

## **GAMIFICAÇÃO COMO ESTRATÉGIA DE ENGAJAMENTO NO PROGRAMA DE PROMOÇÃO DA SAÚDE DE UMA OPERADORA DE PLANOS DE SAÚDE**

**OBJETIVOS:** Um dos principais desafios na promoção da saúde e prevenção de doenças é engajar os indivíduos no autocuidado e levá-los a reconhecer o seu papel como agentes da sua própria saúde. Nesse contexto, aplicou-se a metodologia de gamificação no Programa de Promoção da Saúde da operadora, através de uma plataforma online onde foram disponibilizados conteúdos educativos e atividades interativas, visando promover o engajamento na adoção e manutenção de hábitos saudáveis. Este trabalho tem como objetivo demonstrar os resultados do projeto piloto e como a metodologia de gamificação impactou no engajamento dos indivíduos na adoção e manutenção de hábitos saudáveis.

**MÉTODOS:** Para a aplicação da metodologia de gamificação, foi implantado um projeto piloto em uma empresa de Minas Gerais com aproximadamente sete mil colaboradores. O projeto consistiu na implantação de um programa de promoção da saúde, através de uma plataforma online, na qual após efetuar um cadastro, os indivíduos iniciavam sua participação em ações de promoção e prevenção voltadas para saúde mental, alimentação saudável e atividade física. A plataforma foi configurada para oferecer uma grande variedade de atividades interativas, possibilitando a participação conforme disponibilidade de tempo e espaço físico dos indivíduos. Ao realizarem as atividades propostas, os participantes acumulavam pontos para trocar por brindes e experiências que contribuíam para os hábitos saudáveis.

**RESULTADOS:** Após seis meses da implantação do projeto piloto foi possível observar o aumento do número de participantes do programa em comparação ao modelo anterior (sem gamificação) que passou de 118 para 2.563 indivíduos. Além disso, foi constatado por meio de dados coletados no início e no final do projeto piloto, que 104 colaboradores sedentários se tornaram ativos após ingressarem no novo programa, e 93% dos participantes relataram melhoria na qualidade de vida após participação. A estratégia também impactou positivamente o custo per capita do programa apresentando uma redução de 78% em relação ao custo anterior, contribuindo para a sustentabilidade do negócio. Qualitativamente foi possível observar maior engajamento e disposição dos participantes em superarem seus próprios limites e alcançarem resultados importantes para melhoria da qualidade de vida e prevenção de doenças crônicas não transmissíveis.

**CONCLUSÕES:** Concluiu-se que a metodologia de gamificação se mostrou relevante para o engajamento dos indivíduos em ações de promoção da saúde, prevenção de doenças e qualidade de vida, bem como para a sustentabilidade do programa de promoção da saúde, possibilitando maior abrangência das ações com menor custo, e sinergia com práticas inovadoras em saúde e bem-estar.