

Metodología para usar VirTEA

El objetivo de definir la metodología recomendada para usar VirTEA es plasmar una serie de pautas básicas que permitan familiarizar al usuario con TEA con la tecnología propuesta: que tolere las gafas el tiempo total de las escenas de Realidad Virtual, generando en él/ella la anticipación y conocimiento de la situación para la que se le está preparando. Para esto, en esta metodología se proporcionan diferentes situaciones de control que nos permitan trabajar con las personas con TEA las esperas y conductas disruptivas presentes en la escena virtual.

En esta metodología se enumeran diferentes acciones a realizar para el uso efectivo de VirTEA, con el fin de graduar el trabajo de desensibilización. Estas acciones pretenden alcanzar los siguientes objetivos:

- Familiarizarse con la tecnología propuesta.
- Asociar la tecnología con sentimientos placenteros o motivadores (animando a ponerse las gafas, reforzando los sentimientos positivos, etc.).
- Usar VirTEA en contextos cotidianos para el sujeto (en la casa, su clase, su asociación...).
- Ser capaz de exponerse a la situación ya superada con VirTEA (ir al dentista, cortarse el pelo, coger un autobús en la calle, etc.).

Dependiendo de cada usuario, será necesario llevar a cabo unas acciones u otras, porque aquellas acciones ya superadas por el usuario, no requerirán especial intervención.

1. **Fase de familiarización.** Para esta fase se propone trabajar con los siguientes aspectos:
 - a. Elástico grueso como el de la gafa de Realidad Virtual. Iniciamos al usuario colocando un elástico grueso alrededor de la cabeza, para que empiece a tolerar el tacto de los materiales.
 - b. Gafa de bucear con la finalidad de lograr la adaptación táctil a la gafa de Realidad Virtual.
 - c. Gafas de Realidad Virtual colocada en el Smartphone. Entrar a VirTEA, colocar el móvil dentro de las gafas y hacerle ver los primeros pictogramas que aparecen al principio de la escena.
 - d. Gafas de Realidad Virtual colocada en el Smartphone y con auriculares. Abrimos la aplicación VirTEA, colocamos el móvil dentro de las gafas, ayudamos/guiamos al usuario para que se ponga las gafas con los auriculares. En el apartado de "ajustes de escena" se puede activar o desactivar los sonidos que existen dentro de la escena e ir adaptando al usuario poco a poco a ellos bajando o subiendo el volumen de estos.
2. **Fase de acción en un entorno cotidiano.** Una vez que el usuario se muestre contento y motivado con el uso de VirTEA, se realizarán acciones aunque no rechaza, no son de su agrado (abrir la boca, dejar que le toquen el pelo, etc.). Con las gafas de Realidad Virtual colocadas en el Smartphone, con los auriculares puestos y simulando la escena en un entorno cotidiano para él, el acompañante puede trabajar con el usuario simulando los movimientos correspondientes utilizando las herramientas que aparecen en la escena.
3. **Fase de acción en el entorno objetivo.** Cuando el usuario muestre agrado usando VirTEA en un entorno cotidiano para él, se intentará exponerle a dicha situación en un entorno real (dentista, peluquería, etc.). En esta fase se pueden seguir las siguientes recomendaciones:
 - a. Para una experiencia más efectiva, los primeros intentos pueden realizarse utilizando VirTEA, así se evita que se produzca una situación de crisis desde el principio.
 - b. Intentar quitar y poner las gafas alternativamente en la sala de espera. De esta forma iremos acercando al usuario a la realidad.
 - c. Por último, se animará al usuario a que, sin utilizar VirTEA, sea capaz de superar la espera y la situación real que antes le generaba estrés y/o ansiedad.