

Un estudio de la UJI usa la realidad virtual para mejorar el dolor de la fibromialgia - Diario de Teruel - 29/04/2016

Un estudio de la UJI usa la realidad virtual para mejorar el dolor de la fibromialgia

El ensayo se ha realizado con 60 pacientes del Servicio de Reumatología del Hospital General de Castellón

EFE
Castellón

Investigadores de la Universitat Jaume I (UJI) han demostrado en un estudio que la realidad virtual tiene una alta eficacia en el tratamiento psicológico del dolor de la fibromialgia y ha alcanzado una gran aceptabilidad entre quienes padecen esta enfermedad.

Esta es la principal conclusión de un ensayo clínico controlado, realizado con 60 pacientes del Servicio de Reumatología del Hospital General de Castellón y que ha sido el primero en el mundo que ha utilizado la realidad virtual para tratar la fibromialgia.

Según han informado fuentes de la UJI, los resultados de la investigación, dirigida por Cristina Botella, son de "gran importancia", ya que la eficacia de la realidad virtual en el tratamiento de la fibromialgia también puede conseguirse en el tratamiento del dolor crónico producido por otras enfermedades reumáticas o reumatológicas que afectan al 10% de la población.

La investigación, que han sido publicados en la revista cientí-

fica *The Clinical Journal of Pain*, ha determinado que las personas con fibromialgia que recibieron el tratamiento con realidad virtual mostraron una mejoría clínica estadísticamente significativa, ya que disminuyó el grado de discapacidad y mejoró el estado de ánimo de las pacientes.

La fibromialgia es un síndrome de dolor crónico que causa dolores generalizados durante la mayor parte del día y un profundo agotamiento.

Se trata de un importante problema de salud pública, más común en mujeres a partir de los 40 años, y que produce importantes efectos psicológicos negativos. De hecho, un 35 % de las personas afectadas sufre síntomas de depresión y ansiedad.

El estudio, realizado por el Laboratorio de Psicología y Tecnología (LabPsiTec) de la UJI, dirigido por la profesora Cristina Botella, se centró en el tratamiento psicológico con realidad virtual de uno de los síntomas de dolor crónico más prevalente, que es la fibromialgia.

Según Azucena García, investigadora principal de este estudio, "estas pacientes necesitan

un tratamiento multidisciplinar que incluye un tratamiento médico, uno fisioterapéutico y uno psicológico".

El tratamiento psicológico va dirigido a trabajar la depresión y la ansiedad en las pacientes con fibromialgia y a que aprendan estrategias para afrontar mejor los problemas derivados del dolor.

El tratamiento posee un componente psicoeducativo, con información acerca de qué es el dolor o qué factores psicológicos abren o cierran la puerta al dolor, y un componente de activación del comportamiento sobre el que se aplica la realidad virtual.

García indica que uno de los principales problemas en estas pacientes "es que dejan de hacer actividades debido al dolor, incluidas las que les proporcionan emociones positivas, como cuidar a los nietos, salir con las amigas o hacer actividad física".

Para motivarlas, con la realidad virtual se insertan acciones narrativas, vídeos, músicas, sonidos e instrucciones terapéuticas, algo que es experimentado por las pacientes en grupo y frente a una pantalla grande, lo que les motiva y genera emociones positivas.