



REALIDAD VIRTUAL Y EXPOSICIÓN

En un caso de fobia a volar

Lozano Castellanos, David; Piñas de la Cruz, Beatriz; Santos Martínez, Inés; García Martínez, Elisa; Huguet Cuadrado, Elena; González del Valle, Silvia; Nieto González, Juan; Colastra Galiano, Irene; Arbulu Franco de Sarabia, Ilyana; Fernández Arias, Ignacio; Larroy García, Cristina.

INTRODUCCIÓN:

A pesar de que la exposición in vivo ha demostrado repetidamente su eficacia y utilidad para el tratamiento de las fobias específicas (Chambless y Ollendick, 2001), en algunos casos su aplicación no es posible o es complicada (p. ej., en la fobia a volar). Actualmente se está produciendo un crecimiento en el empleo y desarrollo de las Nuevas Tecnologías de la Información y la Comunicación (TICs) y la Realidad Virtual (RV) ha encontrado un espacio de trabajo significativo en lo que se refiere al campo de los tratamientos psicológicos, pudiendo solventar algunas de las limitaciones con las que se encuentra el clínico en la aplicación de la técnica de exposición.

OBJETIVO:

En el presente trabajo se presenta un caso en el que se trata una fobia específica a volar en avión, empleando un dispositivo de RV entre las herramientas terapéuticas. El objetivo es ilustrar, dentro del marco de un estudio de caso único, las ventajas y algunas dificultades del empleo de entornos virtuales en la aplicación de la técnica de exposición gradual.

DESCRIPCIÓN DEL CASO:

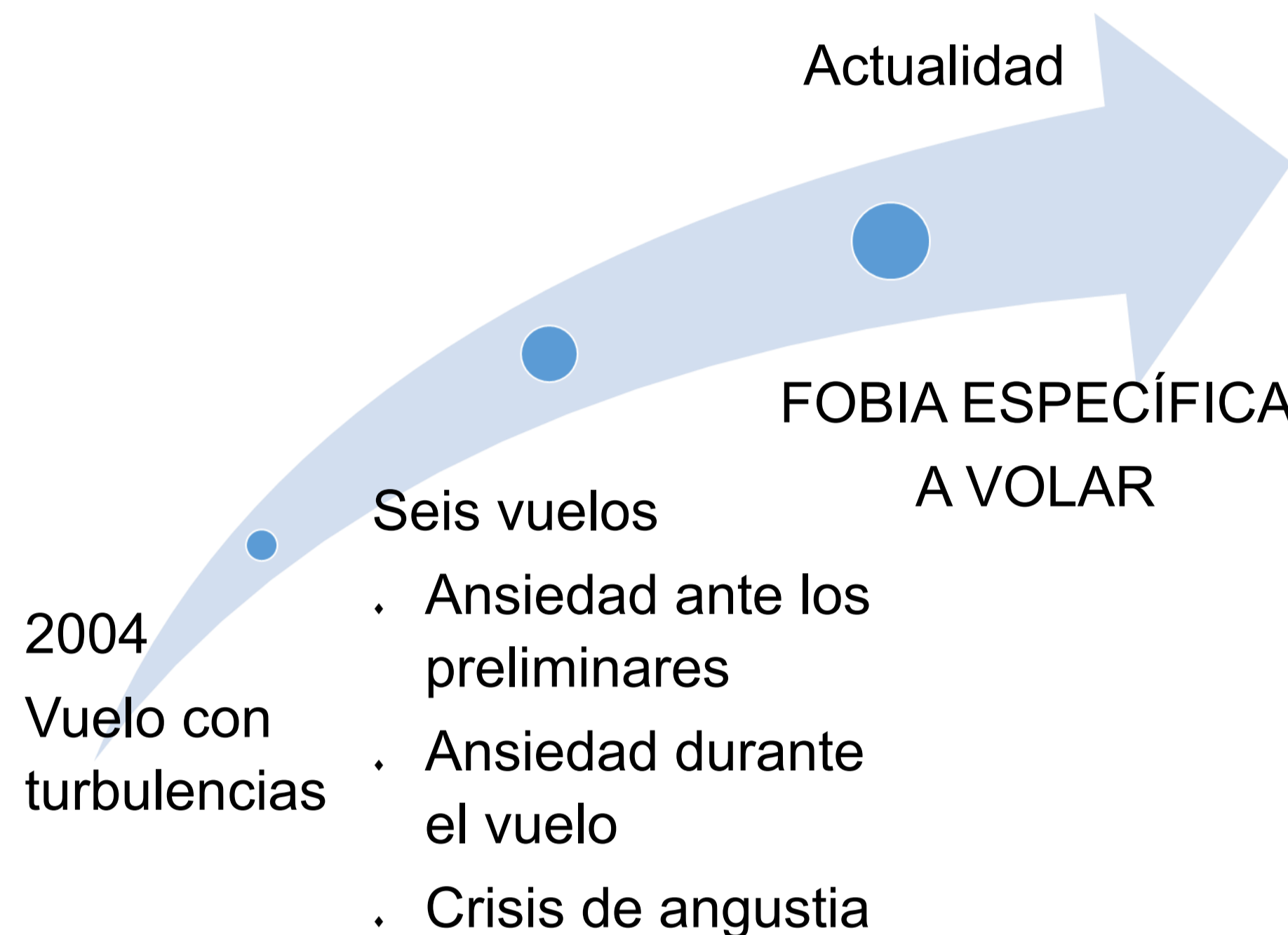


33 años
Administrativa
Casada sin hijos
Sin tratamientos anteriores

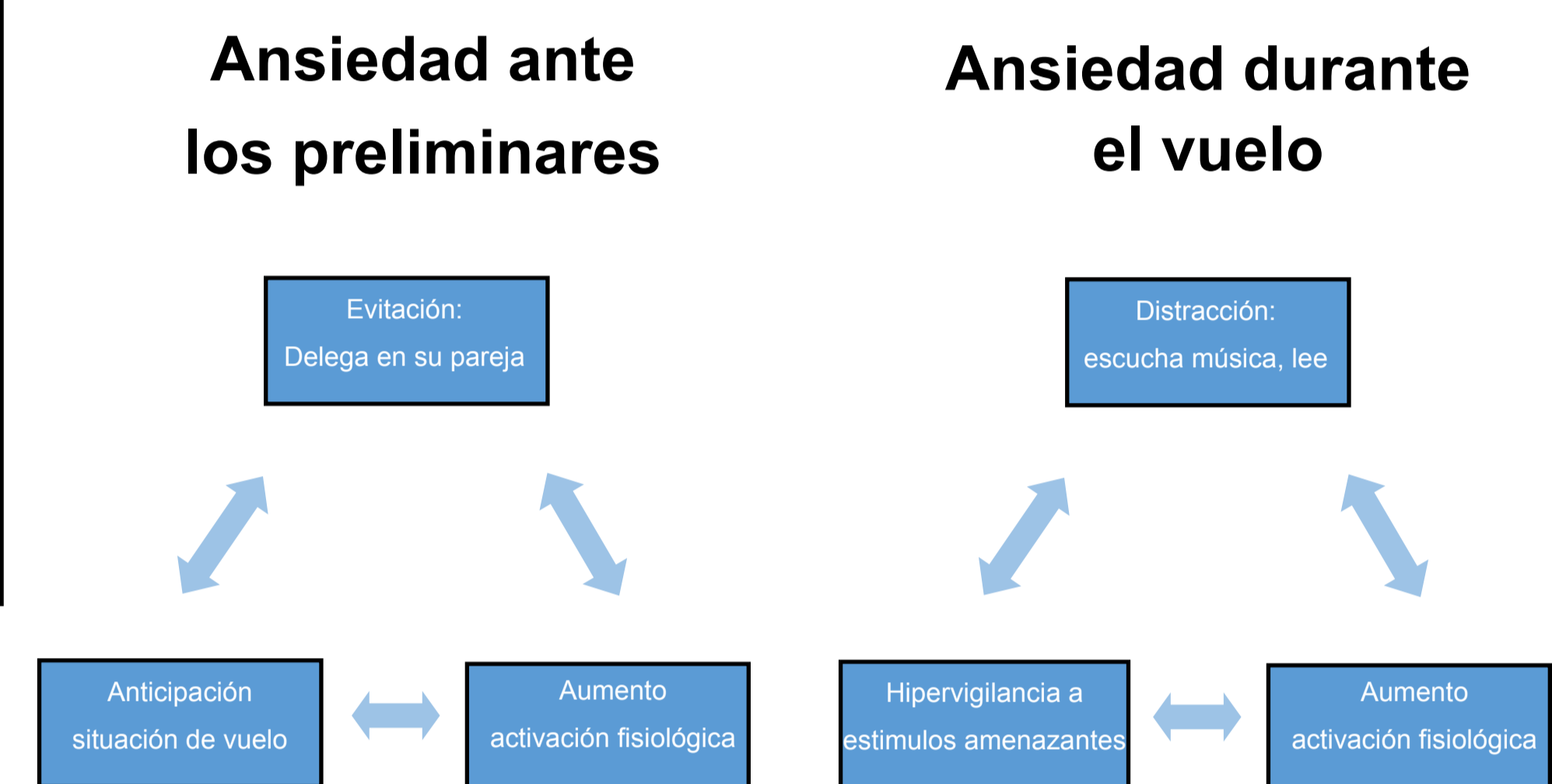
MOTIVO DE CONSULTA:

“Me siento muy limitada por mi incapacidad de viajar en avión”

HISTORIA DEL PROBLEMA:



SECUENCIAS FUNCIONALES RELEVANTES:



RESULTADOS EVALUACIÓN:

En la evaluación Pretratamiento se aplicó el protocolo de screening psicopatológico de la CUP UCM: Entrevista semiestructurada, SCL-90R, MCMI-III, BDI-II, BAI. Las puntuaciones reflejaron un **FUNCIONAMIENTO GLOBAL ADECUADO**.

PRUEBAS ESPECÍFICAS:	PRETRATAMIENTO	POSTRATAMIENTO
EPAV-A	6 Pensamientos catastrofistas no significativos <7	6 Pensamientos catastrofistas no significativos <7
EPAV-B	36 Posible existencia de ansiedad fisiológica subjetiva >19	12 No significativo
EMV	48 Posible miedo a los preliminares >13 Posible miedo durante el vuelo >17	14 Posible miedo a los preliminares Miedo durante el vuelo no significativo

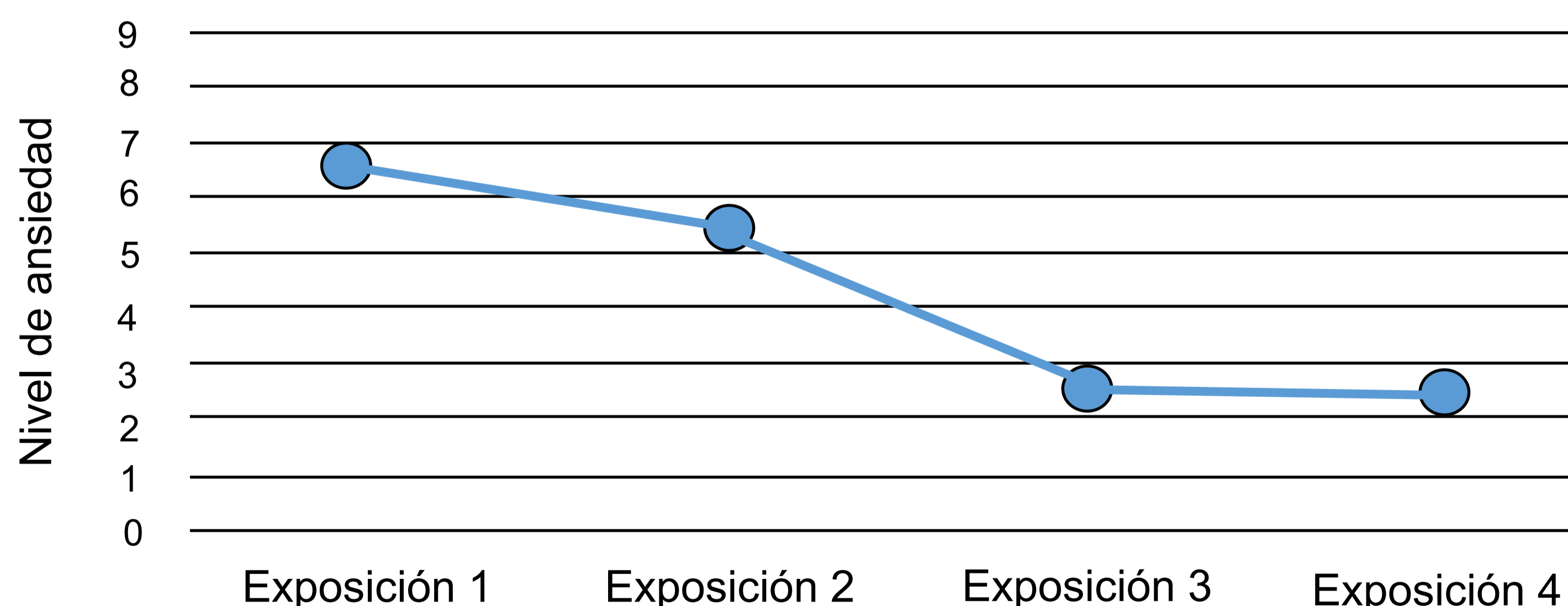
TRATAMIENTO:

- ✓ Psicoeducación sobre el problema
- ✓ Entrenamiento en desactivación fisiológica
- ✓ Entrenamiento en regulación emocional
- ✓ Exposición en Realidad Virtual
- ✓ Exposición in vivo
- ✓ Prevención de recaídas

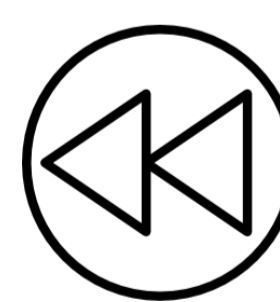
Jerarquía de exposición en RV

- Ir al aeropuerto
- Descenso del avión
- Embarcar en el avión
- La espera al embarque
- Vuelo tranquilo
- Aterrizaje
- Vuelo turbulencias

Exposición en RV al ítem 5: La espera al embarque*



* Se ilustra un ejemplo de la reducción de la ansiedad máxima informada por la paciente durante los cuatro ejercicios de exposición al ítem 5 de la jerarquía.



VENTAJAS Y DESVENTAJAS DEL USO DE LA RV:

- ✓ Control del entorno y de los estímulos moduladores
- ✓ No es necesario esperar a que se produzca el evento
- ✓ Creación de elementos amenazadores no esperables en el mundo real
- ✗ Falta de estandarización de entornos virtuales
- ✗ Posible sensación de mareo “Cybersickness”

AGRADECIMIENTOS:

Nuestro agradecimiento al CAI de psicología de la UCM y a Evelio Huertas Rodríguez por la cesión del equipo de RV a la CUP UCM. Gracias a M.R. por su participación y permiso para la elaboración del presente trabajo.

REFERENCIAS:

- Baños RM, Botella C, Perpiñá C y Quero S.: Tratamiento mediante realidad virtual para la fobia a volar: un estudio de caso. *Clínica y Salud*, 2001;12: 391-404.
- Capafons, J.I., Avero, P., Sosa, C. D. y López-Curbelo, M. (1999). Fobia a viajar en avión: valoración de un programa de exposición. *Psicología Conductual*, 1, 119-135.