

## Internet y las nuevas tecnologías en la Documentación en Drogodependencias.

Jesús A. Lacoste

Psicólogo, Director del Instituto para el Estudio de las Adicciones

### *Resumen*

Los continuos avances en las telecomunicaciones están imponiendo la creación y desarrollo de nuevas formas de comunicación e interacción entre las empresas, instituciones, ONGs, etc. y la sociedad.

También en el campo de las drogodependencias estos avances están suponiendo una auténtica revolución puesto que a través de los ordenadores los afectados por el uso/abuso de drogas, sus familias, los profesionales que intervienen dentro del área y la comunidad en general pueden acceder a multitud de servicios de una forma sencilla, rápida y cómoda.

Por medio de los recursos que las autopistas de la información (Internet) ofrecen, las instituciones relacionadas con el estudio, asistencia, prevención,... de las drogodependencias pueden ofertar variados servicios que satisfagan las demandas que la sociedad actual plantea.

Internet se ha constituido en un punto de referencia obligado para favorecer la intercomunicación a nivel mundial. La red internet conecta millones de ordenadores de todo el mundo y ello representa un enorme potencial de recursos que las instituciones comprometidas con la prevención y/o asistencia de las drogodependencias están obligadas a usar en beneficio de la propia sociedad.

### *Abstract*

The continuous evolution of telecommunication are imposing the creation and development of new ways of communication and interaction between companies, institutions, organisations, etc ... and society

— **Correspondencia a:** \_\_\_\_\_

Avda. Marítima, 25 • Edif. Jardín del Mar • 38190 • Tabaiaba - Tenerife (Spain)  
Tel.: 902 153 644 • Fax: 922 683 135  
www.ieanet.com • e-mail: iea@ieanet.com



In the drug abuses field these progresses also suppose an authentic revolution, since the use of computers the addict, their families and professionals and the community in general can get through a lot of services in an easy way.

The highways of information (Internet) offer web pages related to the study, attention, prevention... of drug abuses and offer various services that satisfy the needs of society.

Internet is an obliged reference to facilitate communication through the whole world. The internet connects millions of computers worldwide and this represents an enormous potential of resources that institutions involved with prevention or attention of drug abuses are obliged to use in the benefit of society.

---

### *Résumé*

Les progrès continus en télécommunication imposent la création et le développement de nouvelles formes de communication et d'interaction entre les entreprises, les institutions, les organisations non gouvernementales, etc... et la société.

En matière de toxi-dépendances ces progrès supposent une authentique révolution due à l'utilisation des ordinateurs qui permet aux affectés, aux familles et aux professionnels qui interviennent ainsi qu'à la communauté en général d'accéder aux nombreux services d'une façon simple rapide et commode.

Les autoroutes de la communication (Internet) offrent aux institutions relationnées avec l'étude, l'attention, la prévention .... des toxi-dépendances divers services qui répondent à la demande de la société actuelle.

Internet est actuellement un point de référence obligatoire et qui favorise l'intercommunication au niveau mondial. Internet met en contact des millions d'ordinateurs dans le monde entier et cela représente un énorme potentiel de ressources que les institutions qui s'occupent de prévention et d'attention aux toxicomanes doivent utiliser pour le bénéfice de la société.

Este tipo de servicios presenta varias ventajas frente al tradicional, si bien ambos son complementarios. Estas posibilidades o ventajas son:

#### **I. FÁCIL ACCESIBILIDAD.**

Dado la enorme extensión y popularidad que los medios informáticos han tomado en

los últimos años y considerando que buena parte de la educación y/o trabajo se realiza utilizando como instrumento un ordenador, el acceso a estos servicios no supone el aprendizaje de nuevas habilidades sino más bien el desarrollo de unas previamente ya adquiridas.



## 2. ECONÓMICOS.

Si bien se accede a todos estos programas y documentación a través de conexión telefónica, ésta siempre se hace a un número local, con lo cual la llamada siempre tiene carácter metropolitano.

## 3. ACCESO ILIMITADO Y CONTINUO.

La persona que lo desee puede consultar la información disponible en el servidor durante todo el tiempo que desee, no existiendo límite temporal, o tantas veces como considere oportuno. Por otra parte, el acceso es continuo las 24 horas del día y todos los días de año. No hay vacaciones ni bajas de personal que limiten el servicio o restrinjan las consultas a un horario determinado ya que en Internet siempre está 'abierto'.

## 4. RENOVACIÓN CONSTANTE.

Los contenidos, servicios e información es continuamente renovada, o conforme caduca para añadir nuevos datos. La actualización es permanente, sin provocar rupturas ni desfases con lo que se garantiza la plena utilidad que en cada momento puede tener para los usuarios finales.

## 5. MANEJO DE LA INFORMACIÓN.

Si en un momento determinado la información encontrada tiene un interés especial, ésta es susceptible de ser almacenada en el ordenador personal del usuario. Posteriormente, la podrá recuperar, imprimir,...

# LA INFORMACIÓN- DOCUMENTACIÓN EN DROGODEPENDENCIAS A TRAVÉS DE INTERNET. BENEFICIOS Y PERJUICIOS

## I.-CIBERSOCIEDAD Y NUEVAS TECNOLOGÍAS DE LA INFORMACIÓN Y LA COMUNICACIÓN

A lo largo de este siglo XX, muchos han sido los avances sociales y tecnológicos que han influido poderosamente en la vida de las personas; sin embargo, ha sido la explosión de las tecnologías de la información y de las comunicaciones (TIC) quien ha producido la gran revolución que acompañará a este siglo y, al menos las primeras décadas del tercer milenio. Y es que, verdaderamente, la revolución de la información, de la mano de la informática, sólo ha comenzado a despuntar. La lectura del libro *El mundo digital* de Nicholas Negroponte (1995), máximo *gurú* del *Massachusetts Institute of Technology*, es más que sugerente de las posibilidades que implica la transformación de lo analógico en digital, en bits: *Binay Digit*. La información ahora se almacena en los ordenadores mediante unidades binarias, bits, que discrimina dos únicos valores 0 ó 1. Las TIC han alterado nuestra vida cotidiana transformando nuestras costumbres y tradiciones reorganizando el estilo de vida y la forma de trabajar; incluso han modificado las prácticas de ocio. La *sociedad de la información* o *cibersociedad*,



(Joyanes, 1997) como ya se conoce a esta sociedad postindustrial que ha aparecido tras el desarrollo de las tecnologías de la información se caracteriza porque convierte a las TIC no sólo en el eje principal sobre el que giran todas sus actividades, sino porque también considera a las TIC como un bien, fuente de riqueza y principio de organización (Zavala, 1990).

Marshall McLuhan, un sociólogo visionario, se anticipó a su tiempo afirmando que los adelantos de la informática y las telecomunicaciones convertirían el mundo en una *aldea global*; sin embargo, hoy día podemos asegurar que ésto es así ya que las TIC están aboliendo las fronteras, eliminando barreras y haciendo desaparecer las islas: todo y todos podemos estar interconectados con el resto del mundo con sólo disponer de un ordenador y una conexión telefónica. Hoy día somos muchos millones los que ya estamos conectados a la Red Internet y se prevé que sean más de cien millones los que estén conectados en el año 2000. La clave de la nueva revolución es el *cibespacio* (término acuñado por William Gibson en su obra *Neuromancer*, publicada en New York por Ace Books en 1984) o red Internet, que es la gran telaraña informática que une ordenadores dispersos por todo el mundo a través de la línea telefónica (antiguamente de cobre pero paulatinamente sustituida por la fibra óptica que puede soportar un flujo de información 150.000 veces superior y a mayor velocidad).

Un claro ejemplo de la enorme expansión de las TIC es que mientras la radio tardó 30 años en llegar a 60 millones de hogares en Estados Unidos, la televisión 15 y la televisión por cable, 10, la red Internet lo ha logrado en sólo tres años. Estos datos, ofrecidos

por Irving Wladawsky, de IBM, en la primera jornada de Mundo Internet'98 (Madrid, 18-21 de febrero de 1998) ponen de relieve la fulgurante arrancada de este nuevo medio de comunicación. Internet está creciendo a un ritmo sostenido de entre el 80% y el 100% anual en todo el mundo, hasta llegar el año pasado a 75 millones de usuarios. En España, ya se han superado los 1,2 millones de personas conectadas. La importancia de la red para las empresas e instituciones, públicas o privadas, ha pasado de ser algo teórico a la realidad. El acceso como usuarios de correo electrónico está generalizado y la página web corporativa y/o personal es algo normal.

La intervención en drogodependencias se ha beneficiado, si bien sólo en parte, del desarrollo de la informática, y durante la próxima década se beneficiará sin duda del desarrollo de las telecomunicaciones, como ya lo está haciendo la medicina (Pareras, 1997).

Durante las dos últimas décadas, los ordenadores han jugado un papel cada vez más importante en el mundo profesional. Muchos de los instrumentos utilizados en la práctica clínica emplean de un modo u otro circuitos integrados específicamente diseñados para una aplicación. La capacidad de los ordenadores para el procesamiento digital de la imagen ha aumentado espectacularmente en los últimos años. El uso del ordenador como procesador de texto, fuente de información bibliográfica, base de datos, editor de presentaciones multimedia o herramienta de análisis estadístico es bien conocido y de amplia difusión en la actualidad. Es obvio que la aplicación de la informática en cualquier campo profesional ha permitido el desarrollo de nuevas técnicas y ha mejorado la calidad de la atención al paciente. Sin embargo, tal vez

el avance tecnológico de mayor impacto en relación con la informática vendrá de la mano de las autopistas de la información.

Dentro del amplio campo de la atención y prevención de los problemas derivados del consumo de drogas, Internet está suponiendo un gran avance pues facilita por una parte el intercambio de conocimientos y experiencias entre los profesionales y, por otra, la implantación de programas preventivos on-line con destino a la sociedad en general. De esta manera, Internet puede servir de medio en el que se desarrollan los propios programas preventivos o también ser una herramienta de apoyo al servicio de los profesores dentro del marco educativo y de los padres en el seno familiar. Las campañas de sensibilización y de concienciación ante la problemática de las drogas pueden permanecer disponibles en Internet todo el tiempo necesario, sin necesidad de invadir la vida cotidiana de las personas como suele suceder con las campañas en TV. Los programas de prevención con formato de páginas web aportan información, datos, pautas de actuación introduciendo las siguientes ventajas frente al formato tradicional:

- La cantidad de información a transmitir es ilimitada, tanto en formato texto como con imágenes.
- El usuario puede tomar los datos que precisa en un momento determinado, seleccionando los que sean de su interés.
- Siempre está disponible: no hay días festivos, ni noches, ni vacaciones.
- Es un servicio que se sitúa 'al pie' del interesado, en el ordenador de su casa, lo cual exige un esfuerzo mínimo.

- Es un medio interactivo siendo el destinatario final del mensaje también el coautor pues puede colaborar activamente aportando y/o modificando los contenidos.
- Es el canal de comunicación que usan los jóvenes de hoy y será la forma de comunicación de las próximas generaciones.

Pero también Internet puede ser una útil herramienta de soporte a los programas que se desarrollen en la escuela o colegios. El profesor puede realizar determinadas actividades correspondientes a un programa concreto dentro del aula y contar con diversas tareas que el alumno puede llevar a cabo mediante la versión del programa en Internet, con o sin la supervisión de los padres, desde la propia casa o incluso en las clases de informática dentro del colegio. Además, se pueden realizar foros de debate y encuentro familia-escuela, transmitir opiniones, dudas, envío de cuestionarios u otro tipo de material, etc.

Al considerar estos hechos, se hace imprescindible reflexionar sobre las repercusiones positivas y negativas que la utilización masiva y generalizada de Internet por la población general puede tener sobre la ayuda a la personas con problemas derivados del uso/abuso de drogas. Así lo ha considerado la Comisión de Estupeficientes de las Naciones Unidas quien en su 42º período de sesiones (Viena, 16 a 25 de marzo de 1999) ya debatió los efectos de las redes de comunicación, como Internet, sobre el problema de las drogas ([http://www.undcp.org/document\\_1998-12-17\\_1\\_es.html](http://www.undcp.org/document_1998-12-17_1_es.html)). En la Tabla I se recogen los principales beneficios perjuicios.

Tabla 1. Beneficios y perjuicios del uso de Internet en relación con las drogodependencias

Beneficios	Perjuicios
Mejor información y documentación.	Autrotamiento.
Conexión con grupos de apoyo o autoayuda.	Alteración de la relación terapéutica.
Ayuda profesional on-line 24 horas al día, 365 días al año.	Mala Información, Intruismo y publicidad engañosa.
Facilidad y colaboración interprofesionales.	Sobreinformación. Dispersión. Fomento del consumo.
	Riesgo de Adicción a Internet.

## 2.- BENEFICIOS DEL USO DE INTERNET EN RELACIÓN CON LAS DROGODEPENDENCIAS

### 2.a.- Mejor información y documentación

Esta es sin duda la ventaja fundamental. En efecto, las posibilidades que se le abren en este campo tanto al público en general (padres, profesores, jóvenes, etc.) como a la persona con una drogodependencia o a los profesionales del área son enormes. El acceso a cientos de documentos, imágenes y/o revistas electrónicas de la especialidad para obtener información sobre cualquier sustancia, patología o aspecto relacionado con el tratamiento y la libre participación en grupos de discusión (en forma de *lista de distribución* o de *grupos de news*) son ya una realidad en el momento actual. Por otra parte la facilidad de acceso a bases de datos en Centros de Documentación específicos, bibliotecas, universidades, hospitales, organismos sanitarios

privados y oficiales, etc., permite profundizar sobre cualquier asunto que pueda interesar al consumidor de drogas, a sus familiares o a los profesionales que lo tratan. A este respecto hay que señalar que cada vez es mayor el número de ONGs e instituciones públicas y privadas que disponen de páginas web (el primer *web site* sobre este tema en el mundo en español lo creo el Instituto para el Estudio de las Adicciones en 1996) y ofrecen la consulta de sus bases de datos (Fundación de Ayuda contra la Drogadicción, Plan Nacional sobre Drogas, IDEA Prevención, NCADI).

Esta situación indudablemente supone un gran beneficio para la información-educación sanitaria de la población, pero también va a condicionar cambios significativos en el modelo actual de asistencia sanitaria, de tal forma que el que el sujeto tendrá cada vez un mayor protagonismo sobre las decisiones en todo lo concerniente a su salud, al poder verificar por sí mismo si la información que le



proporciona el médico o las alternativas diagnósticas o terapéuticas que se le ofrecen, coinciden con las que el mismo obtiene en las fuentes independientes de información a las que ha accedido (García-Camba, 1998). Todo esto va a obligar al profesional que interviene en drogodependencias a una mayor autoexigencia en su puesta al día para poder hacer frente a personas que cada vez están más informados.

Una mayor información y educación sanitaria tanto general como específica sobre los problemas derivados de uso/abuso de drogas puede reducir las listas de espera y los gastos innecesarios en personal dedicado únicamente a ofrecer información (oral o escrita). Además, el acceso on-line a los más importantes Centros de Documentación facilitará el acceso de los profesionales más reacios a la investigación científica a los últimos avances terapéuticos exigiendo de ellos el mínimo esfuerzo posible (con unos movimientos de ratón puede ser suficiente). Esto, a su vez puede motivar la investigación y, en consecuencia el progreso.

#### **2.b.- Conexión con grupos de apoyo o autoayuda**

La conexión con grupos de apoyo y de autoayuda, son un instrumento muy útil que también es posible en Internet. No es necesario insistir en las ventajas que los grupos de apoyo mutuo tienen en todas las adicciones, que al operar a través de la red permiten conocer los recursos específicos para su adicción, intercambiar información sobre su situación, y mejorar la sensación de aislamiento que su proceso patológico le haya podido producir.

Al relacionarse potencialmente con más de 40 millones de personas es muy probable que exista, en algún lugar del mundo, el gru-

po u organización que puede ayudar al paciente con necesidades menos habituales. Por otra parte personas que viven fuera de las grandes ciudades en las cuales la disponibilidad de tales grupos es mayor, pueden también beneficiarse de su incorporación a los mismos por esta vía. Además, el anonimato físico puede facilitar la comunicación y todas aquellas personas que presentan algún tipo de dificultad para la relación/comunicación en público, verán solventadas sus amarguras pues la expresión se realiza gracias al teclado del ordenador.

#### **2.c.- Ayuda profesional on-line 24 horas al día, 365 días al año**

Al ser Internet una especie de escaparate que permanece abierto de forma continuada desde cualquier parte del mundo, permite el contacto inmediato y cuando se necesita con los profesionales que intervienen en drogodependencias o con otros dispositivos sanitarios o sociales de manera permanente. La utilización de los *grupos de news* o los *chat* como una especie de «teléfono de la esperanza» puede resolver situaciones de crisis o de urgencia a personas que residan lejos de centros médicos, o a aquellos sin recursos económicos, ya que existen direcciones en la red para solicitar consultas gratuitas. En algunos centros, como la clínica de trastornos de la personalidad de la Universidad de Michigan, se ha instaurado el consejo por correo electrónico para el tratamiento de pacientes graves (Johnston, 1996) o el Instituto para el Estudio de las Adicciones ofrece la posibilidad de realizar consultas con un experto a través del correo electrónico.

Por otra parte se ha planteado que el correo electrónico puede ser un objeto transicional que disminuya los sentimientos

de desconexión y separación entre las sesiones psicoterapéuticas de los pacientes con trastorno de personalidad borderline (Hylar, 1997). En estos casos el correo electrónico podría ser un suplemento de las entrevistas cara a cara mantenidas en la consulta médica. Todo esto plantea nuevos retos en nuestra profesión y los profesionales sanitarios en un plazo no muy lejano tendrán que estar muy habituados a estos cambios (Selmi, 1990).

#### 2.d.-Facilidad y colaboración inter-profesionales

Internet abre un nuevo sistema de comunicación entre profesionales que facilita enormemente el intercambio de información. No sólo es posible enviar mensajes, sino que la red posibilita el envío de imágenes o pruebas complementarias de los pacientes en busca de una eventual solución de situaciones clínicas. Mientras que el teléfono permite únicamente el intercambio de información verbal, el correo electrónico ofrece la posibilidad de intercambiar información que incluye las propias imágenes del paciente y todo su historial médico, psicológico o social. Ya no es necesario describir imprecisamente la imagen que el compañero no puede ver.

Los programas gestores de correo electrónico son de uso extremadamente sencillo, y posibilitan el envío y la recepción de mensajes hacia o desde cualquier parte del mundo, de forma prácticamente instantánea, privada y a un coste económico ínfimo en comparación con los métodos de comunicación tradicionales.

También los novedosos programas de telefonía a través de la red y de videoconferencia en tiempo real supondrán un nuevo modo de entender las comunicaciones pues facilitarán

la participación en congresos y reuniones científicas con unos costes muy asequibles puesto que realizar una sesión de videoconferencia con un profesional que resida en EE.UU. a través de una línea telefónica digital (RDSI) resulta incomparablemente más barato que desplazar a dicho profesional hasta el lugar de celebración del evento.

El correo electrónico facilita también el intercambio de información, envío de protocolos, datos clínicos realización test en el domicilio, etc. que permiten tener al día la situación clínica y social del proceso objeto de estudio.

### 3.-PERJUICIOS DEL USO DE INTERNET EN RELACIÓN CON LAS DROGODEPENDENCIAS

#### 3.a.-Autotratamiento

El volumen gigantesco de información que existe en la red y una cierta vulnerabilidad por parte del interesado, puede conducir al autotratamiento y la automedicación, con todos los riesgos de complicaciones que ello implica y una mayor probabilidad de fracaso. Este hecho se agrava ya que cuando se ha fracasado de forma repetida, disminuye la percepción de *locus de control interno* frente a la dependencia, por lo que es muy posible que aparezcan sentimientos de indefensión y la situación personal, familiar, social del individuo entre en una fase muy crítica.

Por otra parte, el riesgo de la automedicación es particularmente preocupante en el caso de los trastornos psiquiátricos. Estas personas pueden mostrar una cierta resistencia al contacto con el especialista por ra-





zones de índole social, prejuicios etc. y la red podría constituir una solución anónima y confidencial muy deseable. A ello hay que añadir que el paciente considera que la escasa necesidad de tecnología médica y exploraciones complementarias en el diagnóstico psiquiátrico puede obviar la relación directa con el psiquiatra. Por otra parte los efectos indeseables de los psicofármacos, sus interacciones medicamentosas y el peligro de adicción hacen que la automedicación en nuestra especialidad comporte riesgos específicos (García-Camba, 1998).

### 3.b.-Alteración de la relación terapéutica

La relación clásica entre el profesional sanitario y el 'enfermo' se está viendo muy afectada desde la aparición de Internet. Ahora, las personas tienen más acceso a la información sobre las adicciones, la salud, los tratamientos, etc. lo que los convierte necesariamente en individuos más exigente y críticos. Los profesionales de la salud deben ir preparándose para este cambio en el que el paciente representa un papel más activo y en el que el principio de autonomía del enfermo dominará su relación con el sanitario.

Por otra parte, la posibilidad de disponer de la información que se precisa o de realizar consultas vía correo electrónico puede implicar una complementación o incluso llegar a suplir la relación directa con los profesionales. Esto conlleva un riesgo adicional: la deshumanización en la relación terapéutica, con acentuación de la vivencia de soledad y de la percepción del binomio salud/enfermedad como una descompesación biomecánica del organismo en la que no influyen los aspectos psicosociales. Además, si en la medici-

na el aspecto relacional juega un papel primordial, en el tratamiento de las drogodependencias, la empatía con el profesional que ha atendido la demanda de tratamiento o el *rappport* que se crea en la consulta pueden ser elementos más que decisivos para iniciar o seguir la deshabituación.

### 3.c.-Mala Información, Intrusismo y publicidad engañosa

La libertad para insertar información en la red y por otra parte la incapacidad para verificar la fiabilidad de esos datos puede dar lugar a casos de intrusismo o fraude. Posteriormente, cuando una persona accede a dicha información, sin ningún tipo de filtro o crítica, puede dejarse llevar por planteamientos nada éticos y muy mal intencionados. Como no existe impedimento ninguno para 'estar' en la red cualquier persona con un costo mínimo puede insertar una página Web autotitulándose experto en cualquier materia o puede presentar unos contenidos sin ningún rigor científico.

Sin embargo, como la censura de contenidos en Internet por el momento no está legislada y en opinión de algunos juristas está incluso fuera de lugar, los derechos del consumidor en un aspecto tan importante como es la salud se tambalean.

Mientras la sociedad no desarrolle de medidas legislativas que garanticen la información que circula en Internet deberemos asumir este riesgo como una realidad.

Esta situación de libertad total plantea otro peligro importante como es la utilización con fines de captación y reclamo por parte de numerosas sectas, las cuales, tras una aparente finalidad altruista, pueden tener efectos muy



destructivos sobre personas sugestionables, con poca fortaleza y equilibrio personal.

### 3.d.-Sobreinformación. Dispersión. Fomento del consumo.

El exceso de información sobre las características de las sustancias catalogadas como drogas, su modo de fabricación u obtención y la forma de adquirirlas puede permitir que personas con muy pocos escrúpulos puedan elaborarlas y utilizar Internet como tienda virtual para comercializarlas. Como ya hemos indicado anteriormente, cualquier persona puede crear una página web y poner en ella los contenidos que más le interesen. Por eso es muy fácil encontrarnos con páginas en las que se fomenta el uso y consumo de drogas o se incita a la fabricación ofreciendo una detallada descripción de todos los pasos a seguir para su elaboración. En algunas páginas hay detalles sobre las fuentes de los precursores químicos y equipo de laboratorio para la fabricación ilícita de drogas, con indicación de los fabricantes de esos materiales que se prestarían a aceptar pedidos de delincuentes o que están situados en Estados cuyas leyes o sistemas reglamentarios de licencias y vigilancia no están a la altura de las normas internacionales. En otras páginas se dan amplios detalles de los precios callejeros actuales de todas las drogas ilícitas, desglosados por países y hasta por ciudades.

Este tipo de web está en el polo opuesto de los que pretender ofrecer datos e información coherentes con el ejercicio de una vida responsable y en pro de la salud. Y justamente, esta oposición de contenidos, pueden conducir a la persona lego en la materia a situaciones de confusión, dispersión y angustia que le abrumen, situándole en un estado de bloqueo e incapacidad de tomar decisiones.

Paradójicamente esta auténtica inundación de información, puede tener un efecto negativo sobre la salud de las personas más vulnerables, al potenciar su inseguridad e impedirle seguir fielmente las recomendaciones terapéuticas del tratamiento o los mensajes preventivos de las campañas de información, pues es muy alta la posibilidad de encontrar informaciones no siempre coincidentes o contaminadas por intereses comerciales.

### 3.e.-Riesgo de Adicción a Internet

La utilización excesiva de la red puede crear conductas de dependencia a Internet o *Netadicción* caracterizadas por un permanecer excesivo tiempo en conexión y el consiguiente abandono progresivo de ocupaciones y relaciones personales/sociales. Según la Dra. Kimberley S. Young, creadora del Center for Online Adicction (<http://netaddiction.com>) y autora del primer libro sobre adicción a Internet (*Caught in the net*), nadie está seguro sobre cuántas personas están afectadas por el uso adictivo de Internet; pero si consideramos las estimaciones de otras adicciones como el alcoholismo o el juego patológico, podría decirse que aproximadamente pueden presentar problemas de adicción a Internet entre un 5-10% de todos los usuarios.

Internet es un conjunto de recursos con diferentes funciones accesibles on-line. Generalmente, los adictos a Internet tienden a formar una atadura emocional con otras personas on-line. Disfrutan con esos aspectos de Internet pues les permite encontrarse, hablar e intercambiar con nuevas personas a través de las aplicaciones interactivas de Internet (como los *chat*, juegos *on-line* o los *newsgroups*). Estas comunidades virtuales crean un vehículo para escapar de la realidad y buscar formas de compensar las necesidades emocionales y psicológicas. En Internet,

se puede ocultar el nombre real, edad, ocupación, apariencia y las características físicas. Los usuarios de Internet, sobre todo aquellos que están solos e inseguros en la vida real, aprovechan esta libertad y rápidamente vierten fuera sus sentimientos más fuertes, secretos más oscuros y los deseos más profundos. Esto crea una falsa ilusión de intimidad, pero cuando la realidad pone de manifiesto las limitaciones que tiene confiar en una comunidad anónima Internet genera una gran desilusión y dolor:

En Internet pueden crearse personalidades muy diferentes a como uno es en realidad. Las personas que usan esta falsa identidad cultivan un cierto «mundo de fantasía» dentro de las pantallas del ordenador. Las personas con mayor riesgo de crear esta nueva pseudo-identidad on-line son las que presentan baja autoestima, sentimientos de insuficiencia y miedo a la desaprobación de los demás. Estos rasgos también pueden conducir a otros trastornos como la depresión y ansiedad, que pueden entrelazarse con el uso excesivo de Internet.

En definitiva, Internet puede convertirse para algunas personas en una nueva adicción con riesgos y daños específicos.

#### 4.-CONCLUSIONES

El análisis del abanico de recursos que caracterizan a Internet permite comprobar que gracias a la gran red informática mundial se alcanza una comunicación más fluida y eficaz permitiendo la transferencia de información y datos científicos en el trabajo técnico y de asistencia de los profesionales que intervienen en drogodependencias, y situar en un escaparate permanentemente abierto y en todo el mundo, una determinada información o documentación con destino a la prevención. Esto supone introducir en cada domici-

lio, centro de trabajo, colegio, instituto, etc. una especie de 'enciclopedia' dinámica en torno al tema específico de las drogodependencias para que cada usuario la utilice en función de las necesidades que le vayan surgiendo. De este modo, Internet, crea lo que podemos denominar 'prevención a la carta', aprendiendo 'justo a tiempo' puesto que en el ciberespacio el aprendizaje acaece cuando se precisa: lo que se requiere está disponible cuando se precisa.

La implantación y desarrollo de las nuevas tecnologías de la información y la comunicación, y muy especialmente la red informática Internet, supone un decisivo progreso y plantea innumerables beneficios a las ciencias de la salud, campo en el que se incluye la atención y prevención de las drogodependencias, tanto en los aspectos educativo-formativos como de investigación y para la práctica clínica. Su utilización progresiva generará cambios profundos en la cultura de la salud, en la atención-prevención de los problemas derivados del uso de drogas y en la relación terapéutica. No obstante, y debido al vertiginoso desarrollo que las telecomunicaciones tienen hoy día, los cambios sólo han comenzado a aparecer por lo que tanto los profesionales como los propios pacientes deben estar preparados para nuevos retos y desafíos. La adecuación y uso de los servicios que Internet ofrece es una cuestión de suma trascendencia pues no hacerlo supondrá perder un tren que viaja sin retorno.

A pesar de todos los riesgos y aspectos negativos que hemos mencionado, estamos convencidos de que los efectos beneficiosos del uso racional de Internet sobre la salud de la población en materia de adicciones superan con mucho sus indudables perjuicios. Internet ayuda a los padres, profesores, jóvenes,... a mejorar su educación-formación sa-



nitaria, a conectar con asociaciones y organizaciones de profesionales, a compartir sus experiencias, y a sentirse más comprendidos y menos aislados.

Las instituciones, las ONGs y todos los profesionales que intervienen en drogodependencias claramente deben apostar por esta nueva forma de comunicación. Aunque algunos de nuestros colegas muestren un cierto recelo hacia la técnica, reafirmando en la importancia de la relación personal y los métodos tradicionales, no hay que renunciar a ningún recurso. Sería un error dejar pasar de largo esta ocasión y quedarnos atrás en este importante momento histórico, ante un maravilloso sistema de información y comunicación que ha revolucionado muchos de los aspectos de la sociedad y la salud pública.

A nivel general, y de acuerdo con Joyanes (1997) el mundo actual se está dividiendo en dos grandes bloques, desde el punto de vista sociológico: (1) *las personas con complejos*, cuya principal preocupación será evaluar las dimensiones económicas, culturales y sociológicas de las innovaciones tecnológicas; y (2) *los usuarios desacomplejados (sin complejos)*, entre los que se encuentran, fundamentalmente, los niños y las personas con mentalidad de niños, que manejan todo con la mayor naturalidad del mundo. Esta revolución informática producirá un cambio social que facilitará la visión de un mundo más democrático. La conversión del planeta en una aldea informativa global juega en contra de cualquier tipo de dictadura.

Para comprobar in situ las bondades y posibilidades de los avances anteriormente descritos o consultar una amplia lista de recursos específicos sobre drogodependencias en Internet sugerimos al lector hispanohablante

interesado visite el sitio web del Instituto para el Estudio de las Adicciones en la dirección URL: <http://www.ieanet.com> y declarado de interés para la Delegación del Gobierno para el Plan Nacional sobre Drogas en mayo de 1999. Recientemente nuestro web ha obtenido una Mención de Honor en los Premios Reina Sofía contra las Drogas. En inglés, se recomienda la visita del web site del National Clearinghouse for Alcohol and Drug Information (<http://www.health.org>)

## REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

García-Camba, E. (1998). *La ayuda psiquiátrica a través de Internet, pros y contras*. Monografías de Psiquiatría; Año X, 2, 34-37.

Hylar S.E., Alessi N.A., Block J, et al. (1997). *Continous clinical case conference Part I and II*. American Psychiatric Association, 150 th Annual Meeting, San Diego.

Johnston C. (1996). *Psychiatrist says counselling via e-mail may be yet another medical use for Internet*. Can. Med. Assoc. J.; 155: 1606-7.

Joyanes, L. (1997). *Cibersociedad: la nueva sociedad de la información. (Orígenes, evolución e implantación)*. *Sociedad y Utopía. Revista de Ciencias Sociales*, nº 9, 83-104.

Negroponte, N. (1995). *El mundo digital*. Ediciones B. Barcelona.

Pareras, L. (1997). *Internet y Medicina*. Masson. Barcelona.

Selmi PM, Klein MH, Sorrel SP, et al (1990). *Computer-administered cognitive-behavioral therapy for depression*. *Am. J. Psychiat.*; 147:51-56.

Zavala, G. (1990). *La sociedad informatizada. ¿Una nueva utopía?*. Trillas. México.