

# Físico creó proyecto inspirado en su experiencia: Con realidad virtual logran disminuir los niveles de ansiedad de pacientes terminales

La idea de esta herramienta, que también usa meditación, es reducir el miedo que se genera al pensar en la muerte y, en cambio, verla como un momento de transición y paz. Los resultados fueron publicados en una revista científica.

CONSTANZA MENARES

Hace casi 20 años, David Glowacki, físico estadounidense y PhD en Física Molecular, vivió una experiencia extrema.

“Tuve un accidente mientras caminaba por una montaña. Me caí y sufrí múltiples traumas graves en el cuerpo, con muchos huesos rotos y laceraciones severas. Como resultado del impacto, mis pulmones comenzaron a llenarse de sangre y, poco a poco, se me hizo más difícil respirar, como si estuviera ahogándome bajo el agua”, explica.

Pese a ello, la vivencia no fue aterradora, dice hoy. “Durante ese tiempo recuerdo que mi conciencia se separó de mi cuerpo, y pude percibir cómo una luz pulsante, cuya intensidad aumentaba levemente con cada inhalación y disminuía con cada exhalación. No sentí miedo ni ansiedad. En cambio, recuerdo una profunda sensación de paz trascendental, junto con una especie de curiosidad sobre lo que sucedería después”.

Afortunadamente, el investigador fue rescatado y sobrevivió, pero comenta que ese día lo dejó marcado de una manera profunda, con una gran sensación de paz en relación al pensar en la muerte. Fue precisamente esta historia la que lo inspiró a desarrollar “Numadelic”, un proyecto que utiliza la realidad virtual (RV) para recrear la sensación de experiencias cercanas a la muerte en personas con enfermedades terminales, que desarrolla en el Centro Singular de Investigación en Tecnologías Inteligentes (CiTIUS) de la U. de Santiago de Compostela (España).

“Muchas personas tienen miedo a la



**El doctor en Física Molecular, David Glowacki** es el investigador principal del proyecto que se desarrolla en la U. de Santiago de Compostela.

muerte porque la ven como un fin definitivo. Este proyecto invita a las personas a reimaginar la muerte, no como un fin, sino como un punto de transición hacia el descanso”, explica Glowacki.

Para el diseño de la herramienta también se consideraron testimonios de “acompa-

ñantes de fin de vida” o doulas, además se analizaron estudios de personas que habían vivido experiencias similares.

La idea, específica el experto, es que la RV se transforme en una herramienta terapéutica en aquellos pacientes en fase terminal y sus familias para el aliviar el miedo, la ansiedad, la depresión y el aislamiento social que pueden estar enfrentando.

El proyecto funciona con lentes de realidad virtual. El paciente tiene primero una meditación guiada. Luego, con algunas luces de estética abstracta se intenta llevarlo a una experiencia conocida como “autotrascendencia”. “Esta es un momento en que una persona siente que va más allá de su identidad o sentido de sí misma, conectándose con algo más grande, ya sea el universo, la naturaleza, la conciencia colectiva o incluso una dimensión espiritual”, explica la neurocientífica chilena Catherine Andreu, investigadora posdoctoral en el Laboratorio de Realidades Intangibles del CiTIUS y parte del proyecto Numadelic.

Y añade: “Esta innovación no solo puede ser útil para enfermos terminales. Si vemos las estadísticas, la mayoría de las personas, incluso las sanas, tienen temor a la muerte, o cierto nivel de ansiedad frente a ella, por lo que Numadelic podría ser útil para todos, para sentirnos preparados porque ese momento nos llegará”.

Glowacki explica que el equipo de trabajo publicó un artículo en la revista *Frontiers* donde se muestra que las experiencias de RV de Numadelic han mejorado notablemente el bienestar de 15 personas con diagnósticos terminales.