

TERAPIA DE EXPOSICIÓN CON REALIDAD VIRTUAL EN PERSONAS ADULTAS CON FOBIA ESPECÍFICA

Las fobias específicas son miedos desproporcionados que provocan ansiedad y evitación, afectando ávida diaria. El tratamiento más eficaz es la terapia de exposición, que consiste en enfrentarse al estímulo de forma gradual y controlada. Puede realizarse en la vida real, mediante imaginación o realidad virtual. Los estudios indican que estas opciones reducen la ansiedad y la evitación. Además, la realidad virtual permite un control total del estímulo fóbico en un entorno seguro, lo que podría facilitar el acceso al tratamiento y mejorar la privacidad. Con todo, puede causar mareos en algunas personas. Se necesitan más estudios, incluso económicos, para determinar su eficacia y viabilidad respecto a otras alternativas de tratamiento.

DOCUMENTOS RELACIONADOS

[Texto completo](#)

[Exportar cita RIS](#)