



La especialista en Diseño de Videojuegos, Águeda Gómez

La salud mental, desafío del Diseño de Videojuegos

► La primera egresada desarrolla una app para tratar la depresión

Rosavel Talavera. VALENCIA

La primera mujer egresada de España en el Grado de Diseño y Desarrollo de Videojuegos, Águeda Gómez, formada en la Universitat Jaume I de Castelló, anima a las niñas a formarse en carreras técnicas y ha apostado en su tesis doctoral por una aplicación móvil para tratar la depresión.

En una entrevista, la doctoranda explica que todavía no se cree mu-

cho el hecho de haber roto el «techo de cristal», pero admite que le gustaría que alguien le viera «como un caso de éxito».

Gómez, natural de Cuenca, llegó a la UJI buscando expresamente el Grado de Diseño y Desarrollo de Videojuegos, donde se imparte de manera pionera en España. Explica que cuando decidió tomar la rama de tecnología en el instituto «ya era la única mujer»; luego, en la carrera, eran «muy pocas», en el máster menos y aún menos en el doctora-

do. Ella, desde que está en la universidad, ha intentado a través de charlas y vídeos transmitir el hecho de que «si tienes la vocación de hacerlo y tienes la capacidad, el género no debe influir de ninguna manera».

Y reconoce que también es necesario «que se alineen los astros contigo porque no es solo que tú quieras, sino que te apoyen». En su caso, afortunadamente, siempre tuvo el apoyo de su familia.

Para su tesis ha desarrollado un

«serious game», es decir, un juego cuyo objetivo principal no es la diversión o el entretenimiento, sino el aprendizaje o la práctica de habilidades. En este caso se ha diseñado un juego para teléfono móvil para «intervenir en casos de sintomatología depresiva leve o moderada». La investigadora explica que detectaron que había una falta de «serious game» en la literatura científica -y concretamente para teléfonos inteligentes que «pueden dar muchas ventajas al tratamiento de la depresión, uno de los problemas de salud mental más prevalentes».

Lo particular de este proyecto, indica la investigadora, es que utiliza uno de los sensores del móvil para saber si una persona se está moviendo. Eso influye en el juego, es novedoso y pone de manifiesto el hecho de que «no aprovechamos todas las posibilidades que tiene un teléfono de estas características».

El juego surge también de intentar cubrir estos huecos, explica Gómez, como el hecho de «usar esa herramienta que utilizamos diariamente y asimismo poder detectar que realmente estás haciendo algo que beneficia al estado de tu salud mental, como pasear o activarte».

Juegos de construcción

Al mismo tiempo ha intentado «ser lo menos serio posibles para romper un poco la norma general de este tipo de juegos».

Así, se intenta que sea un género de juego popular como son los de construcción de ciudades -como el de las granjas y similares que ya existen- y se crea una narrativa que va evolucionando a través de conversaciones con diferentes personajes; de este modo, se practican diferentes técnicas psicológicas

para enfrentarse a conflictos del día a día.

El objetivo del juego, explica la desarrolladora, es «evolucionar y expandir esa ciudad intentando ayudar a esas personas dentro del pueblo y mejorar a su resiliencia». Por tanto, indica, el fin es «que se pueda aprender a ser más resiliente, es decir, ser capaz de afrontar situaciones adversas de manera adaptativa».

Además se pretende que el usuario esté activo y el juego permite registrar el estado de ánimo y ansiedad: «Puedes ver cómo varían dependiendo de tu actividad física y de lo que has registrado en ese momento».

El juego nació con la vocación de ser «autoaplicado», pero se detectó que «tanto terapeutas como pacientes vieron que podía ser también un buen complemento a la terapia tradicional, como apoyo

entre sesiones». Asimismo, se vio que sería interesante para una persona que ha recibido el alta tras recibir tratamiento, para poder prevenir una recaída.

En cuanto a la autoaplicación, se podría incorporar lo registrado a un portal web para que un terapeuta pudiera supervisar los avances o retrocesos.

Sobre el posterior lanzamiento del juego, la investigadora señala que «sería más fácil que la financiación la aportara una empresa privada, pero sería muy positivo que se pudiera utilizar de forma pública, donde hay mucha lista de espera para recibir tratamiento».

A su juicio, su uso en la sanidad pública «podría ayudar a evaluar la severidad de los síntomas o enseñar a una persona a saber hacer frente a algún problema que no requiera una terapia más intensiva».

Los «smartphone» pueden dar ventajas a la terapia de la depresión