

10/2012

Videojuegos para tratar trastornos mentales



Un videojuego, llamado *Island*, diseñado y desarrollado por un equipo multidisciplinar de clínicos, ingenieros y programadores, del que forma parte el Hospital Universitario de Bellvitge y en el que colaboran las profesoras Rosario Granero y Eva Penelo de la UAB, parece permitir a pacientes con enfermedades mentales adquirir nuevas estrategias para afrontar las propias emociones negativas en situaciones estresantes de la vida cotidiana. Estos pacientes también sienten que utilizando este videojuego participan más activamente en su proceso de recuperación. Así, los videojuegos aparecen con un futuro prometedor como complemento a tratamientos tradicionales de estas enfermedades.

Diversos estudios han demostrado que los juegos de ordenador resultan, además de un entretenimiento, una buena alternativa y complemento del tratamiento en patologías como el asma, el cáncer, el dolor o la rehabilitación motora. Sin embargo, hay una evidente carencia de videojuegos catalogados dentro de la serie llamada "seria" diseñados específicamente para el ámbito de los trastornos mentales, y que tienen como objetivo mejorar las actitudes, conductas y procesos emocionales de pacientes que padecen algún trastorno psicológico.

El videojuego llamado *Island* ha sido diseñado y desarrollado por un equipo multidisciplinar de clínicos, ingenieros y programadores, dentro del marco del Proyecto de Investigación Europeo Playmancer, del que forma parte el Hospital Universitario de Bellvitge y en el que colaboran las profesoras Roser Granero y Eva Penelo de la Universitat Autònoma de Barcelona.

El juego incluye diferentes actividades (como escalar o bucear) ligadas a diferentes niveles de dificultad, y tiene como objetivo que los jugadores alcancen un mayor grado de autocontrol (a diferencia de lo que sucede en los videojuegos tradicionales, que suelen focalizarse en la búsqueda de la ganancia). Mediante un escenario interactivo, la plataforma multimedia *Islands* permite al paciente la detección y el reconocimiento de emociones a partir del habla, los gestos faciales y las propias reacciones fisiológicas (como el ritmo cardíaco o la frecuencia respiratoria) cuando se excitan ciertas reacciones impulsivas, y emplea la retroalimentación para ayudar a los sujetos a aprender habilidades de relajación, adquirir y desarrollar nuevas estrategias de autocontrol y regular las emociones.



Figura 1: Presentación del videojuego interactivo Islands como nueva herramienta terapéutica complementaria del tratamiento psicológico en el Servicio de Psiquiatría del Hospital Universitario de Bellvitge por parte de sus responsables clínicos.

El juego se aplica en un contexto hospitalario controlado y supervisado en todo momento por personal clínico entrenado. El tratamiento habitual de un paciente con problemática de falta de control de impulsos (como trastorno por juego patológico o bulimia nerviosa) suele durar entre 12 y 14 semanas, con una periodicidad de una sesión semanal de videojuego de 20 minutos (incluyendo allí dos líneas base de relajamiento pre y post jugada). Un estudio publicado recientemente sobre la utilidad de la plataforma *Islands* con una muestra de pacientes con trastorno de patología alimentaria y otra de pacientes ludópatas obtuvo resultados satisfactorios. El 84.1% de los sujetos reconocieron como muy útil el videojuego dentro de su plan terapéutico.

Finalizada la fase de intervención los pacientes demostraron haber adquirido nuevas estrategias de afrontamiento de las propias emociones negativas en situaciones estresantes de la vida cotidiana, y fueron capaces de generalizar más patrones y estrategias de autocontrol cuando se enfrentaban a ellas. Estos resultados abren un futuro prometedor al uso de los videojuegos serios como herramientas complementarias a los tratamientos tradicionales, con un alto grado de satisfacción por parte de los usuarios, que a su vez perciben poseer un papel más activo en su propio proceso de recuperación.

Fernando Fernández-Aranda, Susana Jiménez-Murcia, Roser Granero, Eva Penelo.

Roser.Granero@uab.cat

Referencias

Fernández-Aranda F, Jiménez-Murcia S, Santamaría JJ, Gunnard K, Soto A, Kalapanidas E, Bults RG, Davarakis C, Ganchev T, Granero R, Konstantas D, Kostoulas TP, Lam T, Lucas M, Masuet-Aumatell C, Moussa MH, Nielsen J, Penelo E. "Video games as a complementary therapy tool in mental disorders: PlayMancer, a European multicentre study". J Ment Health. 2012 Aug;21(4):364-74.

[View low-bandwidth version](#)