

**“Si no puedes contra el enemigo, únete!”:
El uso de los videos juegos en la práctica clínica infantil.**

Los video-juegos: ¿Buenos o malos?.

En la actualidad se ha observado un creciente avance en las tel comunicaciones en nuestro país, Uruguay. El acceso directo a Internet alcanza más del 14 % de los habitantes. Dentro de esta realidad, hallamos un incremento importante en el consumo de video-juegos. Vemos que los niños en edad escolar de los diversos niveles socioeconómicos acceden periódicamente a los mismos generando un modismo con controversiales consecuencias.



Diversas investigaciones vinculan el uso de estos video-juegos con el alto índice de agresividad que se percibe en los niños. Pues los video-juegos más populares suponen contenidos bélicos, criminales o abusan de la destrucción como propio fin. Además de violentos, por el dinamismo de sus imágenes y características en general, parecen contribuir con dificultades atencionales. Unido a esto, aparece el abuso o la adicción a los video-juegos como tema de consulta psicológica o como foco de preocupación de los padres.

Considerando el poder que los video juegos ejercen sobre la población infantil, cabe preguntarse cuan efectivos podrían resultar en la promoción de conductas saludables y motivación para cambio comportamental.

Teniendo en cuenta esta realidad y considerando que la prohibición de su uso podría ser contraproducente para la sociabilización de los chicos con sus pares, podríamos, siguiendo las líneas de investigaciones norteamericanas, introducirlos como herramientas terapéuticas en los diferentes trastornos infantiles.

Explorando su utilidad...

Hemos hallado interesantes investigaciones internacionales sobre la aplicación de los video juegos y de la realidad virtual en el tratamiento de patologías específicas con excelentes resultados.

Uniéndonos al enemigo...

Dentro de las investigaciones halladas hemos seleccionado aquellas que demuestran las ventajas terapéuticas de los video-juegos.

... en los trastornos de ansiedad

Estudios clínicos realizados en el VRMC (Virual Reality Medical Center) en los últimos siete años sobre el uso de la realidad virtual en el tratamiento de fobias específicas, trastornos de pánico y agorafobia revelaron un nivel de efectividad del 92 % aproximadamente. Los video juegos permiten una utilización similar a la de la realidad virtual (exposición, desensibilización, moldeamiento, modelado, condicionamiento) pero con costos y tecnologías más accesibles para nuestra realidad socio-económica.

Tomando como ejemplo un tratamiento de fobia escolar, la utilización de un video juego específicamente diseñado, permitiría al niño exponerse gradualmente (niveles de los juegos) a situaciones temidas en el aula hasta que se sienta seguro y preparado para exponerse "in vivo". Previamente se entrenaría al niño en técnicas de manejo de la ansiedad y afrontamiento de las situaciones temidas.

... en el déficit atencional con hiperactividad

Mediante la utilización de un video juego específico el niño se expondría a situaciones del aula en las que debe realizar las tareas académicas. El terapeuta lo entrenaría previamente en técnicas para mejorar la concentración y poder sortear en el juego los estímulos distractores como ser compañeros que conversan. El niño interactuaría con su maestra y compañeros permitiéndole así desarrollar habilidades sociales y aprender a focalizar su atención en las tareas escolares.

... en el manejo del dolor

En un estudio realizado en la universidad de Wheeling Jesuit por Bryan Raudenbush se encontró que jugar a los videos juegos distrae significativamente a una persona de la estimulación dolorosa. El factor de distracción visual y el juego activo (interactividad) pueden incrementar la tolerancia al dolor. De este modo se plantea la utilidad de los mismos para el afrontamiento y manejo del dolor crónico particularmente en población infantil. Han demostrado tener efectividad en los tratamientos de niños con cáncer.

La tecnología puede darnos una mano...

Los video juegos podrían ser excelentes herramientas terapéuticas dentro del tratamiento cognitivo-conductual con niños. Es posible utilizar las características lúdicas, motivacionales e interactivas de los mismos como herramientas en el tratamiento de diversos trastornos infantiles.

Hemos visto que los *video juegos en general*, pueden emplearse en el manejo del dolor crónico.

Por su parte, los *videos juegos específicos* sobre diversos trastornos antes mencionados (principalmente de ansiedad), permiten exponer y entrenar al niño en el afrontamiento de sus dificultades. El personaje funcionaria como *modelo estilo coping* ya que presentaría la misma dificultad a resolver que el niño. Las distintas pantallas y niveles del juego serían diseñados a fin de *moldear las conductas* adaptativas. Las situaciones y ambiente del juego permitirían la *exposición y desensibilización* específica para el trastorno. La interactividad propia de estos juegos hace más efectivo el proceso de aprendizaje de las técnicas enseñadas por el terapeuta, como ser control de la ansiedad. Estos video-juegos específicos podrían tener también un papel psico-educativo.

Para concluir creemos que como terapeutas debemos adaptarnos a las demandas de la actualidad y aprovechar los recursos tecnológicos para aumentar la efectividad de los diversos tratamientos psicológicos. El uso de los video-juegos como herramienta terapéutica es uno de ellos. Proponemos dejar a un lado el estigma de los videos juegos y de alguna manera "unirnos al enemigo".