

Póster: Inducción de Emociones Positivas Utilizando TIC como Complemento para la Regulación de la Actividad en el Tratamiento de la Fibromialgia

Induction of positive emotions using Information and Communication Technologies as an adjunct to activity pacing in the treatment of fibromyalgia

Molinari G.¹, Vizcaíno Y.¹, Herrero R.¹, García-Palacios A.¹, Botella C.¹
¹*Universitat Jaume I, Castellón (España).*

El siguiente texto corresponde al abstract de uno de los póster del International Forum on Health Care and Information Communication Technology (HICT), celebrado en Barcelona, entre el 8 y el 10 de marzo de 2011. Organizado por el Laboratorio de Psicología y Tecnología (LabPsiTec), de la Universidad Jaume I de Castellón y de la Universidad de Valencia; el Grupo de Psicología, Salud y Red (PSINET) de la Universitat Oberta de Catalunya y el Centre for Research in Family Health, del IWK Health Centre, de Canadá. Se trata del primer foro internacional de estas características, cuyo objetivo fundamental es crear un espacio común para investigadores, estudiantes y profesionales del ámbito de la Salud y las Tecnologías de la Información y la Comunicación. Bajo el título Descubriendo la Amplia Gama de Usos de las TIC en la Salud, el Foro pretendía compartir conocimientos y experiencias de investigación para explorar cómo las TIC pueden ser utilizadas en el ámbito de la salud para evaluar, prevenir y gestionar las cuestiones relacionadas con la salud.

La Fundación para la eSalud-FeSalud, editora de la RevistaeSalud.com, quiso apoyar la celebración de este Foro internacional, mediante la edición en el número 26 de la publicación de los Abstract de las conferencias, los pos-

ters y workshops presentados durante esta reunión científica, contribuyendo de esta forma a la divulgación de actividades científicas relacionadas con la eSalud.

La *RevistaeSalud.com* es, por tanto, la publicación científica oficial del HICT 2011.

Introducción: En los últimos años, se han desarrollado tratamientos cognitivo-comportamentales (TCC) para la fibromialgia con resultados prometedores. En un meta-análisis reciente, se concluyó que los TCC mejoraron las estrategias de afrontamiento del dolor y disminuyó el estado de ánimo depresivo, así como la búsqueda de atención médica (Bernardy, Füber, Köllner y Haüser, 2010). Sin embargo, los resultados obtenidos son todavía modestos. Las tecnologías de la información y la comunicación (TIC) pueden ayudar a mejorar la eficacia de los TCC. Uno de los elementos clave en los TCC para la fibromialgia es la regulación de la actividad (pacing), un componente dirigido a aumentar la activación comportamental y la participación de las pacientes con fibromialgia en actividades significativas de la vida diaria, de una manera equilibrada. Sin embargo, es difícil para las pacientes con fibromialgia comenzar a realizar esas actividades y mantenerlas. Nuestro equipo de investigación ha desarrollado un escenario de realidad virtual (RV) para la inducción de emociones positivas y el incremento de la motivación relacionada con las actividades diarias utilizando varios elementos: música, imágenes, narrativas y videos. El objetivo consiste en exponer a las pacientes con fibromialgia a un escenario virtual en el marco de un programa de TCC, para promover la motivación e incrementar la probabilidad de que realicen actividades programadas.

Objetivo: El objetivo del presente trabajo es poner a prueba de forma preliminar la eficacia de un componente de realidad virtual en el marco de un TCC para la fibromialgia.

Método: 20 mujeres diagnosticadas de fibromialgia (ACR, 1990) experimentaron un escenario de realidad virtual en el marco de una sesión de TCC. Para evaluar los cambios producidos, las pacientes contestaron a varias escalas tipo Likert antes y después del procedimiento de inducción emocional mediante realidad virtual. Dichas escalas medían: intensidad del dolor, intensidad de la fatiga, estado de ánimo general, intensidad de emociones específicas, sensación de autoeficacia y motivación relacionada con las actividades diarias.

Resultados: Los resultados indican un incremento en las emociones positivas y la motivación.

Conclusiones: Estos resultados son prometedores e indican que el componente basado en TIC provocó los efectos esperados: mejoras en el estado de ánimo y en la motivación. Por lo tanto, los resultados alcanzados son alentadores a la hora de incluir el componente basado en TIC como complemento para la regulación de la actividad (pacing) en el tratamiento psicológico de la fibromialgia.

Introduction: Cognitive behavioural programs (CBT) for fibromyalgia (FM) have been developed in the last years with promising results. The conclusions of a recent meta-analysis were that CBT improved coping with pain and reduced depressed mood and healthcare-seeking behavior (Bernardy, Füber, Köllner & Haüser, 2010) However, the achieved outcomes are still modest. Information and Communication technologies (ICT) could help to enhance the effects of CBT. One of the key elements in CBT for FM is activity

pacing, a behavioural component aimed to increase behavioural activation and the involvement of FM patients in significant daily activities in a balanced way. However, it is difficult for FM patients to start doing activities and maintain those activities. Our research team has developed a Virtual Reality (VR) scenario for the induction of positive mood and increment of motivation related to daily activities using several elements: music, pictures, narratives and videos. The idea is to make FM sufferers experience this VR scenario in the framework of a CBT program to promote motivation to increase the probability of doing programmed activities.

Aim: The aim of this work is to test preliminarily the effect of this VR-based component.

Methods: Twenty FM sufferers (ACR, 1990) experienced the VR scenario in the framework of a CBT session. In order to test the changes achieved, the participants rated several variables in likert-type scales before and after experiencing the VR induction

procedure: Pain and fatigue intensity, general mood; specific emotions; self-efficacy and motivation related to daily activities.

Results: Results indicated an increase in positive emotions and motivation. Conclusions: These findings are promising and indicate that the designed ITC-based component provoked the expected effects: improve in mood and motivation. These results are encouraging in order to include this ITC-component as an adjunct to the activity pacing component in the psychological treatment of FM.



RevistaeSalud.com es una publicación electrónica que intenta promover el uso de TICs (Tecnologías de la Información y las Comunicaciones) con el propósito de mejorar o mantener la salud de las personas, sin importar quiénes sean o dónde estén.

Edita: FESALUD – Fundación para la eSalud
Correo-e: cperez@fesalud.org
ISSN 1698-7969



Los textos publicados en esta revista, a menos que se indique lo contrario, están sujetos a una licencia de Reconocimiento-NoComercial-SinObraDerivada 2.5 de Creative Commons. Pueden copiarse, distribuirse y comunicarse públicamente, siempre que se citen el autor y la revista digital donde se publican, RevistaeSalud.com. No se permite su uso comercial ni la generación de obras derivadas. Puede consultarse la licencia completa en: <http://creativecommons.org/licenses/by-nc-nd/2.5/deed.es>