Hospital General Universitario Gregorio Marañón

Laura Rodríguez Gómez, Beatriz Ramos Valdivieso, Sofía Martínez Villar,
Jesús Sánchez Adsuara, Alicia Hatshepsut Cunillera Llorente

USO DE LA REALIDAD VIRTUAL PARA LA INTERVENCIÓN EN SALUD MENTAL

INTRODUCCIÓN

Tecnologías emergentes como inteligencia a
artificial y reali
dad virtual (RV) se integran en la vida diaria.

RV: simulación por ordenador que permite interactuar con un entorno tridimensional artificial, utilizando dispositivos como gafas y guantes para inmersión total. Facilita estrategias de intervención en ambientes controlados.

OBJETIVO

Revisar documentación científica actualizada sobre la herramienta.

Exponer las conclusiones sobre su utilidad en salud mental.

METODOLOGÍA

Revisión de bibliografía relacionada en Scopus, PubMed, Dialnet, Scielo y Google Scholar con las estrategias: ((salud mental) AND (avances tecnológicos)) y ((medicina) AND (salud mental) AND (realidad virtual) AND (tecnología)) y traducciones al inglés.

DESARROLLO

La terapia de exposición en realidad virtual fue eficaz en aracnofobia y miedo a volar. La exposición en vivo fue más efectiva a largo plazo.También en ansiedad social y estrés postraumático obtuvo buenos resultados.

Varios estudios utilizaron la RV para tratar depresiones mostrando mejoras en sintomatología, autocompasión y bienestar emocional.

RV aumentó asimismo autoestima y regulación emocional en esquizofrenia resistente. La terapia cognitivo-conductual con RV mejoró ideación paranoide y funcionamiento social, también reconocimiento emocional y ansiedad en psicosis tempranas.

RV es eficaz también en adicciones tecnológicas.

CONCLUSIONES

RV posee gran influencia en recuperación en salud mental. Es esencial para progreso científico y técnico en ciencias de la salud. La capacidad para crear entornos inmersivos y controlados permite implementar intervenciones innovadoras que facilitan la exploración y tratamiento de trastornos. Ofrece un espacio seguro donde confrontar miedos, practicar habilidades de afrontamiento y experimentar situaciones desafiantes.

RV mejora la eficacia de tratamientos, compromiso y motivación y es accesible y atractiva potenciando la participación y ofreciendo soluciones efectivas y humanizadas que fomentan el bienestar emocional.

SCAN ME

: 19º ENCUENTRO DEL FORO DE ENFERMERAS DE SALUD MENTAL AEESME / COMUNIDAD DE MADRID

AEESME Asociación Española de Enfermería de Salud Mental