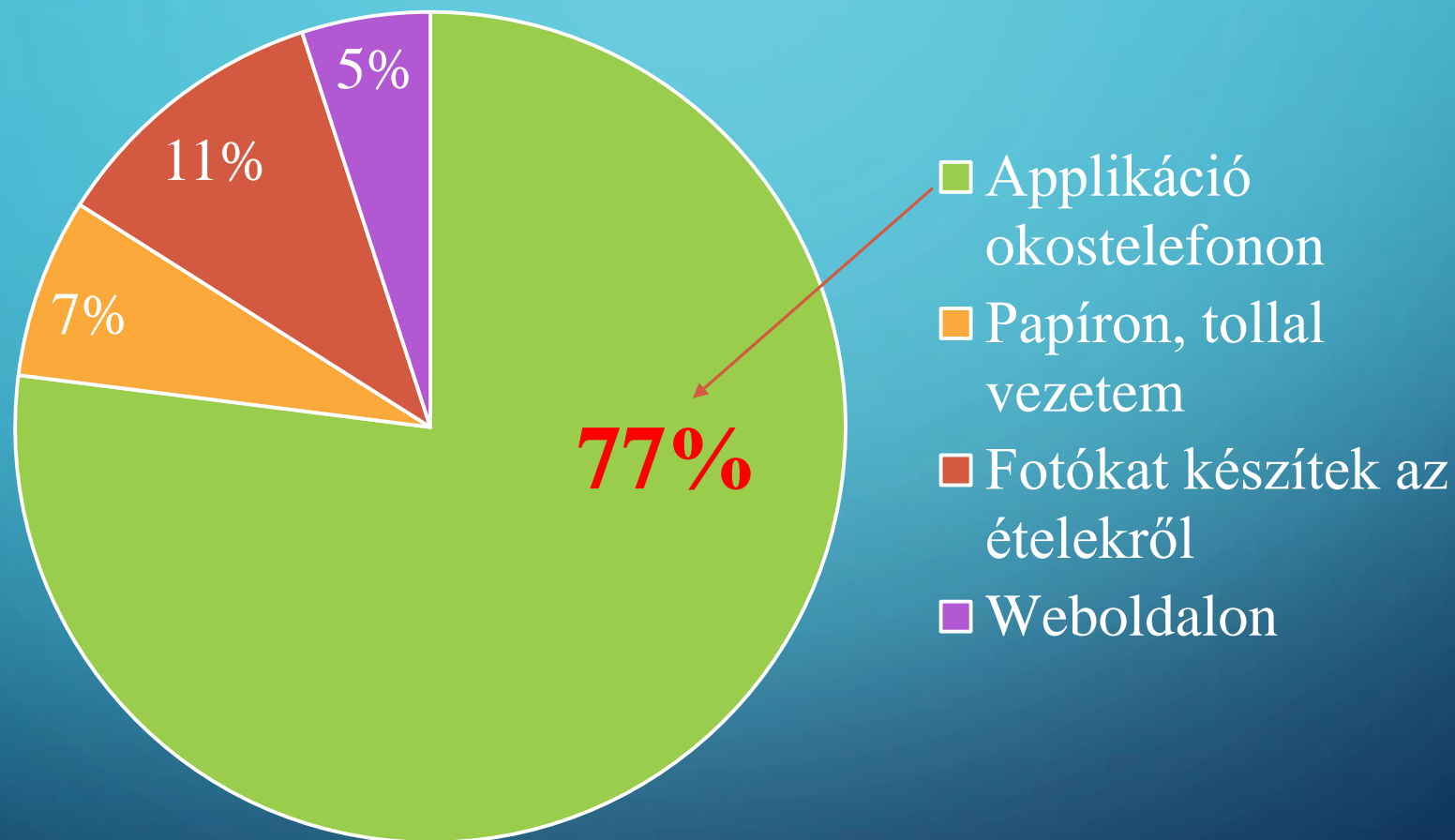
Betegségek előfordulása



EREDMÉNYEK



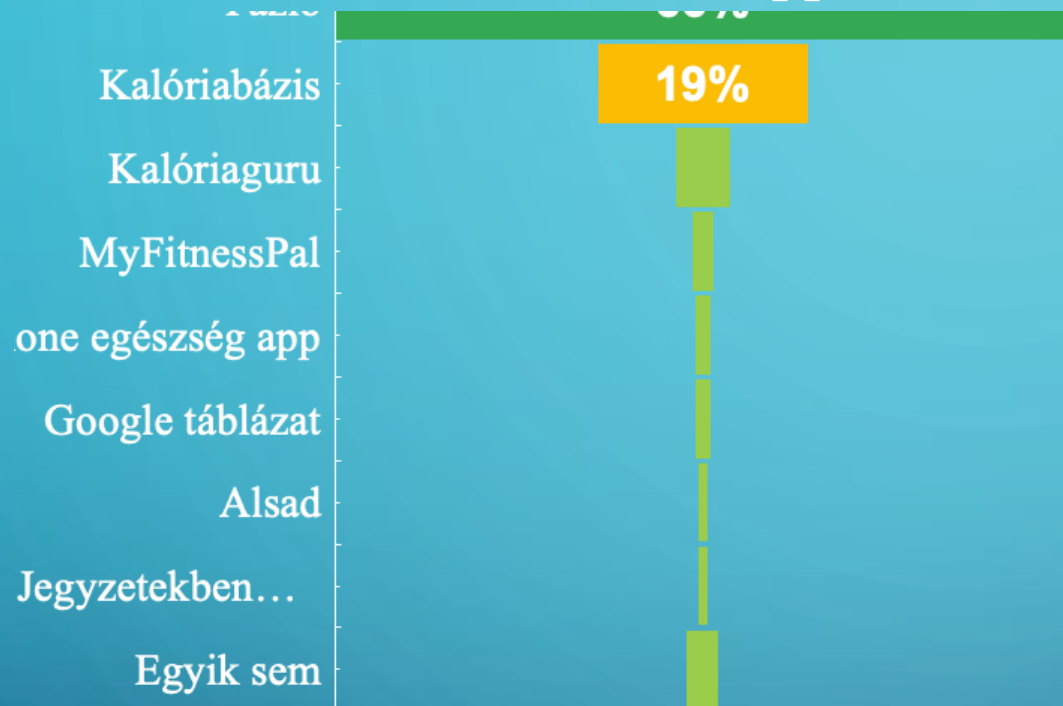
A válaszadók **82%**-a rögzítette valamely módon a táplálék-bevitelét.



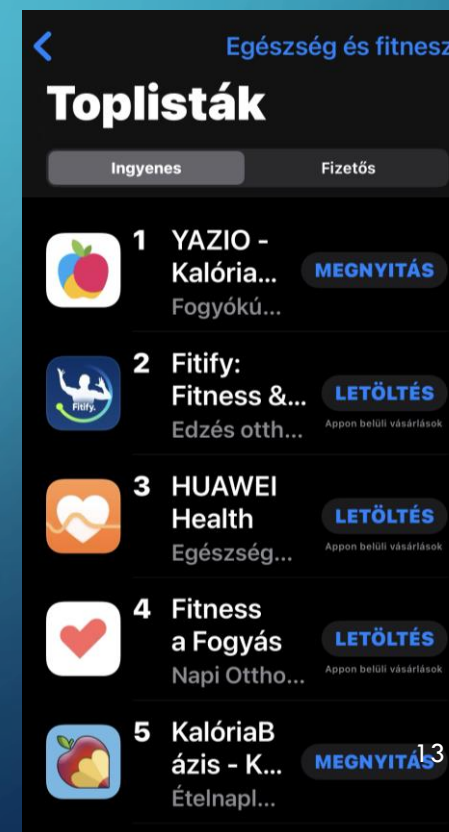
EREDMÉNYEK



Mobil applikációk népszerűsége



Saját adat egyezik a webáruházzal



EREDMÉNYEK



Legtöbben *fogyás, súlykontroll* céljából(66%)

Napi rendszerességgel (44%) használják.

Célok még:

- Egészséges táplálkozás (31,8%)

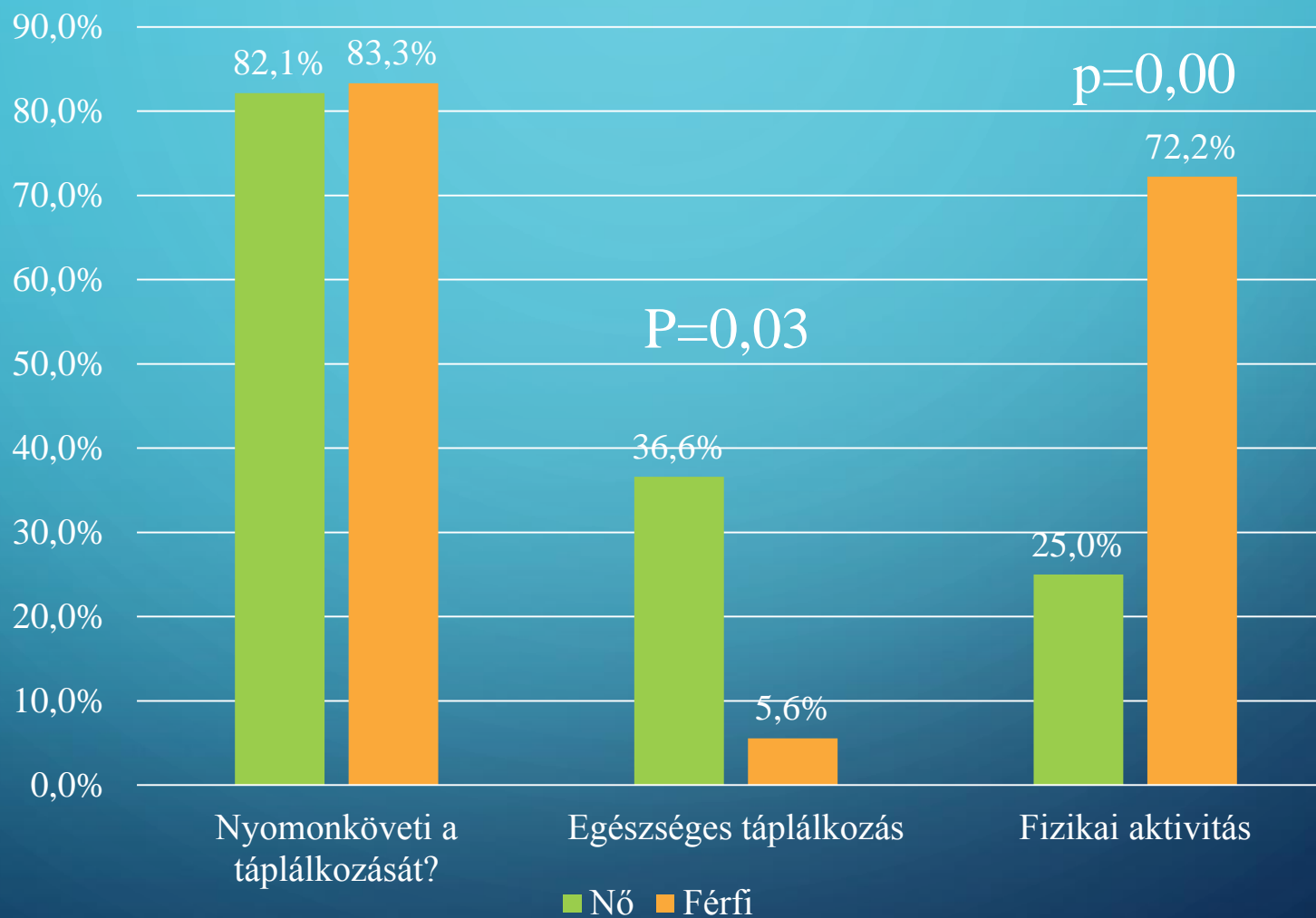
- *Fizikai aktivitás nyomonkövetése (31%)*

- *Recept ötletek (6%)*

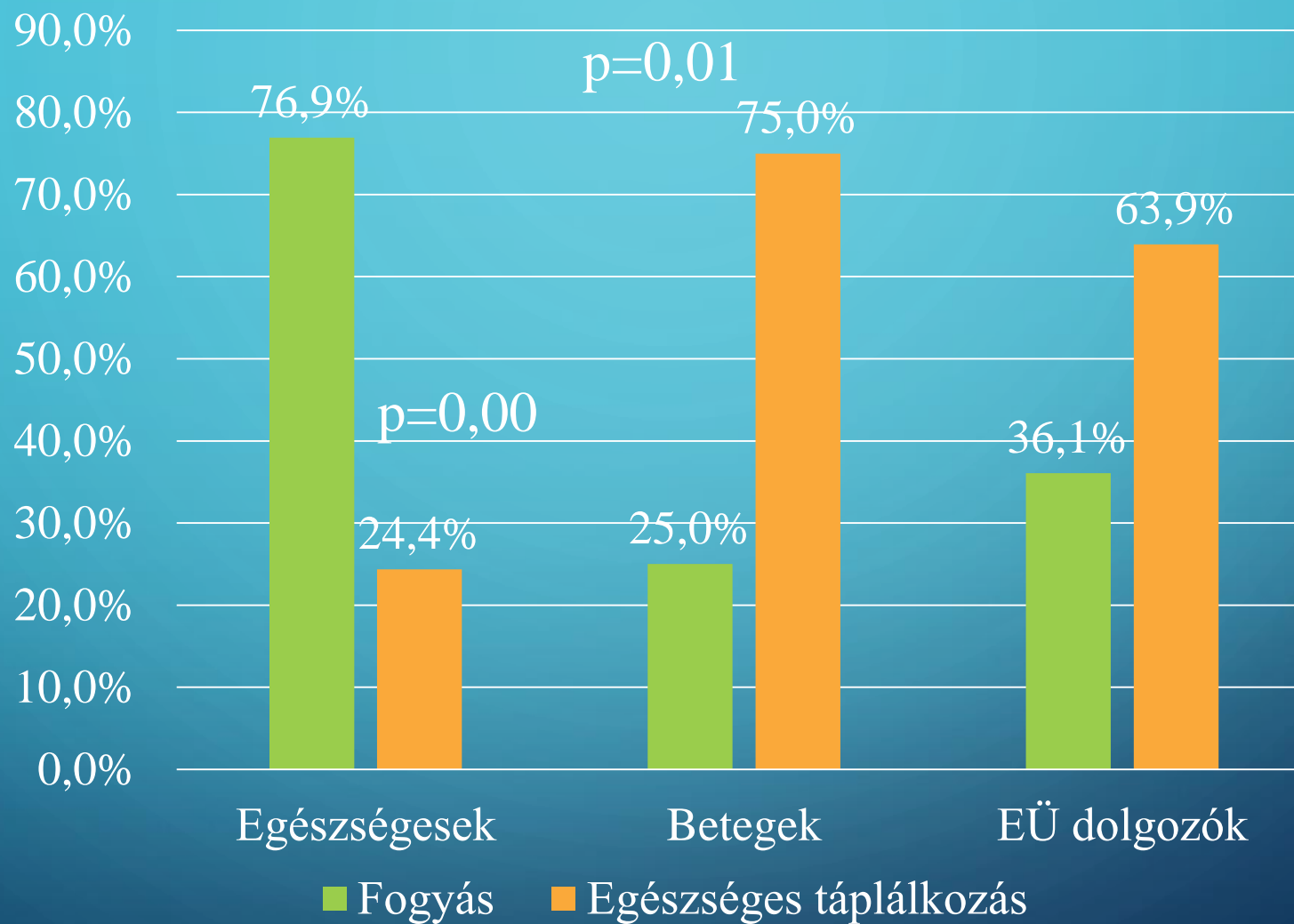
EREDMÉNYEK



Célok közti különbségek férfiak - nők



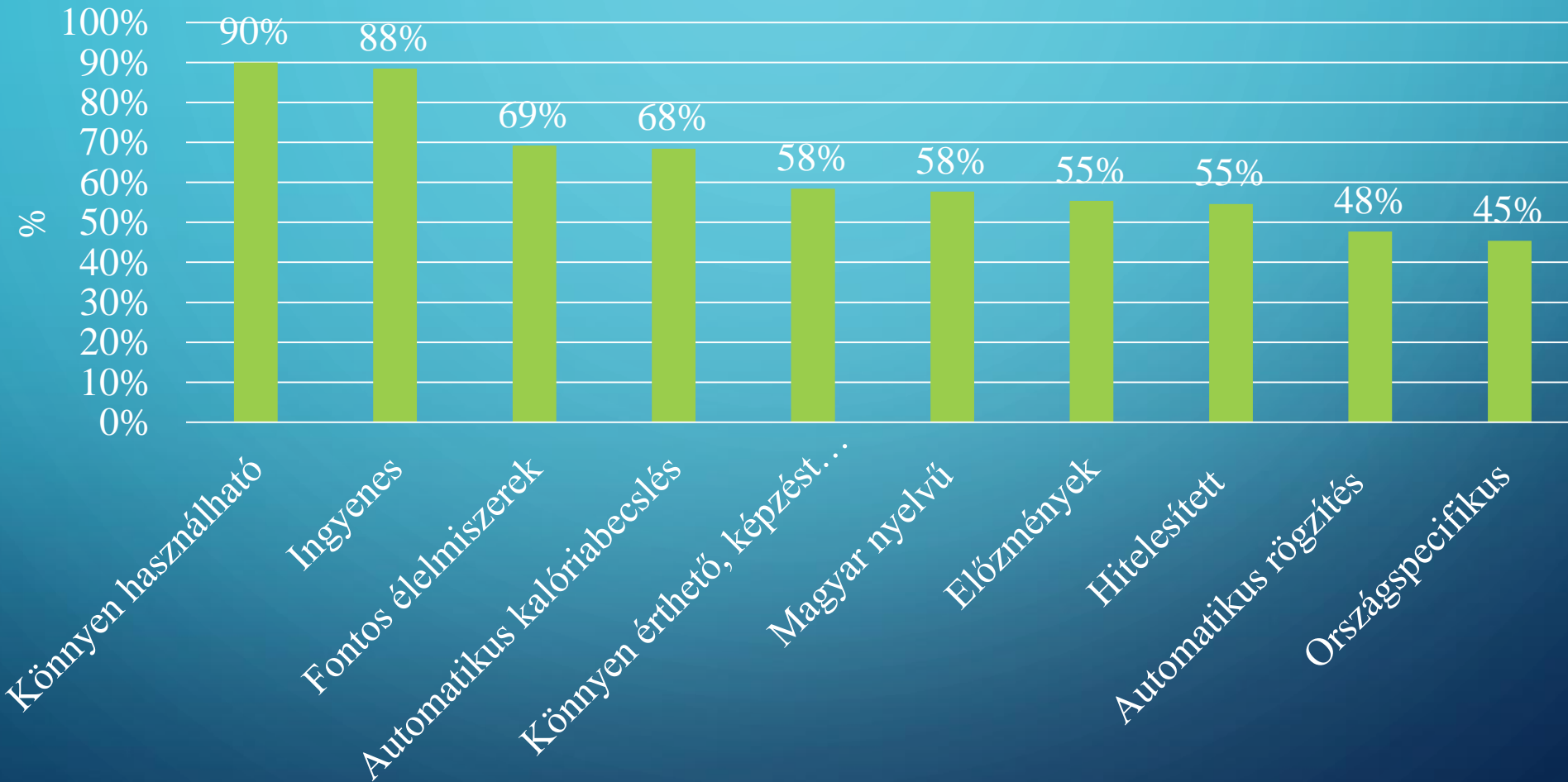
Célok közti különbségek egészségesek-betegek-eü dolgozók



EREDMÉNYEK



Applikáció kiválasztásának szempontjai



KÖVETKEZTETÉS



✘ H1: Az okostelefonnal rendelkező résztvevők nagyobb százaléka (min. 75%) használ étrendkövető mobilalkalmazásokat. **69,7%**

✘ H2: Az étrendkövető mobilalkalmazásokat használók többsége (min. 75%) számára legfontosabb szempont a kalória és tápanyagbevitel pontossága. **„Könnyen használható”**

✓ H3: A vizsgálatban szereplő egészségügyi szakemberek és egészségügyi hallgatók többsége (min. 75%) szívesen ajánlanák a táplálkozás és diétás alkalmazások használatát pácienseik számára. **81,4%**

KÖVETKEZTETÉS



Az eredmények azt sugallják, hogy a felhasználók olyan táplálkozási és diétás alkalmazásokat választanának, amelyek **könnyen használhatók, ingyenesek, automatikusan becslik** az élelmiszerek energia- és tápanyagtartalmát és **magyar nyelvűek**.

Az **mHealth alkalmazások** jövőbeni egészségügyi kilátásaival kapcsolatban biztató, hogy a vizsgálatban részt vett egészségügyi szakemberek és hallgatók jelentős része **szívesen ajánlá** azt páciensei számára.

KORLÁTOK



**Minta
elemszám**

**Nemi
arányok
javítása**

**A populáció
szélesítése,
nem csak
közösségi
média**

**Hivatalos
fordítás**

KÖSZÖNETNYÍLVÁNÍTÁS



Köszönettel tartozom minden résztvevőnek, aki kitöltötte a kérdőívet és ezzel hozzájárult a tanulmány megvalósításához. Ezen kívül:

- **Dr. Lichhammer Adrienn** témavezetőmnek, aki szakmai kiválóságával támogatta a kutató munkám és
- **Dr. habil Uvacsek Martina** egyetemi docensnek, aki a statisztikai program használatában és kiértékelésében nyújtott segítséget.



Iribarren, S. J., Akande, T. O., Kamp, K. J., Barry, D., Kader, Y. G., & Suelzer, E. (2021). Effectiveness of Mobile Apps to Promote Health and Manage Disease: Systematic Review and Meta-analysis of Randomized Controlled Trials. *JMIR mHealth and uHealth*, 9(1), e21563.

<https://doi.org/10.2196/21563>

Ji, Y., Plourde, H., Bouzo, V., Kilgour, R. D., & Cohen, T. R. (2020). Validity and Usability of a Smartphone Image-Based Dietary Assessment App Compared to 3-Day Food Diaries in Assessing Dietary Intake Among Canadian Adults: Randomized Controlled Trial. *JMIR mHealth and uHealth*, 8(9), e16953.

<https://doi.org/10.2196/16953>

Reber, E., Gomes, F., Vasiloglou, M. F., Schuetz, P., & Stanga, Z. (2019). Nutritional Risk Screening and Assessment. *Journal of clinical medicine*, 8(7), 1065.

<https://doi.org/10.3390/jcm8071065>

Zsarnóczky Martin., Dulházi Fanni. Az egészségügyi applikációk lehetőségei a turizmusban. *Turizmus 3.0*. Szerkesztette: Kátay áKos – MichalKó Gábor – rátz taMara. 2019.

Vasiloglou, M. F., Christodoulidis, S., Reber, E., Stathopoulou, T., Lu, Y., Stanga, Z., & Mougiakakou, S. (2021). Perspectives and Preferences of Adult Smartphone Users Regarding Nutrition and Diet Apps: Web-Based Survey Study. *JMIR mHealth and uHealth*, 9(7), e27885.

<https://doi.org/10.2196/27885>

World Health Organization: mHealth - New horizons for health through mobile technologies - Global Observatory for eHealth series - Volume 3. 2011. https://apps.who.int/iris/bitstream/handle/10665/44607/9789241564250_eng.pdf?sequence=1&isAllowed=y

Yuan, S., Ma, W., Kanthawala, S., & Peng, W. (2015). Keep Using My Health Apps: Discover Users' Perception of Health and Fitness Apps with the UTAUT2 Model. *Telemedicine journal and e-health : the official journal of the American Telemedicine Association*, 21(9), 735–741.

<https://doi.org/10.1089/tmj.2014.0148>

KÖSZÖNÖM A MEGTISZTELŐ FIGYELMET!



SAJÁT MUNKA



Ötlet

Szakirodalom kutatás

Angol nyelvű kérdőív magyar adaptációja, ill. online változatának elkészítése

Adatfelvétel és feldolgozás

Ábrák készítése

Power point prezentáció