



Introducción

Nuestros recursos, los Centros de Día Florencia, están especializados en terapias para personas mayores con deterioro cognitivo. Trabajamos desde la Atención Centrada en la Persona (ACP), por lo que buscar la significatividad en nuestras intervenciones es fundamental para nuestro equipo. Por todo ello, una de las iniciativas de la que más orgullosos nos sentimos gracias a los buenos resultados obtenidos es nuestro Programa de "Nuevas Tecnologías Sin Edad". Nuestro objetivo con este programa es conectar a nuestros/as usuarios/as con una parte importante de la realidad actual; para ello, usamos las nuevas tecnologías de forma personalizada, teniendo en cuenta la historia de vida y el proyecto vital de cada usuario/a.

Más allá de la conexión que permiten, tanto con nuestro entorno más cercano como con otros que nos resultan ajenos, también dan herramientas a las personas mayores para establecer vínculos con las generaciones más jóvenes, así como abrirles al mundo que les rodea y romper las barreras que dificultan su participación más activa en la sociedad.

Algunas de las actividades que incluimos en nuestro Programa implican videojuegos, que usados de una forma personalizada y mediante un conocimiento exhaustivo del medio, pueden ser muy beneficiosos en áreas diversas. Muchas de estas actividades son, con una guía adecuada, fácilmente reproducibles en los hogares de las personas mayores y requieren una inversión muy pequeña en tecnología de fácil acceso.

Objetivos

Nuestro objetivo con este abordaje es utilizar una parte importante del ocio actual a los/as usuarios/as, no solo como forma de acercar las nuevas tecnologías, sino también para aprovechar todos los beneficios terapéuticos y sociales que conllevan.

Wii

Uno de los aparatos que más ha revolucionado el mundo de la fisioterapia y la terapia ocupacional, además de ofrecer un entretenimiento familiar y sano a través de nuevas tecnologías, es la consola Wii de Nintendo. Con su concepto familiar y accesible, haciendo uso del propio movimiento del cuerpo, acercó un sinnúmero de experiencias susceptibles de usarse desde múltiples perspectivas terapéuticas, tanto a nivel físico como cognitivo.

Desde los Centros de Día Florencia llevamos años usando la Wii-terapia a través de varios de sus mejores juegos, con unos resultados excelentes en cuanto a satisfacción de los/as usuarios/as. No solo nos sirve como una terapia física y cognitiva divertida y diferente, sino también como forma de acercar a las personas con juegos multijugador, fomentando la socialización.

Además, su extenso catálogo de videojuegos comprende una gran variedad de profesiones, deportes y actividades que nos facilita la labor de encontrar esa significatividad interactiva que buscamos. Si además le añadimos una gran capacidad para jugar en multijugador y estimular las relaciones sociales, tenemos uno de los mejores aparatos para comenzar un plan de estimulación a través de videojuegos.

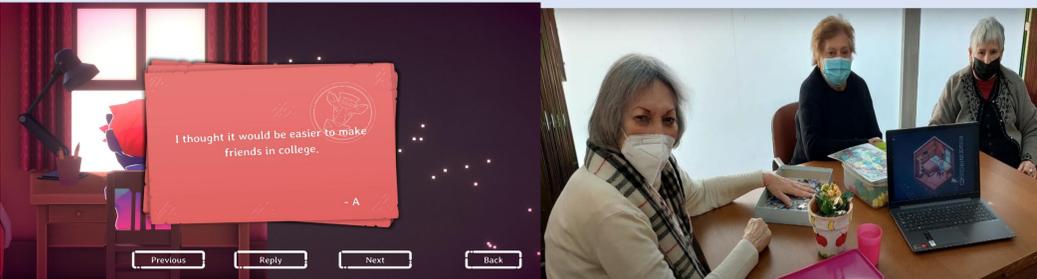
Plataforma necesaria: consola Wii

Metodología

Ya hay una gran cantidad de evidencia científica que pone de manifiesto su potencial terapéutico en diferentes afecciones neurodegenerativas. La aplicación de conceptos como la gamificación, o las posibilidades que ofrecen los *serious games* a la hora de fomentar el aprendizaje en las personas mayores, son algunos de sus efectos con más evidencia. Sin embargo, donde más estudios se han realizado es sobre el potencial que encontramos en la aplicación de videojuegos que estimulan las capacidades físicas de los pacientes, como los que encontramos en la Wii, así como la rehabilitación en el entorno de la realidad virtual, que ahora se está adelantando en el estimulante terreno de la realidad mixta con la tecnología de *Meta Quest 3*.

Hay un factor diferencial entre los videojuegos y otras formas de entretenimiento, algo que solo puede ofrecer este medio, y es la INTERACCIÓN. El concepto de videojuego va unido a una interacción por parte de la persona, algo que, irremediablemente, supone una mayor estimulación e implicación.

Son una expresión artística audiovisual que, más allá de su carácter lúdico y el valor residente en sus tramas, aportan un componente de interactividad. Esta interacción que permiten, abordada desde la atención centrada en la persona, la significatividad y la individualidad de la persona, puede aportar unos beneficios únicos. Al igual que sus historias de vida tienen hitos que la música o el cine pueden revivir y potenciar, un conocimiento del medio de los videojuegos también puede permitirnos acceder a experiencias que resuenen con sus gustos y actividades significativas, pero añadiendo además un componente de interactividad inherente y exclusivo de este sector.



Kind Words

En este videojuego, a través de una pequeña habitación virtual, podemos lanzar preocupaciones, dudas o pensamientos al mundo en forma de carta anónima; cualquier otra persona que esté usando *Kind Words*, en cualquier otra parte del globo, puede encontrar nuestro mensaje y responder, siempre (como regla de funcionamiento del juego) **haciendo uso de empatía y buenos sentimientos**. Además, nosotros mismos **también podemos ser los que proporcionan ayuda** a alguien que la necesite.

Este tipo de actividad, de una forma rutinaria, puede tener un inmenso impacto positivo en la población anciana. No solo es un **estímulo social único**, sino que también es un vehículo seguro para aprender nuevas formas de canalizar ciertos sentimientos e ideas. El beneficio que puede tener este tipo de relación con el mundo en sus esferas social y afectiva es enorme, aunque requiere de cierta mediación por parte de un profesional a la hora de gestionar los sentimientos de ambos lados y para traducir de forma simultánea las cartas, ya que actualmente solo está en inglés.

Plataforma necesaria: PC (Steam)

VR

La realidad virtual es una de las nuevas tecnologías a la que más partido se está sacando en términos de rehabilitación, en esferas muy diferentes. Gracias a la app *Wander* disponible para este hardware, podemos utilizar una aplicación parecida a Google Maps con la cual pueden viajar en primera persona a aquellos lugares que quieran.

Es una forma de reactivar el pasado personal y de ayudar a la persona a mantener su propia identidad. No sólo se van a recordar hechos sino también las emociones que iban ligadas a éstos. Se pueden recordar tanto experiencias personales como hechos en general. En la ACP es una intervención muy valiosa, ya que el hecho de conectar con lo importante y significativo de su trayectoria vital ayuda a reforzar tanto procesos cognitivos como su identidad personal, lo que favorece mantener sentimientos de bienestar y continuidad. Aunque esta es la aplicación que más éxito tiene en nuestros centros, no es la única.

Diferentes empresas de software ofrecen soluciones en VR con programas de estimulación integral, como *Oroi* o *Rehametrics*, que incluyen ejercicios en realidad virtual para trabajar la esfera física, emocional y a nivel ocupacional en actividades cotidianas; por ejemplo, hay ejercicios para hacer la compra en un mercado virtual, coger el metro o pescar, cosas que muchas personas de este colectivo, por su situación global, no pueden realizar en el mundo real. El límite con esta tecnología aún es desconocido; en nuestros centros hemos hecho tours por museos y al zoológico con diversas apps, pero ahora se están aplicando funcionalidades de realidad mixta, integrando los elementos virtuales en el mundo real, para que la persona nunca pierda por completo el contacto con la realidad, y poder ampliar el espectro de tratamiento a grados de deterioro más diversos.

Plataforma necesaria: *Meta Quest 2/3*



Red Dead Redemption 2

La inmensa diversidad de ambientaciones, temáticas y géneros disponibles en el mundo de los videojuegos, más amplio que en el cine debido a su capa de interactividad, nos permite encontrar títulos que resuenen con gustos significativos de la persona si tenemos el conocimiento suficiente del medio. Es difícil que a alguien que le gusta el cine no disfrute con ciertos videojuegos, y es lo que hemos hecho en nuestros centros con los aficionados al *western*. Si unimos una ambientación y un tipo de cine que les trae recuerdos significativos a esa capa de interactividad única de los videojuegos, el potencial para desencadenar reacciones significativas se dispara.

En nuestros centros de día hemos empezado a utilizarlo recientemente con el videojuego *Red Dead Redemption 2*, una oda al cine del oeste que conocen. Con un mundo reactivo lleno de situaciones emergentes y un jugador que haga de mediador de la experiencia, un grupo de usuarios irán dictando cómo debe desarrollarse la historia; todo ello desde una perspectiva lúdica que potencia la diversión, la socialización y la sensación de auto-determinación.

Los/as usuarios/as tendrán que elegir cómo reaccionar ante diversas situaciones, como un asalto a una diligencia, un intento de atraco o gente que necesitará de nuestra ayuda, y el mediador deberá llevar a cabo en la medida de lo posible sus elecciones. No solo eso, sino que su representación detallada de la naturaleza y los entornos permite una terapia de estimulación cognitiva interactiva y muy valiosa relacionada con la flora y fauna, permitiendo que exploren, busquen y razonen mientras el jugador se desplaza por su mundo.

Plataforma necesaria: PC, PS4/5, Xbox One o Xbox Series X/S

Aquí podéis encontrar una muestra de algunas de estas terapias

Kind Words



VR



Replicabilidad

Los videojuegos están muy extendidos en la actualidad, por lo que son un recurso muy accesible, tanto a nivel de información como de precios, pudiendo hacerse con un gran centro de recursos de este tipo con una inversión mínima. Aunque hay aparatos como la Wii que, al estar descatálogos, su adquisición depende enteramente del mercado de segunda mano, los videojuegos que hemos expuesto son accesibles a través de un PC con cierta capacidad para mover videojuegos.

Lo más importante a la hora de trasladar la experiencia es un mediador que, no solo tenga conocimientos de ACP y de las historias de vida de los usuarios que van a participar, sino también un buen manejo del medio para poder utilizar, a modo de caja de herramientas, los videojuegos existentes (tanto contemporáneos como antiguos) a conveniencia de las necesidades de los/as usuarios/as.

Resultados

Los resultados obtenidos en las encuestas de satisfacción, así como el *feedback* obtenido en su aplicación diaria, arrojan una muy buena acogida del uso de los videojuegos en la terapia diaria, tanto de forma grupal como individual. Además, hay un porcentaje de usuarios/as que refieren que el uso de los videojuegos les ha ayudado a conectar en cierta forma con miembros de su familia más jóvenes.

Conclusiones

Aunque aún queda mucha investigación que realizar en este campo, el uso terapéutico de los videojuegos desde una perspectiva enfocada en la atención centrada en la persona puede repercutir en un beneficio global del estado de los/as usuarios/as, incluyendo esferas como la social al facilitar las relaciones intergeneracionales.

Asimismo, dado que el conocimiento de este medio y de la propia persona son las claves de esta intervención, la figura de un asesor en el campo de los videojuegos, especializado tanto en nuevas tecnologías como en la salud, se hará cada vez más necesaria en los equipos multidisciplinares.

Bibliografía

Sancho-Esper, F., Ostrovskaya, L., Rodríguez-Sánchez, C., & Campayo-Sánchez, F. (2022). Virtual reality in retirement communities: Technology acceptance and tourist destination recommendation. *Journal of Vacation Marketing*. Published online first (In Press): <https://doi.org/10.1177/13567667221080567>.

Saleh Kalantari, Tong Bill Xu, Armin Mostafavi, Benjamin Kim, Andrew Dilanchian, Angella Lee, Walter R Boot, Sara J Czaja, Using Immersive Virtual Reality to Enhance Social Interaction Among Older Adults: A Cross-Site Investigation, *Innovation in Aging*, Volume 7, Issue 4, 2023, igad031, <https://doi.org/10.1093/geroni/igad031>

Cardona, J.S., Lopez, J.A., Vela, F.L.G. et al. Meaningful learning: motivations of older adults in serious games. *Univ Access Inf Soc* (2023). <https://doi.org/10.1007/s10209-023-00987-y>

Afridi A, Rathore FA, Nazir SNB. Wii Fit for Balance Training in Elderly: A Systematic Review. *J Coll Physicians Surg Pak*. 2021 May;30(5):559-566. doi: 10.29271/jcpsp.2021.05.559. PMID: 34027869.

Lima, A.; Moreira, M.T.; Ferreira, M.S.; Parola, V.; Mendes, D.T.; Nóbrega, M.d.P.; Fernandes, C. Efficacy of the Use of Wii Games in the Physical and Functional Training of the Elderly: Protocol of a Systematic Review. *BioMedInformatics* 2023, 3, 73-81. <https://doi.org/10.3390/biomedinformatics3010005>

UNA INTERACCIÓN SIGNIFICATIVA PARA CADA PERSONA



LAS POSIBILIDADES SON INFINITAS