

Una investigación liderada por la UCM diseña una herramienta de evaluación útil y rápida para tratamientos de deshabituación al móvil

- **La Escala de Craving de Adicción al Móvil puede utilizarse en contextos clínicos y en evaluaciones de la población general**

Madrid, 11 de julio de 2017. El uso problemático del teléfono móvil –que deriva en adicción en un 5,1% de los casos entre 16 y 65 años y tiene en situación de riesgo a otro 15,4% de los españoles afectados– puede conducir a pérdidas de control similares a las observadas en otras adicciones. Una investigación internacional liderada por la Universidad Complutense entre la población española ha demostrado que **la urgencia de uso del móvil, en caso de adicción comportamental, es equiparable a la urgencia de consumo en el caso de adicciones a sustancias** como el alcohol, el tabaco y diversas drogas. Para medir este efecto, el estudio liderado por **la Complutense ha desarrollado la primera Escala de Craving de Adicción al Móvil** (MPACS, en sus siglas en inglés), capaz de cuantificar la urgencia situacional ante la imposibilidad de disponer de teléfono móvil en un momento dado. El trabajo, [*Development of a Mobile Phone addiction Craving Scale and its Validation in a Spanish Adult Population*](#), forma parte de una investigación más amplia –abierta y activa– sobre la adicción a los móviles en España y ha sido publicado recientemente en *Frontiers in Psychiatry*. Sus autores son: **José de Sola**, investigador del Departamento de Psicobiología de la Universidad Complutense, **Hernán Talledo**, de la Universidad San Ignacio de Loyola de Perú, **Fernando Rodríguez de Fonseca**, del Hospital Regional Universitario de Málaga, y **Gabriel Rubio**, del Departamento de Psiquiatría de la UCM y el Hospital Universitario 12 de Octubre de Madrid.

El *craving* es un concepto clave en la explicación de una adicción. Podría definirse como el deseo irrefrenable e incontrolable que lleva al consumo de algo a pesar de sus efectos negativos y perjudiciales. Este descontrol impulsivo puede buscar gratificación (refuerzo positivo) o evolucionar hacia una compulsión cuyo objetivo sería la evitación del malestar, es decir, refuerzo negativo. Hasta el momento, la construcción de escalas de craving se ha focalizado en el consumo de sustancias, prestando poca atención a las adicciones comportamentales (a excepción de algunas conductas alimentarias).

La Escala de Craving de Adicción al Móvil (ECAM) desarrollada en esta investigación es una herramienta de evaluación específica, de uso útil y rápido para medir el *craving* en la población general, que **puede utilizarse en contextos clínicos para planificar tratamientos de deshabituación**. Consta de ocho preguntas breves que permiten a un clínico, de forma sencilla, detectar la presencia de *craving* en el uso del teléfono móvil y, por tanto, anticipar el desarrollo de una adicción. Las preguntas miden, en una escala de 1 a 10, el grado de inquietud y ansiedad que produciría en el instante de responder cada una de ocho posibles situaciones cotidianas que impedirían utilizar el móvil, como quedarse sin batería o cobertura.