

# HERRAMIENTA DIGITAL ADIC-APP



## GUÍA DE BUENAS PRÁCTICAS

---

Convocatoria de ayudas a ONG para proyectos sobre adicciones 2021 financiados con fondos europeos.



## INDICE DE CONTENIDO

- 01 PRESENTACIÓN  
DE LA HERRAMIENTA DIGITAL ADIC-APP**
  
- 02 EVALUACIÓN E IMPACTO**
  - 2.1 A) PERSONAS USUARIAS**
  
  - 2.2 B) PROFESIONALES**
  
- 03 CONCLUSIONES**
  
- 04 ANEXOS**
  - 4.1 CONTENIDO PARA PERSONAS USUARIAS**
  
  - 4.2 CONTENIDO PARA PERSONAS USUARIAS**

# 01 PRESENTACIÓN DE LA HERRAMIENTA DIGITAL ADIC-APP

Una Guía de Buenas Prácticas (GBP) comprende un conjunto de recomendaciones de mejoras y diferentes actividades dirigidas al bienestar de las personas, cuya eficacia ha sido demostrada a través de la investigación, aplicables a un entorno de práctica concreto y que tiene en cuenta la participación activa de las personas que se puedan ver involucradas en una situación o problema.

El proyecto “HERRAMIENTA DIGITAL ADIC-APP” trabaja para apoyar en el ámbito de las adicciones a personas usuarias en tratamientos como Centro de Día, recurso de carácter semirresidencial en el que realizan terapias y talleres grupales e intervenciones individuales.

Y por otro lado, el recurso Comunidad Terapéutica es un recurso en régimen residencial, donde las personas permanecen en el tratamiento en torno a un año aproximadamente realizando intervenciones individualizadas, talleres y terapias grupales.

Los dos recursos intervienen en la concienciación sobre la enfermedad adictiva trabajando a través de un modelo cognitivo conductual y basado en la humanización, además de realizar entrevistas motivacionales para poner en primera persona a la usuaria o usuario del tratamiento.

Debido a la pandemia de la Covid-19, los tratamientos tuvieron que ser modificados y adaptados a las nuevas necesidades de la pandemia, priorizando las nuevas tecnologías para que las personas estuvieran atendidas y se evitaran recaídas.

## 01 PRESENTACIÓN DE LA HERRAMIENTA DIGITAL ADIC-APP

A partir de la experiencia, y como resultado de una buena práctica, se planteó el desarrollo de una Aplicación para que las personas en tratamiento de adicciones pudieran tener acceso a la misma en cualquier momento y con información que pudiera ayudar a solventar dudas, pero también a solicitar ayuda a través del contacto con los diferentes centros.

Por un lado, se pretende que las personas usuarias del Centro de Día y de Comunidad Terapéutica puedan utilizar la Aplicación para facilitar la adherencia a los tratamientos y especialmente para tener información verídica sobre diferentes temáticas relacionadas con las sustancias y el juego patológico, así como sus efectos, consecuencias, factores de riesgo y de protección.

También pueden tener acceso a técnicas de gestión emocional, tan imprescindible en el tratamiento de las adicciones.

Prevención del suicidio, como alternativa a pensamientos autolíticos, donde se puede obtener información acerca de la definición del concepto, pautas de ayuda y especialmente conocimiento sobre cómo intervenir en situación de peligro, tanto de la propia persona como familiares.

Alternativas de ocio saludable, que tan necesario es para las personas con adicciones, puesto que en el periodo de consumo o juego dejan de lado todo lo relacionado con el ocio, sumergiéndose en la conducta adictiva y perdiendo la motivación por el ocio y el deporte.

## 01 PRESENTACIÓN DE LA HERRAMIENTA DIGITAL ADIC-APP

A nivel cognitivo, la aplicación también les brinda dinámicas y juegos para estimular la mente y trabajar en las diferentes funciones ejecutivas, las cuales pueden estar dañadas a raíz del consumo de sustancias.

Otra área importante y que puede ayudar a las personas con adicciones a mejorar su calidad de vida, es el empleo y la formación, que también se registra como pueden acceder a diferentes recursos para inscribirse en bolsas de trabajo y formación según los estudios que presenten.

Esta área va en directa conexión con la exclusión social, puesto que las personas con adicciones, pueden debido a la situación vulnerable que presentan a causa del consumo de sustancias, desarrollar una situación de exclusión social o agravar la misma, perdiendo calidad en todas las áreas que rodean a una persona. En la App, se analiza qué es la exclusión y se ofrecen recursos y pautas para empoderar a la persona a salir de la situación de riesgo.

En cuanto al estigma de la población con problemas de adicción, es latente en la sociedad actual que las mujeres tienen una doble vulnerabilidad cuando se habla de adicciones, y que por ello, es imprescindible trabajar con la perspectiva de género, que aunque está implícita en todo el contenido de la App, también hay un documento específico que ayude a las personas a identificar la situación más desigualitaria de las mujeres, para ayudarlas a superar barreras y a poder mejorar en los tratamientos de adicciones.

## 01 PRESENTACIÓN DE LA HERRAMIENTA DIGITAL ADIC-APP

Otra de las temáticas a destacar es la patología dual, cuando concurre la comorbilidad de adicciones y otro trastorno relacionado con la salud mental, como por ejemplo la depresión, ansiedad, esquizofrenia y otras enfermedades. Dentro de los contenidos se trabaja la definición del concepto y pautas de actuación, así como recursos donde acudir.

Por otro lado, las personas con adicciones, también necesitan conocer la diferencia de los tratamientos por ejemplo la deshabitación y desintoxicación, los recursos donde se efectúa uno y otro, así como las pautas a seguir.

Otros aspectos fundamentales que necesitan tener conocimiento es sobre la autoestima, las habilidades sociales y solución de problemas, junto con la dependencia emocional, de vital importancia para que puedan adquirir un autoconcepto positivo de sí mismas y mismos, además de técnicas y pautas para enfrentarse a las adversidades que pueden aparecerles una vez dejen de consumir.

Además, se les presta la posibilidad de conocer vocabulario sobre adicciones para que amplíen su conocimiento y entiendan más acerca de la enfermedad que presentan.

## 01 PRESENTACIÓN DE LA HERRAMIENTA DIGITAL ADIC-APP

Dejando a un lado, los contenidos de la aplicación con respecto a las adicciones, a través de esta App las personas usuarias, también podrán tener acceso al calendario, donde pueden apuntar sus citas médicas, o pautas de medicación y los y las profesionales también pueden realizarlo.

En cuanto a eventos y noticias, las personas usuarias podrán tener acceso para no desvincularse con las actividades que hay pendientes de realizar y poder asistir a las mismas.

Por otra parte, podrán solicitar contacto a través de la App con las personas profesionales implicadas en el tratamiento si lo necesitan, así como llamadas directamente a teléfonos de urgencias, como el 024, 112 y 016. Así como podrán registrar contactos de seguridad como familiares.

La evaluación de la App se realizará a través de un cuestionario de Satisfacción para mejorar en aquellos aspectos en lo que las personas usuarias no estén del todo satisfechas y necesiten una ayuda más intensa.

## 01 PRESENTACIÓN DE LA HERRAMIENTA DIGITAL ADIC-APP

En referencia al equipo profesional, como se refería anteriormente, son de los Centros Comunidad Terapéutica y Centro de Día, donde existe una variedad de profesionales con perfil de psicología, trabajo social, educación social, sociosanitaria/o y otros perfiles que tienen amplia experiencia en el ámbito de las adicciones y que cada día realizan su trabajo en ambos centros, tratando de mejorar la situación de cada usuario y usuaria a través de los tratamientos específicos en cada centro, así como la dinámica que se desarrolle en cada centro.

A través del equipo de profesionales, se ha puesto en marcha mediante reuniones la presentación de la “herramienta digital Adic-App” y cómo sería la utilización de la misma, para que puedan orientar a los y las usuarias que empiecen a manejarla. Sin embargo, el equipo profesional, tendrá un dominio de la página Web de este mismo proyecto para poder obtener información acerca de usuarios y usuarias, así como de protocolos de actuación.

Este equipo, tendrá diferentes apartados para ver los datos de la persona usuaria y crear una base de datos que ayude a registrar sus datos personales y las sustancias consumidas, así como si presenta alguna patología, recaída, etc., y que le permita conocer en qué estado se encuentra la persona en ese momento.

## 01 PRESENTACIÓN DE LA HERRAMIENTA DIGITAL ADIC-APP

Aunque lo realmente innovador de la web, es que el o la profesional puede tener acceso a diferentes documentos para recibir conocimiento e información sobre diversidad de temáticas.

Podrá encontrar cómo poder trabajar de una forma correcta con personas que estén en baja exigencia y en reducción de daños, especificando aspectos a tener en cuenta y pautas de actuación. Buenas prácticas durante el covid-19, especialmente para tomarlo de referencia si algún momento puntual se vuelve a la situación de emergencia sanitaria.

Podrán diagnosticar si las personas usuarias se encuentran en situación de exclusión social, gracias a la utilización de un diagnóstico que mide exactamente la vulnerabilidad de la persona.

Encontrará entrevistas clínicas y motivacionales que le ayuden a conocer la situación de la persona en el momento del ingreso y los meses posteriores.

Contará con recursos, vídeos y técnicas de relajación que podrán utilizar si en algún momento, debido a la intensidad del trabajo diario con personas con problemas de adicción, pudiera sufrir el síndrome de burn-out y necesitara recurrir a ellos.

También contará con un documento donde describe los primeros auxilios y cómo intervenir en caso de emergencia tanto para profesionales como para personas usuarias.

## 01 PRESENTACIÓN DE LA HERRAMIENTA DIGITAL ADIC-APP

Además, contará con un protocolo específico que apoyará el tratamiento de las mujeres con problemas de adicción, garantizando la perspectiva de género y su adecuación a los recursos, así como pautas en caso de que las mujeres presenten violencia de género y haya que intervenir directamente en esta problemática añadida a su adicción, teniendo en cuenta la situación y presentando una sensibilidad específica en este caso.

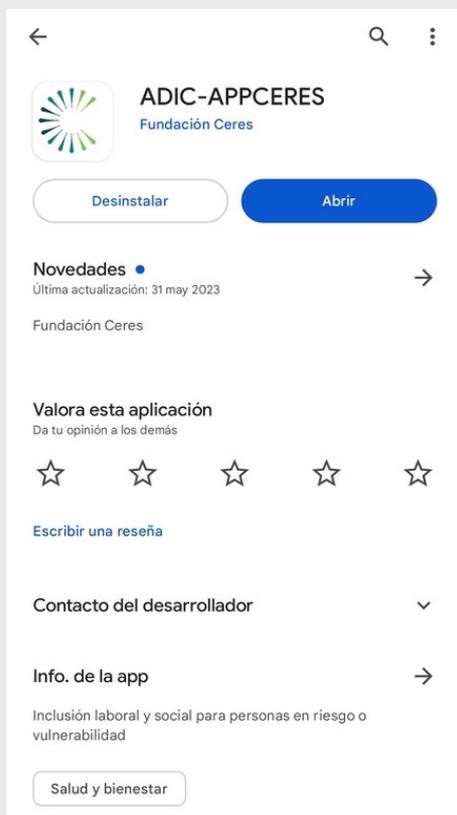
Por último, habrá un protocolo de actuación que recogerá aspectos básicos cómo las recaídas y cómo actuar en caso de que se desarrollen, teniendo en cuenta las diferentes sustancias psicoactivas, como el alcohol, cannabis, cocaína, heroína, metadona, tabaco, adicciones comportamentales como el juego patológico, y además pautas de actuación en caso de que la persona presente tuberculosis.

Todo el contenido está basado en evidencia científica, recogido en diferentes fuentes bibliográficas.

Para terminar y con motivo de recoger el grado de satisfacción de las y los profesionales, se les evaluará a través de un cuestionario en el que medirá aspectos a tener en cuenta para la mejora de la App y de la web, en pro de ofrecer una mayor calidad en la atención de las personas usuarias.

# 01 PRESENTACIÓN DE LA HERRAMIENTA DIGITAL ADIC-APP

En conclusión, el proyecto “herramienta digital Adic-App” es una idea innovadora de trabajar con las adicciones, tanto para profesionales como personas usuarias, que puede permitir mejorar en cuanto a la calidad de las intervenciones y que a ambos perfiles les facilitará luchar contra las adicciones adaptándonos a la nueva situación de la era digital, con una versión diferente, pero motivante que podrá promover a ser un ejemplo para otras personas que deseen utilizarla.



## 02 EVALUACIÓN E IMPACTO

La evaluación e impacto de “Herramienta digital ADIC-APP” se enmarca tanto en las personas usuarias como en el conjunto de profesionales, para ello destacaremos los resultados más significativos.

### 2.1 A) PERSONAS USUARIAS

La aplicación ADIC-APP ha generado un importante impacto en las personas usuarias de los recursos de Fundación CERES.

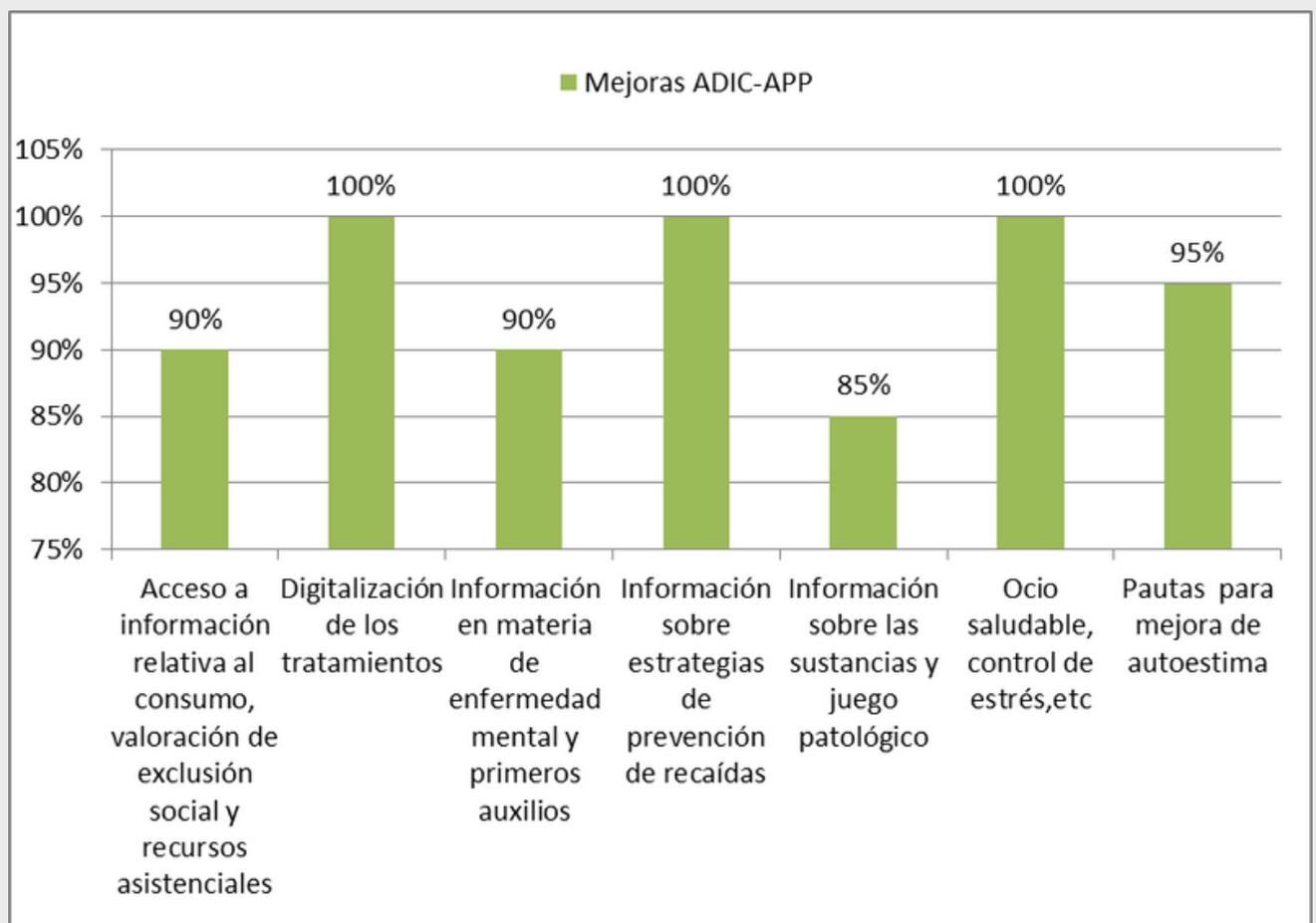
Por un lado, según se muestra en el Gráfico 1, las mejoras con un mayor impacto entre las personas usuarias, son la digitalización de los tratamientos **(100%)**, la proporción de información sobre estrategias de prevención de recaídas **(100%)** y el conocimiento de ocio saludable, control de estrés y prácticas de autorregulación emocional entre otras. Seguidamente, destacan las mejoras en la incorporación de pautas para la mejora de autoestima y satisfacción personal **(95%)**, el acceso a información relativa al consumo, valoración de exclusión social y recursos asistenciales y la información sobre las sustancias y juego patológico **(85%)**.

## 02 EVALUACIÓN E IMPACTO

### 2.1 A) PERSONAS USUARIAS

Por otro lado, la aplicación ha incrementado la información en las distintas áreas de tratamiento y actuación frente a las adicciones de cerca del 100% de personas usuarias, teniendo en cuenta que la muestra analizada se compone de 72 personas en comunidad terapéutica, entre las cuales **13 de ellas han finalizado el tratamiento de forma satisfactoria**, y de 46 personas en tratamiento en Centro de Día, de las que **7 de ellas han finalizado el tratamiento de forma satisfactoria**.

**Gráfico 1. Mejora ADIC-APP en personas usuarias.**



Fuente: Elaboración propia a partir de los resultados de los cuestionarios de satisfacción sobre la "Herramienta digital ADIC-APP".

## 02 EVALUACIÓN E IMPACTO

### 2.1 A) PERSONAS USUARIAS

Consiguientemente, las mejoras atribuibles a la herramienta digital ADIC-APP entre las personas usuarias de los recursos de Fundación CERES, evidencian el alto grado de conformidad en torno a la digitalización de los tratamientos en adicciones. Asimismo, conviene destacar que esta aplicación ha contribuido en el incremento de información sobre las adicciones, recursos asistenciales, enfermedad mental, primeros auxilios, estrategias de prevención de recaída y el ocio saludable, abordando el bienestar biopsicosocial de las personas usuarias por medio de la incorporación de pautas para mejora de autoestima, o el conocimiento del control del estrés, prácticas de autorregulación emocional y sistemas de protección ante situaciones conflictivas. De tal manera, que ADIC-APP se ha convertido en una herramienta que acompaña a nivel digital el tratamiento de adicciones en las personas usuarias.

### 2.2 A) PROFESIONALES

La Herramienta digital ADIC-APP ha contribuido significativamente a que el **90%** de profesionales de Fundación CERES coincidan positivamente en la proporción y recopilación de información sobre buenas prácticas en el tratamiento de las adicciones. La aplicación también ha supuesto que la totalidad de profesionales hayan mejorado su información sobre salud mental y primeros auxilios en el área de adicciones (el **85%** se ha mostrado muy de acuerdo y el 15% se han mostrado algo de acuerdo).

## 02 EVALUACIÓN E IMPACTO

### 2.2 A) PROFESIONALES

El **100%** de profesionales se ha mostrado firmemente de acuerdo sobre la incorporación de contenidos de atención psicológica de entrevistas clínicas y escalas específicas de evaluación en la ADIC-APP. Los materiales accesibles y actualizados de los que cuenta la aplicación ADIC-APP han incorporado y aplican de forma efectiva la perspectiva de género y han contribuido a erradicar la atención segmentaria de género en la intervención de los equipos profesionales (cerca del **80%** de profesionales).

En esta misma línea, cabe destacar que para el **100%** de los y las profesionales, esta herramienta digital es aplicable al trabajo realizado en los recursos de Comunidad Terapéutica CERES y Centro de Día. Asimismo, ADIC-APP ha permitido la digitalización del tratamiento de adicciones en ambos recursos, de tal manera que el **100%** de los y las profesionales manifiestan estar “muy de acuerdo”.

Con relación a otras de las mejoras generadas registradas en el Gráfico 2, identificamos que el **100%** de las personas profesionales se muestran altamente de acuerdo en la aplicación del diagnóstico social a nivel digital asociado a la utilización de ADIC-APP.

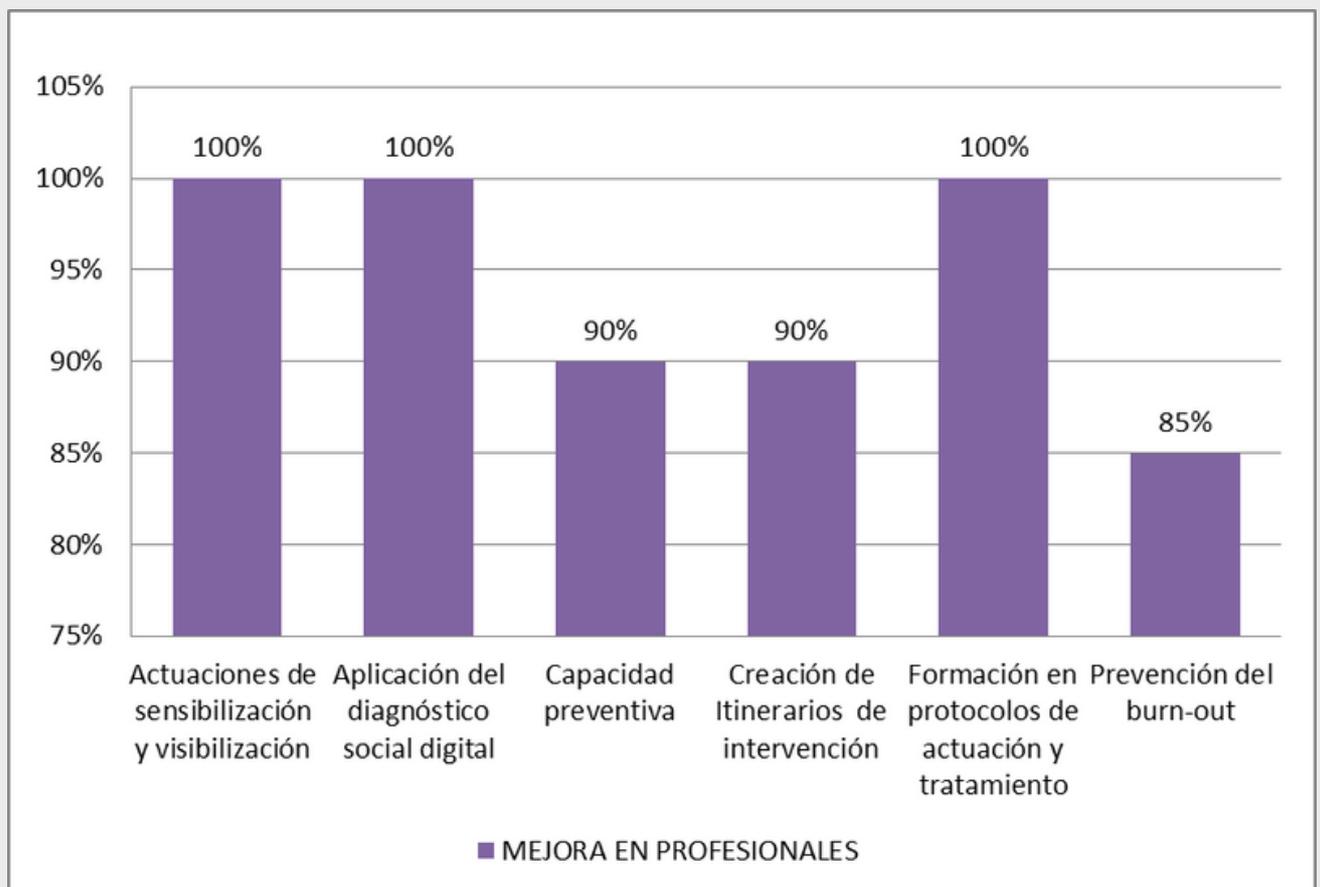
La formación en protocolos de actuación y tratamiento en adicciones es otro de los impactos en los que cerca del 100% de profesionales están de acuerdo. Al mismo tiempo, el **90%** de las personas profesionales se han mostrado muy de acuerdo en torno a la creación de itinerarios de intervención a partir del marco teórico sobre exclusión social y adicciones revisado para la aplicación ADIC-APP.

## 02 EVALUACIÓN E IMPACTO

### 2.2 A) PROFESIONALES

A su vez, destacamos la mejora de la labor del conjunto de profesionales de Fundación CERES, el 100% manifiesta que la herramienta ADIC-APP les ha permitido llevar a cabo actuaciones de sensibilización y visibilización sobre los prejuicios y estereotipos de las personas con problemas de adicción. Del mismo modo, tal y como se observa en el Gráfico 2, otras de las mejoras atribuibles a esta aplicación son la capacidad preventiva (**90%**) y la prevención del burnout del equipo (**85%**).

**Gráfico 2. Mejora ADIC-APP en profesionales.**



Fuente: Elaboración propia a partir de los resultados de los cuestionarios de satisfacción sobre la “Herramienta digital ADIC-APP”.

## 02 EVALUACIÓN E IMPACTO

### 2.2 A) PROFESIONALES

Acerca de la satisfacción del conjunto de profesionales de Fundación CERES con la herramienta ADIC-APP, destacamos su alta satisfacción con respecto a la digitalización del tratamiento. De igual manera, el **75%** de profesionales están de acuerdo en la incorporación de los contenidos de la herramienta digital ADIC-APP como los protocolos específicos de actuación e intervención de Metadona, Alcohol, Cocaína, Cannabis, Tuberculosis y emergencias en su recurso.

## 03 CONCLUSIONES

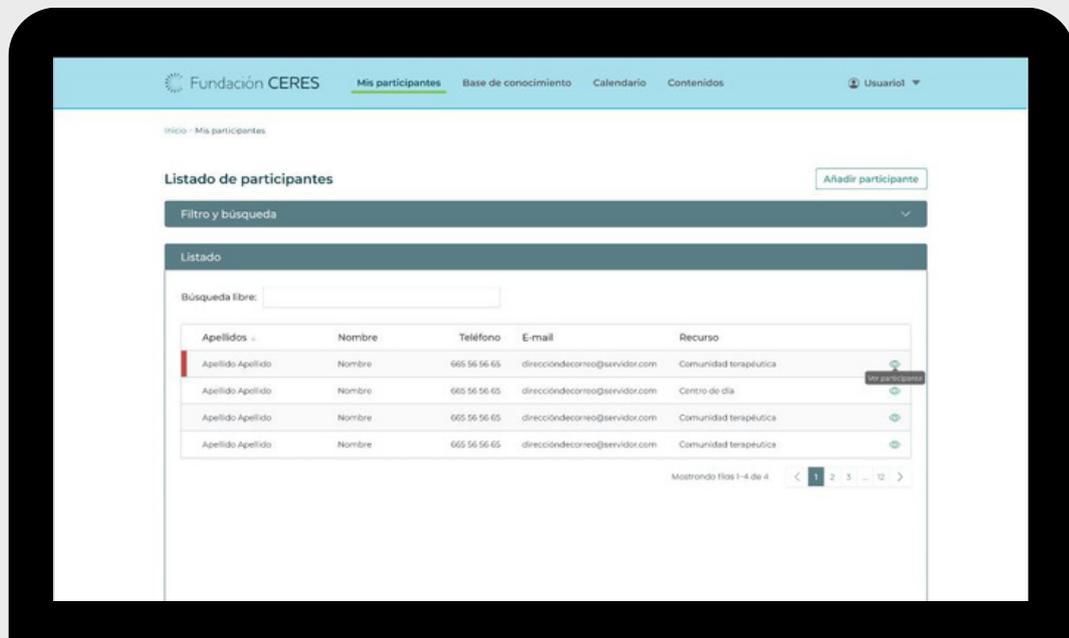
A modo de conclusión, la alta satisfacción por parte de los y las profesionales de Fundación CERES en torno a la utilización de ADIC-APP, evidencia la digitalización de los tratamientos de las adicciones y la capacitación profesional, amparándose también en la alta satisfacción de las personas usuarias en la utilización de la aplicación móvil, puesto que la sinergia entre ambas partes es crucial y mediante la App se considera que existe y que mejora la atención e intervención en el tratamiento de adicciones de Centro de Día y Comunidad Terapéutica y la prevención de situaciones más vulnerables a causa de su enfermedad, así como de factores de riesgo y recaídas.

Concluyendo por tanto, que la **HERRAMIENTA DIGITAL ADIC-APP es una ha mejorado la capacidad de trabajar de forma digital para profesionales y la atención en personas usuarias y es un buen recurso para utilizar en el tratamiento de las adicciones.**

## 04 ANEXOS

### 4.1 CONTENIDO PARA PROFESIONALES

1. BAJA EXIGENCIA Y REDUCCIÓN DE DAÑO
2. BUENAS PRÁCTICAS COVID-19
3. DIAGNÓSTICO SOCIAL. INFORME SISO. BAREMOS
4. ENTREVISTA MOTIVACIONAL
5. EQUIPOS SALUDABLES. PAUTAS DE AUTOCUIDADO
6. EVALUACIÓN INICIAL
7. FICHA DE DATOS PARA REGISTRAR A LA PERSONA USUARIA
8. FICHA DE DATOS PARA REGISTRAR A LA PERSONA PROFESIONAL
9. PRIMEROS AUXILIOS PSICOLÓGICOS Y FÍSICOS
10. PROTOCOLO DE ACTUACIÓN VIOLENCIA DE GÉNERO
11. PROTOCOLOS DE ACTUACIÓN. SEGÚN LA SUSTANCIA CONSUMIDA
12. CUESTIONARIO DE SATISFACCIÓN Y CALIDAD PROFESIONALES



## 04 ANEXOS

### 4.1 CONTENIDO PARA PERSONAS USUARIAS

1. ADICCIONES A SUSTANCIAS
2. ADICCIONES COMPORTAMENTALES
3. AUTOESTIMA
4. CULTIVA TU MENTE
5. DEPENDENCIA EMOCIONAL
6. DEINTOXICACIÓN Y DESHABITUACIÓN
7. EDUCACIÓN PARA LA SALUD
8. EMPLEO Y FORMACIÓN
9. EXCLUSIÓN SOCIAL
10. GÉNERO Y ADICCIONES
11. GESTIÓN EMOCIONAL
12. HABILIDADES SOCIALES Y SOLUCIÓN DE PROBLEMAS
13. PATOLOGÍA DUAL
14. RECAÍDAS
15. SÍNDROME DE ABSTINENCIA
16. SUICIDIO
17. VOCABULARIO
18. CUESTIONARIO DE SATISFACCIÓN Y CALIDAD USUARIAS/OS

