

Juegos para la salud

Aristides Ávila Odreman

Médico cirujano, director general de Médica Digital / @medicadigital

La «salud móvil», basada en tecnologías tales como aparatos móviles, juegos y aplicaciones, puede ser una alternativa a los hospitales.

Los administradores de salud están bajo presión para encontrar un modo de lidiar con el crecimiento de enfermedades crónicas, tales como enfermedades cardiovasculares, diabetes, artritis, demencia y depresión. La creciente población de ancianos en el mundo va a derrotar al más eficiente sistema de salud, si se persiste en usar los actuales modelos basados en hospitales y altos costos de capital humano.

Una posible solución será el uso de aparatos móviles, juegos y aplicaciones en el cuidado de la salud, lo que se conoce como «salud móvil». El mercado para estas tecnologías continuará creciendo, impulsado por el creciente conocimiento sobre las enfermedades crónicas, la masiva adopción de teléfonos inteligentes y la mayor conectividad.

Los sistemas de salud de alto rendimiento están mostrando lo que depara el futuro. Están usando plataformas de tecnología de información e intercambio de información sobre salud como un empuje hacia la nueva ola de salud interconectada que pudiera redefinir las relaciones médico-paciente, facilitar un enfoque integral del paciente y pasar de altos presupuestos, basados en intervenciones episódicas, a enfoques de prevención y parámetros de rendimiento. Los actores del sector salud establecerán interacciones más efectivas y significativas con las personas y promoverán mejores resultados en su salud, mediante estrategias competitivas y comprometedoras. Es precisamente en el compromiso donde entra en acción la llamada «ludificación».

El futuro del cuidado de la salud con juegos

La ludificación es la aplicación de elementos de juegos y técnicas de diseño de juegos a problemas cotidianos, tales como dilemas empresariales y retos sociales. Los juegos tocan el deseo natural y la motivación humana por competición, alcance y estatus. Al usar herramientas como puntos, placas o reconocimientos por niveles alcanzados, los juegos cons-

tituyen una forma dinámica de interacción con los clientes. La industria de la salud comenzó a apoyar el uso de aplicaciones basadas en principios de juego para ayudar a los individuos a mantenerse sanos y lograr sus metas en salud y bienestar.

Las aplicaciones relacionadas con el cuidado de la salud están despegando rápidamente. Estas aplicaciones están diseñadas para vigilar todos los aspectos del perfil de un individuo: nutrición, actividad, sueño y más.

- Nutrición, manejo del peso y obesidad. Dado que la obesidad es una carga en Estados Unidos se están desarrollando aplicaciones para teléfonos inteligentes y tabletas que manejen la nutrición y el peso para convertirlos en herramientas importantes en el cambio de comportamientos relacionados con la salud. La obesidad y otras condiciones crónicas son ideales para aplicaciones basadas en juegos que permitan rastrear métricas, en una forma adaptable, y proveer retos y recompensas.
- Prevención de enfermedades, automanejo y adherencia. A muchas personas les resulta difícil cumplir cronogramas. Esto es especialmente problemático si un descuido afecta la salud, como en el caso de enfermedades crónicas, como diabetes, que requieren chequeo constante o vigilancia.
- Salud cognitiva, mental, emocional y conductual. No todo es acerca de salud física. Hay muchas áreas cognitivas y emocionales que pueden ser ayudadas por los juegos.

Existen muchas aplicaciones de juegos, pero las organizaciones de salud están en un nivel superficial. Deben abrazar los avances tecnológicos para asegurar que sean relevantes para el consumidor. Algunos avances en desarrollo incluyen:

- Realidad aumentada. En contraste con la realidad virtual, la realidad

aumentada está en un mundo «vivo»: el mundo real aumentado con una o más computadoras generadoras de entradas que afectan los sentidos de los usuarios, como sonidos, videos, gráficos y avatares.

- Google Glass. Esta tecnología incorpora pantallas adaptadas a unos lentes, que a su vez se conectan a una computadora diseñada para permitir al usuario un novedoso acceso a internet en tiempo real, que incluye aplicaciones de comunicación, audio, video, fotos y búsquedas.
- Expresiones y sensores de reconocimiento. Varias compañías de tecnología están desarrollando sensores de reconocimiento y gestos en sistemas de uso de carros.

¿Qué son los juegos serios?

Los juegos serios (aplicaciones no recreacionales para videojuegos) combinan creatividad, diseño y tecnología de 3D interactiva, en divertidos y atractivos juegos de computadoras que se aplican en productos de uso diferente del entretenimiento. Estos juegos tienen un gran potencial para prevención y rehabilitación, pues permiten aumentar el uso de energía y el desempeño motor y perceptual. Ya se están aplicando en tratamientos de cáncer, diabetes, asma y accidentes cerebrales. También se están usando videojuegos de modos innovadores en el entrenamiento quirúrgico. Adicionalmente, los juegos personalizados ayudan a los pacientes en el cumplimiento de sus tratamientos; y a los médicos, en el manejo clínico.

El futuro es hoy

Los avances tecnológicos en la salud continúan incorporando ludificación. Aplicaciones, simulaciones y juegos son canales para ganar consumidores y conseguir poblaciones saludables. La era de los juegos para la salud está comenzando y, con ella, la adopción comercial y la implantación de nuevos modelos de negocios. El futuro es hoy. 