

## Editorial

Marcela Tiburcio

Instituto Nacional de Psiquiatría Ramón de la Fuente Muñiz

Apreciables colegas,

El uso de las Tecnologías de la Información y Comunicación (TIC's) en el campo de la salud es cada vez más frecuente; la atención del consumo de sustancias no es ajena a los nuevos desarrollos tecnológicos que favorecen la estandarización de los programas de intervención, tienen el potencial de incrementar la disponibilidad y accesibilidad de la atención, reducir el estigma y el costo de los servicios, entre otras ventajas que aún están en proceso de confirmarse a través de investigaciones específicas.

El diseño y evaluación de este tipo de plataformas tecnológicas en América Latina es aún incipiente, sin embargo, en la literatura ya es posible encontrar algunos ejemplos de páginas web dirigidas a la psico-educación, programas de educación a distancia programas de

autoayuda o aplicaciones para la detección del consumo problemático creados en esta región.

En este nuevo número del Boletín, compartimos información sobre un programa en línea para la detección del consumo problemático de alcohol desarrollado en Costa Rica, y algunas reflexiones de la autora en torno a las lecciones aprendidas y los siguientes pasos para lograr una aplicación efectiva en el futuro.

El segundo trabajo destaca las consecuencias negativas que padecen los familiares de los consumidores de alcohol y drogas, describe un programa de intervención breve desarrollado en México para atender a este grupo, así como las dos modalidades basadas en TIC's para la diseminación del programa.

## DetectAlcohol: Creación de una aplicación móvil y sitio web para promover insight sobre el consumo de alcohol y facilitar el acercamiento a los servicios de salud disponibles.

Viviana Monge

Instituto sobre Alcoholismo y Farmacodependencia, Costa Rica.

### ANTECEDENTES

En Costa Rica, el Instituto sobre Alcoholismo y Farmacodependencia (IAFA) es la institución Estatal que desde hace más de 60 años brinda atención a personas que desean reducir o eliminar su consumo de alcohol y otras sustancias psicoactivas, elabora programas preventivos para disminuir el interés por consumo de sustancias, y desarrolla investigaciones epidemiológicas relacionadas con los patrones de consumo de las diversas drogas.

Estimaciones de la Encuesta Nacional sobre consumo de drogas en población general realizada en el 2015 señalan que aproximadamente 1.050.000 personas, o 27,9% de la población nacional, consumieron alcohol en el último mes y de estos, el 40% presenta consumo excesivo al ingerir 5 tragos o más por sentada (IAFA [2], 2017). Valor que además se presenta superior que el encontrado en las anteriores encuestas realizadas en

1990, 1995, 2000, 2006 y 2010\*.

Este incremento de consumidores, aunado a que los servicios de valoración y consulta del Instituto sobre Alcoholismo y Farmacodependencia (IAFA) tienen un horario limitado al cual mucha de la población no puede acceder -7 a.m. a 3 p.m.- fueron parte de los factores que incidieron en la creación de herramientas digitales. Es de recordar que, mediante sus encuestas nacionales, el IAFA ha definido que el alcohol es la droga más consumida entre los costarricenses, no obstante, persiste un desconocimiento general entre la población del riesgo de presentar un consumo nocivo, así como de las opciones existentes en el nivel nacional para el tratamiento de las conductas de consumo.

Objetivos: El objetivo principal de la aplicación es el facilitar información al usuario sobre su consumo de

\* Para más detalle:

<http://datosabiertos.iafa.go.cr/dashboards/19672/consumo-de-alcohol-en-poblacion-general/>

alcohol, los riesgos, los efectos y las posibles consecuencias a nivel fisiológico y social. Adicionalmente, la aplicación tiene como objetivo específico informar a los usuarios sobre los programas disponibles en Costa Rica para trabajar el consumo de alcohol.

El sitio web [www.detectalcohol.com](http://www.detectalcohol.com) se creó como un sitio de apoyo y donde se ubica la información más extensa sobre el tema. Se consideró posterior a la creación de la APP, para hospedar el material más extenso o pesado (como vídeos u otros).

Población meta: DetectAlcohol está dirigido a personas que consumen alcohol, pero familiares y amigos o personas que no consumen también pueden beneficiarse indirectamente de la herramienta.

### ¿CÓMO FUNCIONA DetectAlcohol?

Gracias a la plataforma digital (vía web) y la posibilidad de descargar la aplicación para móvil, la población costarricense con acceso a tecnologías móviles e Internet cuenta con varias herramientas de autovaloración del consumo de alcohol desde cualquier punto con acceso y en cualquier momento. Los puntos de evaluación son dos: mediante una pequeña evaluación en el micrositio [www.detectalcohol.com](http://www.detectalcohol.com) o mediante la APP.

DetectAlcohol es un conjunto de herramientas digitales creadas para que el individuo evalúe su consumo de alcohol y pueda valorar la necesidad de tomar decisiones para mejorar su salud y calidad de vida. En una primera etapa se desarrolló una aplicación que indaga sobre la frecuencia de consumo, seguido por la herramienta AUDIT (Alcohol Use Disorders Identification Test) en su versión de 10 preguntas. El usuario se aplica el AUDIT y obtiene una calificación basada en sus respuestas. Se clasifica así al usuario en las 4 zonas (consumo de bajo riesgo/abstinencia, consumo de riesgo moderado, consumo de riesgo alto y dependencia). La aplicación fue diseñada tanto para plataforma Android, como para iOS (los dos sistemas operativos de mayor uso en Costa Rica).

### RESULTADOS

DetectAlcohol fue puesta a disposición del público en 2015. Para febrero del 2017, la herramienta en versión aplicación para teléfono móvil ha tenido 141 descargas desde el Playstore (Android) y 117 descargas para plataforma iOS. En 2017, se estará desarrollando una etapa final de la APP, de manera que se puedan obtener indicadores de uso más certeros. Vale la pena mencionar que esta herramienta no ha contado con publicidad para su divulgación. En 2017, se pautará una campaña para iniciar su divulgación, de manera que el público objetivo la conozca y las personas valoren su descarga y aplicación.

En cuanto a la herramienta del AUDIT, ofrecido a través de la plataforma web [detectalcohol.com](http://detectalcohol.com), el test ha sido completado 1318 veces desde Noviembre del 2015 a enero de 2017. Esta plataforma tampoco ha recibido ningún tipo de publicidad, es decir, las visitas son "orgánicas".

De las personas que se aplicaron el test:

- 656 veces ha dado como resultado Riesgo Moderado
- 395 veces ha dado como resultado Bajo Riesgo/abstinencia
- 195 veces ha dado como resultado Riesgo Alto
- 72 veces ha dado como resultado Dependencia

### Utilidad y/o aplicación de los datos obtenidos.

Para el IAFA, la creación de herramientas digitales como DetectAlcohol es la primera experiencia de su tipo, busca brindar un servicio mediante una plataforma digital en momentos en que los servicios de atención tradicionales no se encuentran disponibles. Nuestro horario de lunes a viernes, de 7 a.m. a 3 p.m. limita mucho las posibilidades de contacto para las personas que quieren hacer uso de nuestros servicios. Está en proceso la programación de una opción para que, una vez que la persona se aplique la evaluación, pueda voluntariamente ingresar su dirección de correo electrónico y así obtener sus resultados del AUDIT en su inbox personal. Se le estaría recomendando al usuario llevar esta información la próxima vez que visite a su médico o portarla para su cita de valoración en IAFA.

**Desafíos.** ¿Qué hemos aprendido? ¿Cuáles son las barreras? ¿Cómo podemos enfrentarlas?

El principal aprendizaje de esta primera etapa, es que el AUDIT es un test con gran facilidad para adaptar a herramientas tecnológicas puestas en línea. La curva de aprendizaje ha sido lenta, pero se ha logrado solucionar algunos contratiempos presentados. Por ejemplo, cómo se le brinda servicios adicionales al usuario una vez que se aplica el test y si requiere contactar al IAFA una vez que ha logrado reflexionar sobre su consumo.

Aún sin divulgación, se ha visto que las personas las descargan o se la aplican. Sin embargo, debido a que existen en el mercado una gran cantidad de aplicaciones similares, se hace evidente la necesidad de promoción y publicidad de la misma, sobre todo por medios de amplio uso, como lo es la plataforma de anuncios de Facebook, la red social más utilizada en Costa Rica.

### ¿CUÁLES SON LAS NECESIDADES DE INVESTIGACIÓN?

En este punto del proyecto, una de las principales necesidades de investigación sería colocar una opción que permita saber cuántas personas que se aplican este test llegan a realizar cambios significativos en su consumo de alcohol, una tarea pendiente que está por resolverse.

Así mismo, la posibilidad de rastrear qué porcentaje de personas que se realizaron este test, y posteriormente llegaron a los servicios de salud disponibles de IAFA, sería de interés para evaluar la eficacia de este tipo de herramientas.

### REFERENCIAS

1. Intervención Breve para el consumo de riesgo y perjudicial de alcohol. Un manual para la utilización en Atención Primaria. Organización Mundial de la Salud, 2001.

## Programa para familiares de usuarios de alcohol y otras sustancias.

Guillermina Natera Rey  
Instituto Nacional de Psiquiatría Ramón de la Fuente Muñiz

El abuso de sustancias adictivas, lícitas e ilícitas, es un problema de salud pública que se está aumentando, tanto en la cantidad de personas afectadas, como en la complejidad de las consecuencias que se derivan y que contribuyen de manera significativa con la pérdida de años de vida saludable a nivel mundial

Diferentes estudios han reportado que las consecuencias del abuso de alcohol no se centran únicamente en el usuario, aunque es difícil estimar con precisión el número de familias afectadas, se ha calculado que hay alrededor de 84 millones de personas perjudicadas por el consumo suponiendo que cada bebedor problema afecta negativamente a una sola persona, aunque en realidad, es probable que sea a más de una persona y en la mayoría de los casos a familiares muy cercanos como padres, cónyuges o hijos<sup>1,2</sup>. En México, una de las principales consecuencias del consumo de alcohol son los efectos en la familia (25%).<sup>3</sup>

Las familias con miembros consumidores de alcohol y drogas tienen más condiciones médicas y psiquiátricas que las familias sin estos problemas<sup>4</sup>, y presentan también mayores tasas de diagnóstico de traumatismos y de enfermedades relacionadas con el estrés<sup>5</sup>. Estas condiciones incrementan el gasto en servicios de salud de las familias.<sup>5,7</sup> A pesar de las implicaciones que tiene el consumo de alcohol sobre la familia, éste ha sido un grupo olvidado<sup>2</sup> especialmente en comunidades vulnerables.

Es hasta fechas recientes que ha surgido un interés por las familias con este problema, aunque la atención primordial sigue siendo para los usuarios y en algunos casos se contempla a la familia como parte del proceso de prevención o recuperación.

Se ha reportado que prevenir el uso de drogas a través de la familia o la comunidad ha sido benéfico, ejemplo de ello son los programas como "Fortaleciendo a las familias"<sup>8</sup> y "Guía para las buenas selecciones" que produjeron beneficios por cada dólar gastado. En otro estudio<sup>9</sup> se encontró que por cada dólar que se gastaba en la prevención del abuso de drogas, las comunidades podrían ahorrar en costos de tratamiento y de consejería para el abuso de drogas. Es difícil encontrar evaluaciones de intervenciones breves orientadas a los familiares de consumidores excesivos de alcohol.

El programa que aquí se presenta para apoyar a los familiares es uno de los pocos que existen, éste ha sido evaluado en comunidades indígenas y urbanas, en las primeras, donde las carencias económicas, de salud y todo tipo son más evidentes, una evaluación costo-efectiva de la utilización de este programa versus el uso de medicamentos o tratamiento tradicional para reducir síntomas de depresión y modificar las formas de enfrentar de manera más saludable el problema de un consumidor excesivo por parte de los familiares, resultó ser dos veces más económica.<sup>9</sup>

Este programa de intervención breve para familiares de consumidores se disemina a través de dos modalidades que a continuación presentamos:

a) El Programa en línea "**Ayuda para Familiares de Consumidores de Alcohol o Drogas**" ofrece información sobre la forma en que las familias enfrentan el consumo de sustancias de alguno de sus integrantes. Facilita estrategias para analizar las ventajas y desventajas de las diferentes formas de enfrentar. Ha demostrado ser efectivo tanto en personas que habitan en entornos urbanos, rurales e indígenas en la reducción de síntomas físicos, psicológicos y de estrés. Con la intervención, las personas han identificado formas de enfrentar más saludables, las han adoptado y han mejorado su estado físico y emocional. Es un programa flexible, amigable y da oportunidad de interactuar con personas que viven una situación similar. Es gratuito y está disponible las 24 horas del día en la página [www.familiayadicciones.org.mx](http://www.familiayadicciones.org.mx).

b) El curso de capacitación "**Familia y adicciones**" está diseñado para formar Orientadores, que pueden ser personal que trabaja en el sector salud o personas con sensibilidad y empatía dispuestas a trabajar con personas con estas problemáticas para apoyar a familias que sufren por convivir con personas consumidoras de alcohol o drogas. Está dirigido a profesionales de la salud y estudiantes de áreas afines que deseen contar con una herramienta más para atender a familiares que sufren por vivir con un usuario de alcohol o drogas. De 2006 a 2017 se ha capacitado a 1357 profesionales (enfermeras, psicólogos, trabajadores sociales, médicos y psiquiatras). Más Información en: <http://www.inpsiquiatria.edu.mx> o en los correos [cursosdiep@imp.edu.mx](mailto:cursosdiep@imp.edu.mx) y [cursos.diep@gmail.com](mailto:cursos.diep@gmail.com).

### RERERENCIAS

2. Eurocare C (1998). Alcohol Problems in the Family. A report to the European Union. World Health Organization Europe, England.
3. Orford J, Templeton L, Patel A, Copello A, Velleman R. The 5-Step family intervention in primary care: I. Strengths and limitations according to family members. *Drugs: Edu Prev Policy*. 2007;14(1):29-47.
4. ENA (2008). Encuesta Nacional de Adicciones 2008. México: Consejo Nacional contra las Adicciones, Instituto Nacional de Psiquiatría Ramón de la Fuente Muñiz, Instituto Nacional de Salud Pública, Fundación Gonzalo Río Arronte.
5. Weisner, C., Parthasarathy, S., Moore, C., & Mertens, J. R. (2010). Individuals receiving addiction treatment: are medical costs of their family members reduced?. *Addiction*, 105(7), 1226-1234.
6. Roberts, K. S., & Brent, E. E. (1982). Physician

utilization and illness patterns in families of alcoholics. *Journal of Studies on Alcohol*, 43(1), 119-128.

7. Ray, G. T., Mertens, J. R., & Weisner, C. (2007). The excess medical cost and health problems of family members of persons diagnosed with alcohol or drug problems. *Medical care*, 45(2), 116-122.
8. Kumpfer, K. L. (1998). Links between prevention and treatment for drug-abusing women and their children. Drug addiction research and the health of women. Rockville, MD: National Institute on Drug Abuse, 417-38.
9. Pentz, M. A. (1998). Costs, benefits, and cost-

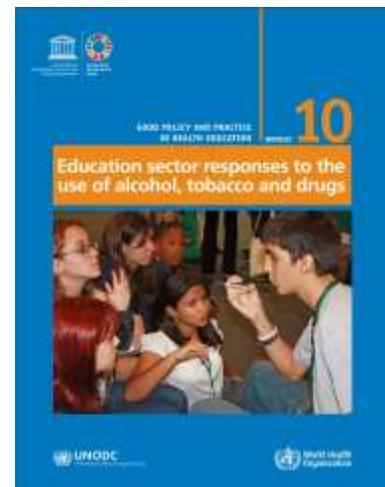
effectiveness of comprehensive drug abuse prevention. Cost-benefit/cost-effectiveness research of drug abuse prevention: Implications for programming and policy. *NIDA Research Monograph*, (176), 111-129.

10. Natera Rey G, Medina Aguilar PS, Callejas Pérez F, Orford J, Salinas Escudero G, Tiburcio Sainz M. Costo-efectividad de una intervención breve de apoyo a mujeres indígenas de Hidalgo, México, que viven con consumidores excesivos de alcohol. *Rev Panam Salud Pública*. 2016;39(2):69-75.

## PUBLICACIONES

### **Good Policy and Practice in Health Education - Booklet 10. "Education sector responses to the use of alcohol, tobacco and drugs".**

Esta publicación de UNESCO/WHO/UNODC proporciona el contexto y justificación para mejorar la respuesta del sector educativo en relación con el consumo de alcohol, tabaco y drogas en niños y jóvenes con énfasis en los sectores educativos primario y secundario. Presenta políticas y prácticas promisorias y basadas en evidencia, incluyendo ejemplos prácticos de diferentes regiones que han demostrado ser efectivas a través de investigaciones científicas. También propone temas para ser considerados por el sector educativo en relación con la sustentabilidad y escalabilidad de las aproximaciones efectivas para atacar el consumo de sustancias.



### **Nota técnica: Antecedentes acerca de la reglamentación y el seguimiento de la comercialización de las bebidas alcohólicas para la protección de la salud pública**

Esta publicación brinda elementos que los gobiernos pueden usar para fortalecer los marcos legales y regulatorios que ayudarían a reducir o eliminar la exposición al marketing del alcohol, ya que, de acuerdo con OPS y la revista científica *Addiction*, existe evidencia sustancial que asocia la comercialización del alcohol con el comportamiento de consumo de los jóvenes. El documento se basa en la Estrategia Mundial para la Reducción del Uso Nocivo del Alcohol en la Organización Mundial de la Salud (OMS), así como en el Plan de Acción Regional de la OPS. Complementa un informe de la OPS de 2016 sobre Regulación de la Comercialización de Alcohol y fue elaborado en consulta con expertos representantes de varios países de las Américas y personal de la OPS.



## ANUNCIOS

Jointly provided by NYU Post-Graduate Medical School and the International Network on Brief Interventions for Alcohol and Other Drugs (INEBRIA)

Generalitat de Catalunya  
Public Health Agency of Catalonia  
Programme on Substance Abuse

The NYU School of Medicine, Department of Population Health Presents

# INEBRIA 2017

Screening and Brief Intervention at the Intersection of Research,  
Policy and Practice: Advancing Knowledge and Meeting New Challenges

NYU School of Medicine  
NYU LANGONE MEDICAL CENTER

INEBRIA International Network on  
Brief Interventions for  
Alcohol & Other Drugs



Ya puedes [registrarte](#) en el **14º Congreso de INEBRIA**  
New York, Septiembre 14 y 15, 2017

Consulta el programa preliminar [aquí](#)

---

## WEBINAR

### Intervenciones breves sobre el consumo de alcohol en el embarazo: La experiencia de Argentina.

**Impartido por: Aldana Lichtenberger.**

Licenciada en Psicología. Especialista en Psicoterapia Individual y Grupal. Becaria doctoral del Consejo Nacional de Investigaciones Científicas y Técnicas de la Argentina (CONICET). Grupo de Investigación en Sustancias Psicoactivas y Lesiones por Causa Externa, IPSIBAT- UNMdP- CONICET

**Impartido el viernes 2 de junio 2017**

Escucha la grabación [aquí](#)



Contacto: Marcela Tiburcio Sainz

mtiburcio3@gmail.com  
inebria.latina@gmail.com