

Desenvolupen una aplicació que valora l'ansietat i permet predir-la

L'eina ha estat testada durant sis mesos i mostra una fiabilitat "excel·lent"



El consum d'ansiolítics ha augmentat durant la pandèmia. | Pixabay

Un grup d'investigadors de l'**IDIBAPS-Fundació Clínic**, l'**Institut d'Investigació Biomèdica de Bellvitge (IDIBELL)** i el **Centre d'Investigació Biomèdica en Xarxa de Salut Mental (CIBERSAM)** han desenvolupat una aplicació mòbil que permet valorar l'ansietat de manera continuada i a temps real. L'eina, que encara no és disponible, ha estat testada durant sis mesos per un centenar de persones i, segons els investigadors, mostra una **fiabilitat "excel·lent"**. Fins i tot, permet predir de manera més precisa si l'usuari tindrà ansietat en el futur. Els resultats del seu ús s'han publicat a la revista **Assessment**.

Fins ara, el procediment per a determinar si una persona té un grau d'ansietat elevat consisteix en una entrevista a càrrec d'un professional sanitari. Els investigadors asseguren que aquest tipus de valoració té algunes **"limitacions"**, derivades de l'autopercepció d'un "procés dinàmic" i de la "inestabilitat" dels records, que poden estar afectats per les emocions i altres factors. Fer-ne un seguiment continu proporcionaria informació valuosa sobre la seva evolució. Per això, es va demanar a **99 persones** que valoressin durant sis mesos en una escala de 0 a 100 la seva ansietat diària, en diversos moments del dia. Es va fer a través d'una aplicació instal·lada al seu telèfon mòbil i amb preguntes molt senzilles.

L'anàlisi de l'ús de l'aplicació demostra una **"molt bona acceptació i seguiment"** per part dels participants. "La majoria van respondre diverses vegades al dia i de manera regular durant els sis mesos de l'estudi", assenyala l'investigador de l'IDIBAPS i membre del CIBERSAM, **Miquel**



Fullana. El cap del grup IMARD, de l'IDIBAPS, i membre del CIBERSAM, **Joaquim Raduà**, explica que "fa temps que sabem que és millor mesurar determinades emocions al moment" així com de forma longitudinal, "durant diversos dies o setmanes". Avui dia, "això es pot fer fàcilment amb un **telèfon intel·ligent**", afegeix.

Al seu torn, **Carles Soriano**, de l'IDIBELL, assenyala que les mesures de l'ansietat al moment, obtingudes amb el mòbil, proporcionen informació addicional i permeten predir millor qui tindrà ansietat en el futur. Així, els estudis que combinen avaluacions longitudinals de l'ansietat mòbil amb altres mètodes d'avaluació "mereixen una investigació addicional" i "poden oferir nous coneixements sobre l'ansietat humana".