

MEJORAN CONDICIÓN FÍSICA Y ADHERENCIA A LOS PROGRAMAS DE REHABILITACIÓN:

El impacto de las nuevas tecnologías en el monitoreo y tratamiento de pacientes

La incorporación de nuevas herramientas, que rompen con los esquemas tradicionales, está transformando la vida de muchas personas. Los videojuegos, por ejemplo, se han convertido en un puntal para las personas que padecen de artrosis.

La gamificación se ha abierto paso en diversas industrias, donde ha llegado a convertirse en un pilar esencial para la capacitación. Pero, ahora, los videojuegos se han transformado también en una herramienta para el tratamiento de algunas enfermedades como, por ejemplo, la artrosis.

Con la colaboración de la Dirección de Administración en Salud Municipal de Concepción, la Universidad Andrés Bello (UNAB), la Universidad Católica del Maule y la Universidad San Sebastián levantaron un proyecto inédito que podría mejorar la condición física de quienes padecen artrosis y la adherencia de los usuarios al tratamiento.

“La idea es compartir la experiencia que hemos desarrollado en el Cesfam Lorenzo Arenas, donde ya se están utilizando videojuegos como complemento a la terapia física convencional en personas mayores con artrosis de rodilla y cadera”, comenta el kinesiólogo y académico UNAB, Francisco Guede.

Aunque el proyecto comenzó como un ensayo clínico en dicho Cesfam, los resultados han sido tan positivos que el revolucionario sistema podría quedarse. “Estos dispositivos no solo son útiles para el



La gamificación en la salud es un complemento a la terapia física de los pacientes.

tratamiento de la artrosis, sino también para otras condiciones como el dolor lumbar y el síndrome del hombro doloroso”, explica Guede.

De hecho, el equipo detrás de esta innovación en salud ha comenzado a incorporar los nuevos sistemas en salas de rehabilitación comunitarias,

integrándolos como parte del modelo arquitectónico. “Estamos elaborando una guía metodológica que pretendemos difundir a nivel nacional”, detalla el profesor de la UNAB.

LOS BENEFICIOS

El efecto positivo de los

videojuegos activos en la rehabilitación han sido ampliamente documentados en estudios internacionales. “Los resultados de nuestro estudio demuestran que mejoran la movilidad, la fuerza muscular y la capacidad aeróbica de las personas, además de reducir el dolor y mejorar la calidad de

vida”, sostiene el kinesiólogo que lidera el proyecto.

Pero, como toda adopción tecnológica, el sistema no está exento de desafíos. “El mayor obstáculo ha sido la adaptación de los adultos mayores a la tecnología y la resistencia al cambio. Una vez que superan esa barrera, los resultados han sido tremendamente satisfactorios. Las personas no sólo

experimentan mejoría física, sino que también se sienten más motivados y entretenidos durante las sesiones”, relata.

Además, la intervención ha demostrado un alto nivel de adherencia por parte de los usuarios. Así lo refleja la asistencia a las sesiones y el nivel de satisfacción de los usuarios. “Los indicadores han sido muy positivos, lo que nos motiva a seguir promoviendo esta tecnología en otros centros de salud”, subraya el académico.

En tres sesiones semanales, de 50 minutos cada una, los participantes del estudio se abocan a la realización de un set de ejercicios denominado Ring-Fit Adventure de la consola Nintendo Switch, adaptado especialmente a las características del grupo investigado. El juego permite crear rutinas con diferentes grados de intensidad.

“Seleccionamos videojuegos que promuevan la movilidad articular, el equilibrio y la fuerza muscular, elementos clave en la rehabilitación de personas con artrosis. Todo bajo la supervisión de un profesional que guía y ajusta la intensidad del ejercicio según las necesidades individuales de cada persona”, señala el profesor Guede.

REDES SÓLIDAS

Según Tatiana Soto, directora de la Escuela de Salud y Deporte de AIEP, la tecnología fortalece las redes médicas, ayudando a superar desafíos históricos, entre ellos, el acceso centralizado a los antecedentes médicos de los pacientes. Además, dispositivos portátiles para medir glucosa, presión arterial o saturación de oxígeno están mejorando la calidad de vida de personas con patologías crónicas como diabetes e hipertensión.

“Sistemas basados en inteligencia artificial pueden detectar patrones en datos médicos que indiquen un deterioro en la salud del paciente, activando intervenciones preventivas”, indica la docente de AIEP, que valora también el rol de la tecnología en la identificación de patrones epidemiológicos.