



IRMA: un sitio web para rehabilitación a distancia

D. León Díaz,¹ P. de Miguel Pueyo,¹
S. García de Villa,¹ J. Bernal Corral²



INTRODUCCIÓN

En la actualidad, el **9,49% de la población española** enfrenta desafíos relacionados con la discapacidad, destacando la necesidad de la rehabilitación como tratamiento.

Se presenta una **plataforma web** que proporciona una variedad de ejercicios diseñados para ser realizados en distintas estancias de la vivienda, creando un servicio de atención rehabilitadora sencillo e intuitivo.

La realización de las actividades en un **entorno familiar** como el hogar motiva la adherencia al entrenamiento.

OBJETIVOS

- Diseñar un sitio web que facilite el acceso a la rehabilitación desde el hogar.
- Incrementar la comodidad y el seguimiento del paciente.
- Disminuir la carga de trabajo del personal sanitario.

METODOLOGÍA

Se ha empleado el software **Softr** para el diseño y desarrollo de la web sin necesidad de programar. Para guardar la información de los pacientes en una base de datos se ha usado **Google Sheets**. Este se integra en Softr permitiendo una conexión en tiempo real.



Figura 1. Interfaz y herramientas de Softr.

Los vídeos se grabaron en un ambiente hogareño, utilizando a los miembros del equipo como sujetos de demostración. Posteriormente fueron subidos a **YouTube** para integrarlos en la web.

RESULTADOS Y DISCUSIÓN

Tras iniciar sesión o crearse una cuenta, el usuario tiene la opción de ir al apartado "**Videos**" o "**Mi progreso**". En el primero, se selecciona una de las 4 estancias para realizar los ejercicios. Estos aparecen acompañados de una breve descripción.



Figura 2. Página de selección de estancia.



Figura 3. Página con videos.

Cuando ha terminado el entrenamiento, el paciente puede incluirlo en su registro fácilmente a través de un formulario con desplegables.



Figura 4. Sección con tabla de entrenamientos y formulario.

En la sección de "**Mi progreso**" el paciente puede acceder a sus estadísticas, como número de ejercicios hechos por día. Se plantean otros gráficos más intuitivos cuya implementación queda limitada por funciones de pago.



Figura 5. Página de "Mi progreso".



Figura 6. Posible gráfica de valoraciones.

CONCLUSIONES

- Se ha implementado un sitio web para rehabilitación con las herramientas ofrecidas por las plataformas Softr y Google Sheets.
- IRMA destaca por su interfaz **sencilla** y la **comodidad** que supone al prescindir de material específico para los ejercicios.
- IRMA mejora la **accesibilidad** a la rehabilitación, suponiendo un impacto en la calidad de vida de las personas con discapacidad.
- La futura evaluación por pacientes en situaciones reales y con distintas discapacidades podría confirmar su capacidad de motivación y adherencia en los usuarios.
- Se plantea como trabajo futuro la integración de los datos con el sistema de información de salud del hospital.

