

## Galicia luchará contra el alcohol durante la adolescencia mediante realidad virtual

- Sanidade adquiere gafas que servirán para que los menores experimenten los efectos del consumo y sus consecuencias. Uno de cada cinco se emborrachó ya con 14 años.



Imagen creada mediante inteligencia artificial de un joven rechazando una bebida alcohólica mientras usa unas gafas de realidad virtual.

alcohol adolescencia consumo Galicia Realidad Virtual

<https://www.lne.es/sociedad/2023/08/05/galicia-luchara-alcohol-durante-adolescencia-90682707.html>

Carmen Villar

Sábado, 05 agosto 2023

Pese a tenerlo prohibido, **este mes consumirán alcohol en Galicia más de seis mil adolescentes** con solo 14 años si se traducen a cifras absolutas los datos de la encuesta del **Plan Nacional sobre Drogas** a estudiantes de enseñanza secundaria. **Uno de cada cinco, de hecho, ya se emborrachó alguna vez**. 14,1 años es también la edad media en la que se estrenan los gallegos más jóvenes en el **alcohol**, la droga con mayor presencia y uso en el colectivo, a pesar de que, como advierte el catedrático de Psicología de la Universidade de Santiago Fernando Cadaveira, especialista en indagar los efectos neurocognitivos del consumo intensivo de **alcohol** en jóvenes, el cerebro en formación es “muy vulnerable”.

Pese a las posibles consecuencias y a que los expertos advierten que la adolescencia es un período “crítico” en el desarrollo de conductas adictivas, el porcentaje de consumidores en el último mes a los 14 años ha experimentado un ligero incremento desde 2018 (del 27,2% ha pasado al 28,5%) y, además 2022 ha sido un año de récord de intoxicaciones etílicas en menores que exigieron la intervención de los servicios de Urgencias del 061: casi dos al día de media.

Aunque los datos sitúan a los adolescentes gallegos, según las encuestas, entre los que menos se embriagaron en el último mes, **la Xunta no quiere bajar la guardia ante lo que define como un “problema de salud pública” y recurrirá a la realidad virtual para apoyar las políticas de prevención del consumo**. Tras impulsar el desarrollo de soluciones de realidad virtual, ha sacado el contrato

para el suministro de 150 gafas que permitirán sacarles partido a esos entornos. Ayuntamientos de Andalucía o de Cataluña ya han experimentado en adolescentes con gafas de simulación de **drogas** y de **alcohol** en sangre que reproducen la deformación de la percepción de la realidad y la merma de facultades de reacción que causa.

El objetivo es “concienciar” y “trabajar en las herramientas de toma de decisiones” en el consumo de **alcohol** de los adolescentes en los institutos de cara a “disminuir lo máximo posible la ingesta. Con las simulaciones de realidad virtual, y a través de las gafas, **se pretende que el alumnado experimente los efectos del consumo del alcohol y sus consecuencias** a partir de una serie de decisiones que va tomando como usuario. Es un método “novedoso” cuya eficacia ahora se testará y la Xunta se apoya en estudios que “avalan las herramientas digitales como elemento motivador”. Así lo explica Silvia Suárez, subdirectora xeral de Programas de Fomento de Estilos de Vida Saludable de Sanidade.

En los pliegos del contrato de las gafas, con un **presupuesto base de licitación de 127.000 euros financiados con fondos europeos**, se recoge cómo el tipo de información que cambia conductas es la que explica, no los motivos, sino cómo hacerlo. “La realidad virtual lo que hace es ponerte en esa situación en ese momento: cómo actuarías tú”, indica Suárez, para quien el programa tiene un aspecto lúdico, pero al tiempo funcionará como “motivador” porque permite vivir la experiencia “en primera persona”.

Los contenidos multitecnológicos están en desarrollo y Sanidade espera poderlos aplicar el segundo semestre del curso, sobre todo en 1º y 2º de ESO. Las gafas se pondrán a disposición de los técnicos de prevención que acuden a los institutos como un elemento “adicional” para su labor.

## **Los mayores se entrenarán con simulaciones para prevenir la fragilidad**

Los adolescentes no son los únicos potenciales beneficiarios de las bondades de la realidad virtual para formarse en hábitos de vida saludable y conseguir que esas costumbres se mantengan en el tiempo. El Sergas también utilizará las gafas en mayores, en el marco de un programa de actividad física que busca la prevención de la fragilidad en el colectivo y que, en su caso, se desarrollará o bien en centros de salud o bien en residencias.

En estos ámbitos se concibe como una actividad grupal dirigida por el personal de enfermería y/o de fisioterapia. A través de varias sesiones y con la ayuda de las gafas, aprenderán a realizar ejercicios de actividad física multicomponente –trabajarán agilidad, fuerza, flexibilidad y resistencia– para que puedan realizarlos en casa, explica la subdirectora xeral de Programas de Fomento de Estilos de Vida Saudable. Para los mayores, la realidad virtual es “motivadora”, sostiene, porque les guía en los movimientos, y, aunque habrá un director por grupo, es como tener un monitor propio. “Multiplica el efecto”, señala. Suárez enfatiza los “beneficios” de la actividad física de cara a una “mejor funcionalidad física” y “cognitiva”. Esta vez se eligió a mayores de 65 años, pero valdría para cualquier edad, ya que es un juego para varios niveles de autonomía y con grados de dificultad. En los mayores se busca prevenir la fragilidad, que puedan ser durante el máximo tiempo posible autónomos.

Los contenidos estarán disponibles en la plataforma Sanidade Mediaverso, donde se reunirán soluciones digitales para promover estilos de vida saludable.