

“El sector de la salud digital saldrá reforzado”

Xavier Palomer

Por DANIEL VIDAL y LAURA MARÍN



Una conversación casual durante una cena, las limitaciones que la fobia a volar le supone a un isleño, conocer sobre la eficacia de la realidad virtual para superar esos miedos y contrastar que aún no había nada en el mercado para que los psicólogos pudiesen incorporar a su práctica clínica fueron el detonante que llevaron a Xavier Palomer a fundar Psious.

¿Qué es Psious?

Psious es una plataforma de realidad virtual para realizar intervenciones terapéuticas sobre trastornos de salud mental como ansiedad, fobias, trastorno obsesivo compulsivo (TOC), trastorno de estrés postraumático (TEPT) y muchos otros.

Hace tiempo que se investiga acerca de las fobias y los trastornos de ansiedad utilizando recursos como la realidad virtual. ¿Por qué se ha utilizado tan poco en la intervención clínica?

En primer lugar, cualquier innovación tecnológica disruptiva implica un proceso de adopción gradual. En segundo lugar, las tecnologías relacionadas con la salud requieren de pedagogía y soporte científico.

Y, en tercer lugar, hasta hace bien poco los dispositivos de realidad virtual eran demasiado caros para una comercialización a escala. En todo caso, las soluciones de realidad virtual para salud mental empiezan a surgir a partir de 2012 con Psious y otras aplicaciones, y ahora ya miles de terapeutas las usan en su día a día.

¿Qué ofrece la realidad virtual diferente a otro tipo de técnicas?

Con las técnicas tradicionales, como la imaginación, es muy difícil exponer al paciente a la situación estresante eficazmente. No es lo mismo imaginarte estar en un avión que parecer que realmente lo estás. La realidad virtual provoca sentido de presencia y de inmersión. Tu cerebro experimenta las mismas reaccio-

nes que en la realidad. Además, con la realidad virtual puedes llevar a tu paciente a ese avión cuantas veces quieras, cosa totalmente imposible si se intentase hacer físicamente.

Sería complicado salir de viaje en cada sesión... ¿Qué otras diferencias ofrece esta técnica?

Otra diferencia fundamental es la graduación en esa exposición. Mediante realidad virtual, el terapeuta puede graduar los estímulos para realizar un tratamiento incremental muy controlado. Otra diferencia son las mediciones fisiológicas que con herramientas como Psious puedes obtener, como la sudoración o la aceleración del pulso. En cuanto a los beneficios, los pacientes prefieren estas técnicas porque las consideran más atractivas (divertidas) y eficaces. Con todo, los tratamientos se acortan (se consiguen resultados más rápido) y es más eficiente para cliente y terapeuta. En resumen, esta tecnología ofrece posibilidades exponenciales.

¿En qué terapias se puede utilizar Psious?

Fundamentalmente en trastornos de ansiedad o relacionados con el espectro de ansiedad: ansiedad ge-

“LA REALIDAD VIRTUAL PARA SALUD MENTAL SURGE A PARTIR DE 2012 CON PSIOUS Y OTRAS APLICACIONES, Y AHORA MILES DE TERAPEUTAS LAS USAN”

neralizada, fobias, adicciones, miedos, pánico, TEPT o TOC. Sin embargo, se estudian cientos de artículos anualmente y se llevan a cabo proyectos de investigación, que demuestran que la realidad virtual es efectiva para solucionar otros muchos problemas de salud mental como depresión, *bullying*, autismo o trastornos funcionales.

¿Cómo ha sido la acogida entre los profesionales?

En Psious tenemos más de 2.000 clientes en más de 50 países, con decenas de miles de sesiones terapéuticas realizadas desde 2012. Desde 2019 comercializamos nuestra plataforma junto con un kit de realidad virtual diseñado para sincronizar de manera nativa con la plataforma Psious. La respuesta del mercado está siendo excelente y estamos triplicando las ventas respecto del año anterior.

Con la crisis del coronavirus, abrieron su plataforma de manera gratuita para unas 1.000 sesiones de ayuda psicológica en remoto, y más de 50 webinars psicoeducativos para ayudar a paliar los efectos psicológicos derivados tanto del confinamiento como de las condiciones extremas de trabajo del personal sanitario.

¿Es la primera vez que se utilizaba a distancia?

En Psious llevábamos dos años preparando el lanzamiento de Psious@home. El producto estaba muy avanzado, y la crisis del COVID-19 nos dio el empuje definitivo para acelerar este lanzamiento y ponerlo a disposición de nuestros clientes (y sus pacientes), que ahora tanto lo necesitan.

¿Creen que esta crisis abre la puerta a un desarrollo mayor y más rápido a la telemedicina o la teleasistencia?

Me remito a lo anterior... sin duda. Tanto empresas tecnológicas, como clientes y pacientes, estamos aprendiendo a relacionarnos en remoto. En Psious pensamos que no habrá marcha atrás, y que la demanda y uso de telemedicina y teleterapia crecerán exponencialmente en el escenario post-COVID.

¿Qué ha impedido hasta ahora ese desarrollo?

Los procesos terapéuticos y de salud tienen mucho de contacto con tu médico, con tu terapeuta. La cercanía personal con un profesional sanitario puede ser por sí sola, a veces, terapéutica. Pero la sociedad tiene sus dinámicas y los humanos nos adaptamos a las nuevas tecnologías con mucha rapidez. Creemos que ahora no va a ser diferente, especialmente para ciertas actuaciones sanitarias. En nuestro caso, las sesiones de terapia cognitivo-conductual mediante realidad virtual, realizadas en remoto con el equipo adecuado por parte de terapeuta y paciente, y res-

petando ciertas recomendaciones de privacidad, son igualmente efectivas que en persona.

¿Está el paciente/usuario preparado para una asistencia virtual?

Pensamos que depende de cada caso, de cada situación. Como decimos, la empatía y la cercanía de un profesional de la salud son insustituibles para ciertas circunstancias. Pero para aplicaciones prácticas, los servicios en remoto ahorran mucho tiempo y desplazamientos. Esto es, menos estrés para llegar a tiempo a todos lados, más flexibilidad de elección de terapeuta y de horario, y menos recursos invertidos en general.

Psious cerró 2019 con una plantilla de 40 personas, lo que suponía triplicarla respecto al año anterior. También cerraron una ronda de 8 millones que les permitiría seguir creciendo. Pero, ¿una situación como la actual dificulta ese crecimiento?

Nuestro objetivo este año sigue siendo multiplicar el crecimiento respecto del año anterior. Obviamente esta situación nos afectará durante estos meses. Nuestro foco estos días está en ayudar a nuestros clientes a seguir ejerciendo en remoto con psious@home, y a prepararse para lo que vendrá. Porque el escenario post-COVID en salud mental será muy exigente, con muchas personas necesitando más ayuda que nunca. Por eso en Psious estas semanas, más que preocupados, estamos muy ocupados.

Ya en vuestro lanzamiento os resultó complicado conseguir inversión en España y el primero que apostó por vosotros fue un fondo en Estados Unidos. ¿Creéis que después de esta crisis sanitaria eso va a cambiar?

Pensamos que hay muchos sectores y empresas que saldrán, por desgracia, muy tocados de esta crisis. El sector de la salud digital y la salud mental, pensamos que no será uno de ellos. Será normal que muchos inversores se interesen por empresas de estos negocios, especialmente las que, como Psious, tienen ingresos recurrentes gracias a las suscripciones mensuales de sus clientes.

¿Cree que sectores como el de la salud saldrán reforzados de esta crisis?

El de la salud digital, sin duda.

¿Cuáles son vuestros planes de futuro?

Permíteme la broma... partido a partido. Primero, ayudemos a nuestros clientes y a la sociedad a salir de este embrollo. Segundo, dediquemos el tiempo a aprender y mejorar lo que hacíamos mal. Y cuando salgamos de la crisis... vida normal pero más sabios, más unidos y más fuertes. ■