

# Implementan terapias con realidad virtual para tratamientos kinésicos

**SALUD.** Especialista explica cómo la tecnología permite simular un entorno imposible de replicar en gimnasios.

Redacción  
 cronica@diariollanquihue.cl

Con lentes de realidad virtual, pacientes con dolor lumbar crónico están siendo tratados en la clínica de kinesiología del Centro de Salud de la Universidad San Sebastián sede De la Patagonia.

La profesional a cargo de este tipo de terapias es la kineióloga y máster en neurorehabilitación, Federica Ramírez, quien explica que la realidad virtual puede alterar la percepción y la atención de las personas mediante simulaciones que estimulan todos los sentidos, de la misma manera que sucedería en ambientes reales. "La realidad virtual permite llevar a los pacientes a espacios virtuales que simulen situaciones imposibles de replicar en un gimnasio, como, por ejemplo, escalar una montaña o tirarse en paracaídas", precisa Ramírez, añadiendo que desde el punto de vista de la rehabilitación, esto permite entrenar mucho más que gestos motores o la fuerza para generar un movimiento, ya que replican realidades de la vida diaria con el estrés real de cada

actividad. A su vez, la especialista detalla que la realidad virtual permite acelerar procesos de rehabilitación, "siendo más efectivos con cada sesión de la terapia y logrando que el paciente se adhiera al tratamiento y logre sus objetivos físicos más rápido, disminuyendo gastos en salud", acotó la kineióloga. Asimismo, explica Ramírez que por medio de la realidad virtual el paciente sana por dos razones: primero, por distracción, "ya que no atiende el dolor, no lo percibe; y dos, por el cambio de la autopercepción del paciente, ya que, por ejemplo, luego de escalar montañas tú te sientes capaz de hacer cualquier cosa".

El director de la carrera de Kinesiología de la USS, Juan Cristóbal Guerrero, remarcó que "la incorporación de estas herramientas permite acercar soluciones a la comunidad, en específico a aquellos usuarios con dolor persistente. Estamos seguros de que estas instancias ayudarán a mejorar de manera significativa la calidad de vida de las personas".

## PROCEDIMIENTO

Específicamente, el tratamien-



EL TRABAJO KINESIOLÓGICO JUNTO A LOS LENTES DE REALIDAD VIRTUAL Y UNOS MANDOS ES GUIADO POR UN KINESIÓLOGO.

to realizado está enfocado a usuarios específicos: adultos que cursan con dolor lumbar persistente. En la evaluación de los pacientes, frecuentemente "nos encontramos con limitaciones de rango de movimiento de columna, disminución de fuerza y de activación de la musculatura. Los pacientes suelen presentar mucha tensión a nivel de sus hombros

y columna baja. Además, de referir dolor en la zona lumbar frente a movimientos extremos. A su vez, existen casos asociados a alto estrés laboral y mala posiciones en la estación de trabajo", detalló la profesional. Para tratarlos -detalla Federica Ramírez- se utiliza una simulación en donde tenía la tarea de subir una montaña. Para esto se trasladó al pacien-

te a una montaña alta, situada en una playa en Brasil, por lo que fue llevado a un ambiente relajante fuera del ambiente laboral, simulando estar en un lugar que normalmente se relaciona con vacaciones. Además de solicitarle una tarea de alta complejidad física y alta recompensa emocional, favoreciendo la salud mental del paciente en el proceso.

Durante la sesión los pacientes pueden "estar" escalando con ayuda del terapeuta por 10 minutos, quien se encarga de facilitar el trabajo de la musculatura de la columna que se encontraba deficiente, cuidando la postura de cada movimiento y evitando compensaciones, además de entregar feedback positivo durante la tarea.