



**INTERPSIQUIS**

Congreso Virtual Internacional de Psiquiatría, Psicología  
y Enfermería en Salud Mental

## **USO DE REALIDAD VIRTUAL EN PRÁCTICA CLÍNICA**

Begoña Albalat

[Begona.albalat@campusviu.es](mailto:Begona.albalat@campusviu.es)

Realidad virtual, psicología

### PRESENTACIÓN EN VÍDEO

#### **RESUMEN**

A pesar de que el uso de la Realidad Virtual en la práctica clínica es relativamente nuevo sus beneficios están avalados por la comunidad científica.

Es una técnica que se ha incorporado a la clínica privada pero también en el ámbito de la sanidad pública para el tratamiento de la ansiedad tanto en personas adultas como en la infancia.

En la práctica de la psicología clínica, sobretodo para el tratamiento de la ansiedad, supone beneficios porque agiliza dicho tratamiento y además otorga al profesional la libertad de dirigir los tiempos de exposición a ciertos estímulos.

De otro lado concede el control absoluto de cada una de las variables de manera que el paciente no se vea sobrepasado por una ansiedad inesperada fruto de la situación que rodea al ejercicio de exposición en vivo.

Desde el punto de vista de la organización y los tiempos de la terapia nos concede escenarios que no serían susceptibles de jerarquizar en la situación real como por ejemplo la exposición a un vuelo en avión.

Pero no se utiliza únicamente para la ansiedad, uno de los usos que también se le puede dar tiene que ver con el tratamiento del dolor crónico. En mi caso lo he puesto en práctica con pacientes con fibromialgia y pacientes oncológicos con éxito consiguiendo mejorar su calidad del sueño y su capacidad de gestión del dolor durante ciertas sesiones de tratamiento médico.