

## Santa Juana: a través de videojuegos buscan mejorar la salud física y mental de adultos mayores

martes, 19 de noviembre de 2024, Fuente: Msn Chile



En el Centro Diurno Comunitario de Curalí, en la comuna de Santa Juana, región del Biobío, un grupo adultos mayores utiliza videojuegos como herramienta de ejercicio físico y cognitivo.

La iniciativa es liderada por el académico e investigador, Francisco Guede Rojas, de la Facultad de Ciencias de la Rehabilitación de la Universidad Andrés Bello (UNAB) de Concepción. Lee también...: Las cabras 'antiincendios': UdeC utilizará un rebaño para generar cortafuegos naturales Según informaron, la instancia, que es organizada por la Oficina de Personas Mayores de la Municipalidad, tiene por objetivo romper con el estigma de que los videojuegos son solo para niños. En esa línea, fundamentan, las herramientas digitales poseen evidencia científica que respalda el uso de videojuegos activos para mejorar la salud de las personas mayores, especialmente de aquellas con problemas de salud, tal como la artrosis. La encargada de la Oficina de Personas Mayores de Santa Juana, Viviana Vallejos, sostuvo que "identificamos que a través de los videojuegos, las personas mayores pueden mejorar tanto a nivel cognitivo como físico. Por eso, logramos la compra de esta tecnología con recursos municipales y hoy nos encontramos capacitando a nuestros usuarios". Para Nicole Ponce Ramírez, coordinadora del Centro Diurno, en tanto, esta iniciativa surgió luego de constatar que varios de los "usuarios del centro tienen como factor común la artrosis, por lo que propusimos a la administración comprar esta Nintendo, para lo cual tuve que presentar bastante evidencia científica. Siempre está el prejuicio de que los juegos son para los niños". La implementación de esta modalidad terapéutica representa un avance significativo no solo para los egresados, que constituyen 14 de los 60 cupos disponibles en el centro, sino también para todos los 74 usuarios atendidos en este espacio. Por último, Francisco Guede Rojas, investigador de la UNAB de Concepción, enfatizó en que los videojuegos estimulan la atención y reducen la percepción del malestar físico, además de permitir la entretención del usuario. "Podríamos decir que es una modalidad terapéutica que se está usando a nivel mundial, así que si la tecnología está disponible, solo tenemos que aprender a usarla para que toda la comunidad pueda beneficiarse", afirmó. Concluyendo que entre los principales beneficios que se pueden observar es que "la persona debe estar atenta a la instrucción del juego, dirigirse al movimiento del avatar, lo que genera un fenómeno llamado foco externo. Muchas personas no se mueven porque sienten malestar, pero al concentrarse en las instrucciones del juego, ese malestar tiende a no percibirse. Así, estamos capturando la atención para promover de mejor forma el ejercicio".