

EFICACIA DEL TRATAMIENTO CON REALIDAD VIRTUAL EN CERVICALGIA CRÓNICA: UN ESTUDIO OBSERVACIONAL

ÁNGEL BAILÓN FERNÁNDEZ, FRANCISCO JAVIER SÁNCHEZ FERNÁNDEZ E IRENE MARÍA LOPERA PAREJA

INTRODUCCIÓN

La cervicalgia crónica es una afección común que puede afectar significativamente la calidad de vida de los pacientes. Dado su impacto, el desarrollo de enfoques terapéuticos efectivos es crucial. Este estudio observacional evalúa la eficacia del tratamiento de la cervicalgia crónica mediante el uso de realidad virtual, una herramienta innovadora que combina ejercicios de movilidad y control motor en un entorno inmersivo.



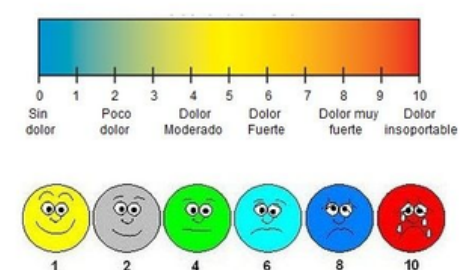
METODOLOGÍA

Se estudiaron diez pacientes con cervicalgia crónica. Se utilizaron tres escalas de evaluación:

- Escala Visual Analógica (EVA): Para medir la intensidad del dolor.
- Neck Disability Index (NDI): Para evaluar la función cervical.
- Escala Tampa de Kinesiofobia: Para medir el miedo al movimiento y la relesión.

El tratamiento consistió en sesiones de media hora, cinco días a la semana durante tres semanas. La intervención con realidad virtual incluyó ejercicios de movilidad, control motor y tareas duales, todo en un entorno virtual diseñado para involucrar y desafiar a los pacientes de manera controlada. Antes de comenzar con la realidad virtual, los pacientes realizaron ejercicios de movilidad autopasivos y ejercicios isométricos autorresistidos como preparación.

Escalas de dolor



EVALUACIÓN

La eficacia del tratamiento se evaluó comparando los valores iniciales y finales de las escalas EVA, NDI y Tampa, proporcionando una visión objetiva de las mejoras en dolor, función cervical y reducción de la kinesiofobia.



RESULTADOS

- Dolor (EVA): Se observó una reducción significativa del dolor, pasando de una puntuación promedio de 7/10 a 3/10.
- Función cervical (NDI): Hubo una mejora notable, reduciendo la puntuación inicial de 34 a 16 puntos.
- Kinesiofobia (Escala Tampa): Se registró una disminución significativa del miedo al movimiento, con una reducción de la puntuación promedio de 31 a 17 puntos.



CONCLUSIÓN Y BIBLIOGRAFÍA

Este estudio observacional respalda la eficacia del tratamiento de la cervicalgia crónica mediante el uso de realidad virtual. Los resultados muestran una reducción significativa del dolor, una mejora en la función cervical y una disminución en los niveles de kinesiofobia. Sin embargo, dado el tamaño limitado de la muestra, se sugiere que futuras investigaciones exploren más a fondo este tipo de intervenciones con grupos más grandes y diseños controlados para confirmar y ampliar estos hallazgos.

Tejera, D., Beltran-Alacreu, H., Cano-de-la-Cuerda, R., Leon Hernández, J. V., Martín-Pintado-Zugasti, A., Calvo-Lobo, C., Gil-Martínez, A., & Fernández-Carnero, J. (2020). Effects of virtual reality versus exercise on pain, functional, somatosensory and psychosocial outcomes in patients with non-specific chronic neck pain: A randomized clinical trial. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 17(16), 5950. <https://doi.org/10.3390/ijerph17165950>

Grassini, S. (2022). Virtual reality assisted non-pharmacological treatments in chronic pain management: A systematic review and quantitative Meta-analysis. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 19(7), 4071. <https://doi.org/10.3390/ijerph19074071>

Cetin, H., Kose, N., & Oge, H. K. (2022). Virtual reality and motor control exercises to treat chronic neck pain: A randomized controlled trial. *Musculoskeletal Science & Practice*, 62(102636), 102636. <https://doi.org/10.1016/j.msksp.2022.102636>