

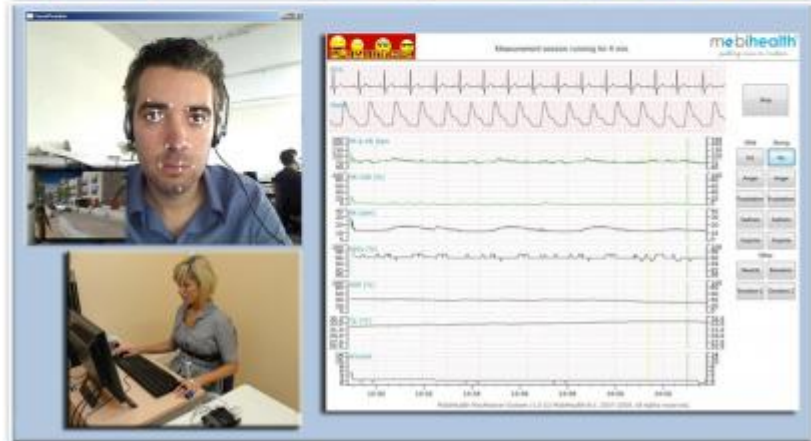
Videojocs per tractar trastorns mentals

10/2012 - **Psicologia.** Un videojoc, anomenat *Island*, dissenyat i desenvolupat per un equip multidisciplinari de clínics, enginyers i programadors, del que forma part l'Hospital Universitari de Bellvitge i en el qual hi col·laboren les professores Roser Granero i Eva Penelo de la UAB, sembla permetre a pacients amb malalties mentals adquirir noves estratègies per afrontar-se a les pròpies emocions negatives en situacions estressants de la vida quotidiana. Aquests pacients també senten que utilitzant aquest videojoc participen més activament en el seu procés de recuperació. Així, els videojocs apareixen amb un futur prometedor com a complement a tractaments tradicionals d'aquestes malalties.



Diversos estudis han demostrat que els jocs d'ordinador resulten, a més d'un entreteniment, una bona alternativa i complement del tractament en patologies com ara l'asma, el càncer, el dolor o la rehabilitació motora. Tanmateix, hi ha una evident mancança de videojocs catalogats dins la sèrie anomenada "seriosa" dissenyats específicament per l'àmbit dels trastorns mentals, i que tenen com a objectiu millorar les actituds, conductes i processos emocionals de pacients que pateixen algun trastorn psicològic.

El videojoc anomenat *Island* ha estat dissenyat i desenvolupat per un equip multidisciplinari de clínics, enginyers i programadors, dins del marc del Projecte de Recerca Europeu Playmancer, del que forma part l'Hospital Universitari de Bellvitge i en el qual hi col·laboren les professores Roser Granero i Eva Penelo de la Universitat Autònoma de Barcelona. El joc inclou diferents activitats (com ara escalar o bussejar) lligades a diferents nivells de dificultat, i té com a objectiu que els jugadors assoleixen un major grau d'autocontrol (a diferència del que succeeix als videojocs tradicionals, que acostumem a focalitzar-se en la recerca del guany). Mitjançant un escenari interactiu, la plataforma multimèdia *Islands* permet al pacient la detecció i el reconeixement d'emocions a partir de la parla, els gestos facials i les pròpies reaccions fisiològiques (com el ritme cardíac o la freqüència respiratòria) quan s'exciten certes reaccions impulsives, i empra la retroalimentació per ajudar als subjectes a aprendre habilitats de relaxació, a adquirir i desenvolupar noves estratègies d'autocontrol i a regular les emocions.



Presentació del videjoc interactiu Islands com a nova eina terapèutica complementària del tractament psicològic al Servei de Psiquiatria de l'Hospital Universitari de Bellvitge per part dels seus responsables clínics.

El joc s'aplica en un context hospitalari controlat i supervisat en tot moment per personal clínic entrenat. El tractament habitual d'un pacient amb problemàtica de manca de control d'impulsos (com ara trastorn per joc patològic o bulímia nerviosa) sol durar entre 12 i 14 setmanes, amb una periodicitat d'una sessió setmanal de videjoc de 20 minuts (incloent-hi dues línies base de relaxament pre i post jugada). Un estudi publicat recentment sobre la utilitat de la plataforma *Islands* amb una mostra de pacients amb trastorn de patologia alimentària i altra de pacients ludòpates va obtenir resultats satisfactoris. El 84.1% dels subjectes van reconèixer com a molt útil el videjoc dintre del seu plan terapèutic.

Finalitzada la fase d'intervenció els pacients van demostrar haver adquirit noves estratègies d'afrontament de les pròpies emocions negatives en situacions estressants de la vida quotidiana, i van ser capaços de generalitzar més patrons i estratègies d'autocontrol quan s'hi enfrontaven. Aquests resultats obren un futur prometedor a l'ús dels videjocs seriosos com a eines complementàries als tractaments tradicionals, amb un alt grau de satisfacció per part dels usuaris, que a la vegada perceben posseir un paper més actiu en el propi procés de recuperació.

Fernando Fernández-Aranda, Susana Jiménez-Murcia, Roser Granero, Eva Penelo.

Departament de Psicobiologia i de Metodologia de les Ciències de la Salut

Fernández-Aranda F, Jiménez-Murcia S, Santamaría JJ, Gunnard K, Soto A, Kalapanidas E, Bults RG, Davarakis C, Ganchev T, Granero R, Konstantas D, Kostoulas TP, Lam T, Lucas M, Masuet-Aumatell C, Moussa MH, Nielsen J, Penelo E. "Video games as a complementary therapy tool in mental disorders: PlayMancer, a European multicentre study". *J Ment Health*. 2012 Aug;21(4):364-74.