



RECORTES PÁGINA

THE ECONOMIST

El teléfono móvil mejora la salud

¿Qué consecuencias pueden tener los teléfonos móviles para la salud de sus usuarios? A mucha gente le preocupan los supuestos efectos nocivos causados por las radiaciones que emiten los móviles y las estaciones base, a pesar de que no hay pruebas convincentes de que produzcan daños. Pero sí hay bastantes pruebas de que los teléfonos móviles aportan efectos beneficiosos para la salud. De hecho, una revisión sistemática llevada a cabo por Rifat Atun y su equipo del la Escuela de Negocios Tanaka en el Imperial College de Londres muestra 150 ejemplos del uso de los mensajes de texto en la prestación de asistencia sanitaria. Estos usos se dividen en tres categorías: mejoras de la eficiencia, efectos beneficiosos para la salud pública y efectos beneficiosos directos para los pacientes al incorporar los mensajes de texto a sus pautas de tratamiento. Los resultados de la revisión, financiada por Vodafone, el mayor operador de móviles del mundo, se han publicado recientemente.

El uso de los mensajes de texto para incrementar la eficiencia no constituye un gran avance terapéutico, pero con él se puede ahorrar mucho dinero. Por ejemplo, en varios ensayos realizados en Inglaterra se ha observado que el empleo de mensajes de texto como recordatorios de citas reduce el número de visitas a los médicos de familia a las que no acuden los pacientes entre un 26 y un 39 por ciento, y el número de citas hospitalarias a las que no acuden los pacientes entre un 33 y un 50 por ciento. Si estos métodos se utilizaran a nivel nacional, se conseguirían unos ahorros anuales de 371 a 527 millones de euros.

Los mensajes de texto también se utilizan para recordar a pacientes citas con el dentista o para hacerse análisis de sangre, exámenes médicos y escáneres. Esquemas similares empleados en Estados Unidos, Noruega y Suecia han tenido resultados igual de satisfactorios, aunque el uso de los mensajes de texto como recordatorios en Holanda, país en el que los pacientes no acuden a sólo el 4 por ciento de las citas, lo único que hizo fue molestar a los pacientes. También pueden ser un buen método para difundir información sobre salud pública, sobre todo a grupos con los que es difícil ponerse en contacto por otros medios, como los adolescentes, o en países en vías de desarrollo en los que no existen otros medios de comunicación. Por ejemplo, los mensajes de texto se han utilizado en la India para informar a los ciudadanos sobre la estrategia de la Organización Mundial de la Salud para controlar la tuberculosis, y en Kenia, Nigeria y Mali para proporcionar información sobre el VIH y el paludismo. En Irak, los mensajes de texto se utilizaron como apoyo a una campaña para vacunar a casi cinco millones de niños contra la polio.

Por último, están los usos de los mensajes de texto como parte de una pauta de

tratamiento. Entre ellos figuran recordar a los pacientes que tomen su medicación a la hora correcta o que realicen los programas de ejercicio asignados o sigan haciendo esfuerzos para dejar de fumar. No obstante, Rifat señala que los datos sobre la eficacia de estos métodos son generalmente anecdóticos y que es necesario realizar más investigaciones cuantitativas. Por este motivo, su equipo ha publicado tres artículos sobre el uso de los teléfonos móviles en la sanidad. En uno de ellos, escrito en colaboración con Victoria Franklin y Stephen Greene, de la Universidad de Dundee, en Escocia, se comunican los resultados de un ensayo en el que los mensajes de texto se utilizaron como complemento del tratamiento de adolescentes diabéticos.

La forma más eficaz de tratar la diabetes es una pauta intensiva en la que los pacientes se ajustan la dosis de insulina dependiendo de lo que comen. Esto es más incómodo para el paciente, pero permite tener una dieta más variada. Estudios previos han demostrado que el tratamiento intensivo sólo es eficaz si lo supervisa un médico. Franklin y sus colaboradores idearon un sistema denominado *Sweet Talk*, que envía a los pacientes mensajes de texto personalizados recordándoles los objetivos del tratamiento que se han fijado ellos mismos y que permite que ellos envíen preguntas a los médicos. El sistema *Sweet Talk* se evaluó durante un período de 18 meses en pacientes adolescentes que recibieron tanto un tratamiento convencional como un tratamiento intensivo para la diabetes. Un grupo control recibió sólo el tratamiento convencional sin mensajes de texto.

Los investigadores observaron que el uso de los mensajes de texto incrementó significativamente la "autoeficacia" (la eficacia del tratamiento determinada mediante un cuestionario). Y un hecho más importante es que, en los pacientes que recibieron el tratamiento intensivo, la concentración de hemoglobina HbA_{1c} fue un 14 por ciento menor que en los pacientes del grupo control. Dado que un descenso del 10 por ciento de la concentración de HbA_{1c} se asocia a una reducción de las complicaciones de la diabetes, como problemas oculares y renales, este resultado es muy destacable. Indica que los mensajes de texto pueden ser un complemento barato y eficaz del tratamiento intensivo en los adolescentes.

A pesar de estos resultados prometedores, Rifat señala que muchos usos médicos de los mensajes de texto aún no han sido objeto de estudio en ensayos clínicos porque son demasiado nuevos. Además, la tecnología todavía no se ha utilizado sistemáticamente a gran escala para los usos que se ha demostrado que producen efectos beneficiosos. Pero los mensajes de texto sí que parecen desempeñar exactamente la función que desean los médicos: mejorar los resultados y reducir los costes.