

Yunity360 es una empresa Navarra que se dedica a la integración y creación de entornos virtuales aplicada a la medicina.

REALIDAD VIRTUAL EN EL TRATAMIENTO DE LOS TRASTORNOS PSICOLÓGICOS

La Realidad Virtual (RV) es una nueva tecnología que consiste en la generación de una serie de ambientes tridimensionales en los cuales el usuario, no sólo tiene la sensación de estar físicamente presente, sino que además puede interactuar con ellos en tiempo real. En estos momentos se observa una notable expansión de estas tecnologías en diversos campos, incluyendo el área de la salud. Resulta de especial interés para nosotros la utilización que se ha hecho de la RV como herramienta terapéutica para el tratamiento de distintos trastornos psicológicos. El primer estudio de caso en el que se emplearon las técnicas de realidad virtual fue publicado en 1995. Desde entonces, se han llevado a cabo un notable número de estudios en el campo de la Psicología Clínica centrado en la aplicación terapéutica de la RV, principalmente en el tratamiento de los trastornos de ansiedad. Ya existen datos acerca de la eficacia de los procedimientos de RV para el tratamiento de distintos trastornos psicológicos

La RV supone un cambio cualitativo con respecto a otras tecnologías, como la televisión o la pantalla de un ordenador, ya que permite una inmersión total en una simulación de la realidad donde el usuario puede interactuar con el mundo virtual, de una forma similar a como interactúa con el mundo real. En el campo de la Psicología Clínica, la utilización de esta tecnología implica que podemos disponer de simulaciones de la realidad para llevar a cabo tratamientos psicológicos. Se podrá pensar que esto no es muy nuevo, ya que tradicionalmente en terapia para muchas de estas “simulaciones de la realidad” se ha recurrido a la imaginación del paciente o a procedimientos como el juego de roles. Sin embargo, la ventaja de esta nueva “simulación cibernética” es que cada uno de los elementos, y eventos, que suceden en la misma están bajo el control total del terapeuta. Por ejemplo, para el tratamiento mediante la técnica de exposición de la fobia a volar podemos disponer de un avión virtual con distintas opciones: vuelos de día o de noche, buen tiempo o tormenta, vuelo con turbulencias o sin turbulencias; otra opción es practicar sólo una parte del vuelo que sea especialmente difícil para un paciente, como el despegue. Es decir, podemos despegar varias veces en una misma sesión y sin salir de la consulta, lo que sería imposible utilizando un avión real. La RV nos ofrece algunas ventajas a la hora de aplicar la terapia. En primer lugar, y como acabamos de señalar, el control sobre los eventos que ocurren en el mundo virtual es total, por ello siempre podemos asegurar al paciente que sólo ocurrirá lo que nosotros queramos que ocurra en ese mundo virtual. Esta característica puede potenciar la idea de la terapia como un ambiente protegido, en el que el paciente puede explorar y experimentar sin que haya consecuencias directas, es decir, practicar las destrezas aprendidas en un ambiente protegido para poder aplicarlas después en el ambiente natural. Además, la RV permite la graduación de las dificultades en esa práctica; por ejemplo, es posible disponer de un supermercado virtual en el que se puede graduar la dificultad en función del número de personas presentes para una persona que sufre agorafobia; en cualquier momento se puede decidir que el supermercado esté vacío, o que haya poca gente, o una multitud.