

Premio Hestia 2018 al mejor trabajo publicado

Investigador/a: Diego Hidalgo-Mazzei

Institución: Hospital Clínic de Barcelona (IDIBAPS) - Hospital del Mar de Barcelona (IMIM)

Proyecto SIMPLE (Self-monitoring and psychoeducation in bipolar patients with a smart-phone application)

INTRODUCCIÓN: El trastorno bipolar es una enfermedad recurrente de desregulación del estado de ánimo que afecta a aproximadamente 2% de la población mundial, con un impacto significativo en las personas afectas del mismo en cuanto a su calidad de vida, funcionalidad socio-laboral y mortalidad. Estas consecuencias se ven especialmente incrementadas por las constantes recaídas que sufren estas personas de forma constante requiriendo en un importante porcentaje hospitalizaciones por presentar ideas suicidas (muchas veces consumadas) o riesgo para terceros.

Si bien el tratamiento farmacológico logra en parte evitar estas recaídas, tratamientos psicológicos complementarios como la psicoeducación han demostrado incrementar las probabilidades de estabilidad y de un mejor pronóstico. Sin embargo estos tratamientos psicológicos son escasos y de difícil acceso para la gran mayoría de los pacientes. Actualmente el proyecto cuenta con más de 3 estudios en ejecución. A continuación se detallan los resultados del estudio del primer estudio de factibilidad.

OBJETIVOS: El proyecto SIMPLE es una iniciativa destinada a brindar a los pacientes con trastorno bipolar una herramienta gratuita de autogestión de su enfermedad de una forma amable, sencilla y no intrusiva, a través de una aplicación del teléfono móvil inteligente y las innumerables posibilidades que este ofrece. En el estudio de factibilidad el objetivo fue el de evaluar la retención, usabilidad y satisfacción de la app por parte de pacientes reales.

METODOLOGÍA: Durante el desarrollo de la aplicación como también durante su rigurosa evaluación científica, fueron los propios pacientes los protagonistas junto a expertos en el campo y profesionales multidisciplinares al ser codesarrolladores de la app. Durante 8 meses se ofreció a pacientes a una muestra consecutiva de pacientes trastorno bipolar del Hospital Clínic de Barcelona utilizar la versión 1.0 de SIMPLE por 3 meses en sus smartphones realizándose una evaluación presencial al inicio y al final del 3er mes donde se recogían variables sociodemográficas, clínicas y funcionales así como parámetros de uso de la app y satisfacción con la misma.

RESULTADOS: De los 51 pacientes reclutados, 39 pacientes siguieron utilizando la aplicación en los 3 meses del estudio, lo que supone un 76% de retención, en línea o superior con otras intervenciones remotas similares. Los niveles de satisfacción con la aplicación fueron superiores al 80% así como la facilidad de su uso y su utilidad por parte de los pacientes. La correlación del test diario con las evaluaciones gold-standard utilizadas en la práctica clínica para el estado de ánimo resultaron significativas. A los 3 meses de uso de la aplicación, el porcentaje de pacientes con mala y moderada adherencia, disminuyó significativamente desde el 10 al 2% y del 60

al 22%, respectivamente (X^2 8.9 y 20.5, $p < .001$). Los ritmos biológicos medidos por la escala de BRIAN también mejoraron significativamente al comparar el grupo que utilizó la aplicación los 3 meses en comparación con los que la abandonaron el primer mes. Se recibieron 10 alertas de ideación suicida, de las cuáles 4 eran reales y se tomaron medidas para evitar desenlaces adversos.

CONCLUSIONES: La aplicación ha demostrado su factibilidad en un estudio diseñado con estrictas medidas de calidad y lo que es aún más importante con pacientes con trastorno bipolar en un entorno real, al contrario de las muestras de los ensayos clínicos. Actualmente se encuentran en curso 3 estudios en el marco del proyecto SIMPLE para comprobar su escalabilidad (OpenSIMPLE), eficacia con datos pasivos y smartbands (SIMPLE+ y SIMPLEBand) y finalmente su efectividad (Université Clermont Auvergne, Clermont-Ferrand, Francia).