

EFICACIA DEL EMPLEO DE UN PROGRAMA DE EJERCICIOS BASADOS EN EL JUEGO WII FIT EN EL TRATAMIENTO DE DOLOR LUMBAR

Investigador Responsable: Gustavo Plaza

¿Por qué el proyecto?

El dolor de espalda es el problema músculo-esquelético más frecuente que afecta a la población general y supone la segunda causa de consultas médicas y bajas laborales.

El tratamiento actual del dolor lumbar comprende el mínimo reposo imprescindible, seguido por un tratamiento activo. Dicho tratamiento incluye de forma indispensable el ejercicio terapéutico, aunque no existe aún evidencia científica sobre el tipo de ejercicios más eficaces. Además, la gran dificultad para que los pacientes realicen los programas completos y los incorporen a sus hábitos cotidianos y evitar así las frecuentes recaídas suponen un gran reto en la actualidad

Y ahora ¿qué podemos hacer?

Las videoconsolas han logrado acercar a la población deportes y actividades escasamente practicados en nuestro país. Para los pacientes con dolor lumbar, podrían resultar más eficaces que los programas habituales al enseñar de forma sencilla y con guía interactiva un programa de ejercicios, atractivos y divertidos, que ayudan a mejorar el dolor y los patrones de movimiento y facilitan el cumplimiento del tratamiento. Para ello, se comparará la eficacia de un protocolo específico de ejercicios del videojuego Wii Fit (consola Nintendo Wii) con un programa convencional en pacientes con dolor lumbar subagudo o crónico.

¿Por qué este proyecto es único?

Porque se utiliza un protocolo basado en videojuegos en una plataforma de entretenimiento como una opción de tratamiento para mejorar el dolor de lumbar. El paciente es guiado en todo momento por un fisioterapeuta, lo que implica asegurar la correcta realización de los ejercicios, a diferencia de otros programas domiciliarios. La información que proporciona la videoconsola supone también un elemento de corrección constante. Se espera que ambos factores combinados incrementen la eficacia del programa.

¿A qué se destinará la ayuda?

A la compra del material necesario para desarrollar el proyecto: consolas Nintendo Wii U con los videojuegos, pantallas de televisión y equipos de medición de las distintas variables evaluadas, principalmente.

¿A quién beneficia este proyecto?

Pacientes con dolor lumbar dispondrán de un tratamiento de ejercicio terapéutico más personalizado, guiado y divertido, que fácilmente podrán continuar en su domicilio para evitar recidivas. A si mismo propiciaría su ampliación a otras alteraciones frecuentes en la población y cuyo abordaje terapéutico se basa en el ejercicio. Por último, el hospital dispondrá de una tecnología que optimizará las intervenciones de fisioterapia, siendo una ayuda para el profesional y un instrumento para mejorar el control de varios pacientes en el mismo espacio y tiempo además de incrementar el cumplimiento terapéutico por su gran atractivo.

Quieres saber más?

<http://www.idissc.org/investigacion-otros-grandes-sistemas.php>

Investigación en Fisioterapia