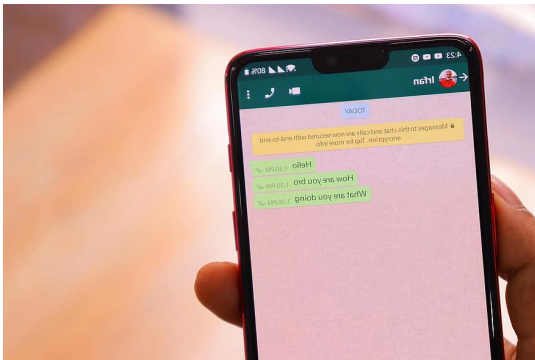


¿Podemos fiarnos de una intervención breve sobre alcohol a través de una aplicación de móvil?

Entre todas las drogas, el alcohol es probablemente la que acarrea una mayor cantidad de problemas asociados a su consumo. Se trata de una sustancia que afecta enormemente al organismo, tiene una serie de importantes repercusiones conductuales y su tratamiento es demasiado complejo, dado que es legal, fácilmente accesible y su consumo se asocia con celebraciones y otros ritos de tipo cultural.

El abordaje desde la atención primaria es, por tanto, fundamental. Las intervenciones breves, realizadas por el personal de estos servicios, han demostrado repetidamente su eficacia para reducir el consumo de alcohol. Sin embargo, la necesidad de presencialidad en la intervención breve ha sido y sigue siendo una barrera en determinados casos. Desde hace unos años, se han desarrollado aplicaciones móviles que simulan una intervención breve y ayudan al manejo de casos de consumo abusivo de alcohol. Estas aplicaciones permitirían, en cierto modo, superar las barreras de accesibilidad ante este tipo de abordaje. Pero, ¿son realmente fiables estas aplicaciones?



Un reciente estudio de Colbert, Thornton y Richmond (2020) analizó en bases de datos científicas la aparición de alguna de estas aplicaciones en investigaciones. En concreto, encontraron 21 artículos relevantes donde se evaluaban hasta 19 aplicaciones móviles para el abordaje del consumo de alcohol, 7 dirigidas a jóvenes (con resultados

inconcluyentes) y 12 a adultos (con resultados más prometedores). De las 19 aplicaciones, sólo 8 estaban disponibles en tiendas comerciales de aplicaciones (App Store, Google Play...) y, de ellas, sólo 4 habían demostrado su eficacia. Este tipo de apoyo remoto puede ser muy interesante si se explota de manera adecuada; hoy por hoy, como se ha visto, todavía hay que tener cuidado con la aplicación que se seleccione y cerciorarse de su eficacia previamente.

Referencia:

Colbert, S., Thornton, L., & Richmond, R. (2020). Smartphone apps for managing alcohol consumption: a literature review. *Addiction Science & Clinical Practice*, 15(1), 17. <https://doi.org/10.1186/s13722-020-00190-x>. Disponible en: https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC7206704/pdf/13722_2020_Article_190.pdf