

V Jornada de Psicòlegs de Centres Penitenciaris

Ponència

Teràpia amb programes de realitat virtual

Ponent: Marta Ferrer García

Resum de la ponència

Centre d'Estudis Jurídics i Formació Especialitzada
Departament de Justícia – Generalitat de Catalunya

Barcelona
18 de maig de 2011

TERAPIA CON PROGRAMAS DE REALIDAD VIRTUAL

Marta Ferrer García

Departamento de Personalidad, Evaluación y Tratamientos Psicológicos

Universitat de Barcelona

Resumen

A principios del siglo XXI, Norcross, Hedges y Prochasta (2002) publicaron un estudio en el que 62 expertos en psicoterapia empleando metodología Delphi intentaron responder a la pregunta de cuál es el futuro de la psicoterapia. De las 38 intervenciones psicoterapéuticas estudiadas, se predijo que 18 se incrementarían durante la próxima década. Entre estos 18 tipos de intervenciones, y ocupando el tercer y quinto lugar, se encuentra la realidad virtual (RV) y las terapias mediadas por el ordenador.

Se esté de acuerdo o no con estos resultados, es un hecho que las nuevas tecnologías, especialmente las derivadas del uso de ordenadores, están invadiendo todos los ámbitos de nuestra vida, desde el laboral hasta el del ocio. Igualmente, en el campo de la salud en general y de la salud mental en particular, han proliferado las investigaciones que, aun estando en sus inicios, ofrecen resultados realmente prometedores.

Ya a principios de la década de los 90 se desarrollaron entornos de RV (e.g. el interior de un ascensor, un puente, el balcón de un rascacielos) para el tratamiento de la acrofobia. Los buenos resultados obtenidos extendieron el empleo de la RV al tratamiento de otros trastornos fóbicos (e.g. fobia a volar, fobia a las arañas, claustrofobia, agorafobia, fobia social). La lógica del uso de la RV en estos trastornos parece evidente. Teniendo en cuenta que la exposición a los estímulos temidos se considera el tratamiento de elección en el caso de las fobias, la simulación de las situaciones o los objetos fóbicos mediante esta tecnología permite llevar a cabo la exposición de los mismos de manera flexible, en un entorno seguro, controlado y, al ser menos aversivo, más fácilmente aceptado por parte de los pacientes. Además, al poder llevarse a cabo en la consulta, favorece la privacidad de los participantes y supone un menor coste, incrementando la eficiencia del tratamiento. Por otro lado, dada su naturaleza inmersiva, proporciona experiencias similares a las de la vida real y que dan lugar a una mayor implicación emocional que la que suele conseguirse mediante la exposición en imaginación. El uso de la RV en

psicoterapia se ha extendido más allá del tratamiento de las fobias. El tratamiento del trastorno por estrés post-traumático, del dolor, de las adicciones, del juego patológico y la rehabilitación cognitiva en personas con trastornos psicóticos son otros ámbito en los que se ha empleado esta tecnología.

La investigación llevada a cabo hasta el momento sugiere que la RV es una tecnología útil para la evaluación y tratamiento de gran número de trastornos psicológicos, mostrándose tan eficaz como los métodos clásicos de intervención, entre ellos, la exposición en imaginación o la exposición en vivo. Además, presenta una serie de ventajas que la hacen más adecuada que otros métodos tradicionales en determinados casos, incrementando la eficiencia del tratamiento.

Algunas páginas Web de interés:

- <http://www.previsl.com/es/previ/index.asp>
- <http://www.neurovr.org/>
- <http://www.cybertherapy.info/>
- <http://www.vepsy.com/>
- <http://www.ub.es/personal/rv/rv4.htm>
- <http://www.biopac.com>

Información de contacto:

Marta Ferrer-García, PhD

Departament de Personalitat, Avaluació i Tractament Psicològics

Facultat de Psicologia, Universitat de Barcelona

Mundet, Ponent

Pg. de la Vall d'Hebron, 171

08035 Barcelona

e-mail: martaferrerg@ub.edu