

Departamento de
Personalidad,
Evaluación y
Tratamiento

Realidad Virtual: una nueva aliada terapéutica para superar el miedo escénico

19/03/2026

El Laboratorio
de
Neurociencia
Afectiva
Rehabilitación y
Tratamiento



Psicológico, dirigido por el prof. Miguel Angel Muñoz, pone en marcha un innovador programa de intervención psicológica para tratar el miedo escénico mediante el uso de realidad virtual. Este trabajo, enmarcado en una Tesis Doctoral del Departamento de Personalidad, Evaluación y Tratamiento Psicológico, explora nuevas formas de abordar la ansiedad asociada a hablar en público.

A través de gafas inmersivas, las personas participantes pueden exponerse de manera gradual a distintos escenarios simulados, como conferencias, presentaciones o intervenciones ante grandes audiencias. Esta exposición progresiva, clave para la eficacia en tratamientos cognitivo-conductuales, permite ajustar la intensidad de la experiencia según las necesidades del usuario, favoreciendo un afrontamiento más eficaz del miedo.

El uso de la realidad virtual ofrece, además, un entorno seguro y controlado donde repetir las situaciones sin consecuencias negativas, lo que contribuye a reducir la ansiedad y a fortalecer la confianza personal. Todo el programa se desarrolla bajo estrictas consideraciones éticas establecidas por la Universidad de Granada, garantizando el bienestar de los participantes.

Este avance sitúa a la realidad virtual como una herramienta prometedora en el ámbito de la intervención psicológica aplicada.

<https://www.canalsurmas.es/videos/detail/328854-enred-04032026>