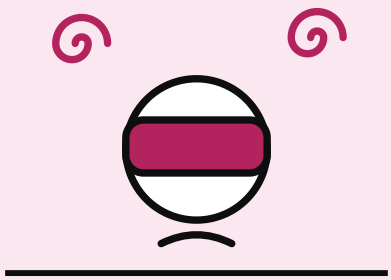
Concepto

Cibermareo

El malestar que sienten algunas personas al usar realidad virtual o ver imágenes en movimiento (mareo, náusea, fatiga visual, desorientación), sobre todo si ven un movimiento que el cuerpo no siente.



En inglés

Cybersickness

Origen

McCauley y Sharkey (1992); medido por Kennedy y otros (1993)

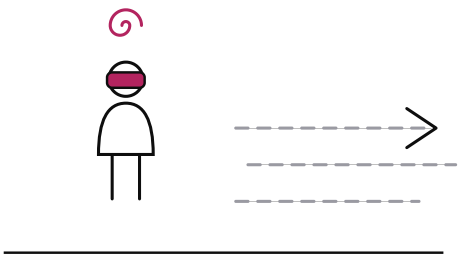
Qué problema aborda

Hace que muchas personas abandonen o eviten una experiencia de realidad virtual, por buena que sea.

Un ejemplo

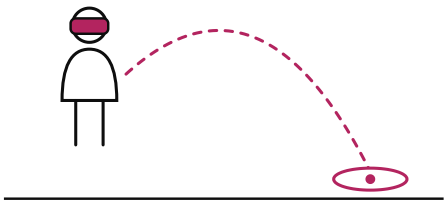
Un ejemplo ilustrativo: recorrer un museo virtual.

Avanzar deslizándose



La imagen avanza mientras la persona sigue quieta: los ojos dicen que se mueve y el cuerpo, que no. **Mareo.**

Saltar de un punto a otro



La persona señala adónde quiere ir y aparece allí, sin ver el recorrido. **Menos desajuste.**

No se trata de quitar el movimiento, sino de no mostrar movimientos que el cuerpo no siente.

Por qué pasa

1 

Los ojos ven que te mueves.

2 

El cuerpo siente que estás quieto.

3 

Y ese desajuste puede marear.

Aplicaciones en diseño

Úsalo así

Deja que la persona decida cómo se mueve y ofrece formas de avanzar que no muestren un desplazamiento continuo.

Evita

Mover la cámara, acelerar o girar la vista sin que la persona lo decida.

Para no caer

Prueba con personas distintas y en sesiones largas: quien diseña ya está acostumbrado y puede que no se maree.

16 síntomas

Lo que dice la investigación

El cuestionario de mareo en simuladores mide 16 síntomas en tres grupos: náusea, molestias de la vista y desorientación. Se construyó con 1119 pares de cuestionarios hechos antes y después de usar 10 simuladores (Kennedy y otros, 1993).

●●● **Evidencia sólida.** La causa exacta todavía se estudia. La norma ISO 9241-394 (2020) recoge requisitos para reducir el mareo que causan las imágenes en movimiento.

Conexiones

Se usa en

- Diseño XR (realidad extendida)

Autores y obras

1992	**Michael E. McCauley y Thomas J. Sharkey**	Usaron el término cibermareo para el malestar que provoca percibir movimiento en un entorno virtual.
1993	**Robert S. Kennedy y otros**	Crearon un cuestionario de 16 síntomas para medir el mareo que causaban los simuladores de vuelo.
2020	**ISO**	Fijó requisitos para reducir el mareo que causa ver imágenes en movimiento en pantallas, proyectores y visores.

Fuentes

Fuentes originales

- McCauley, M. E. y Sharkey, T. J. (1992). Cybersickness: Perception of self-motion in virtual environments. Presence: Teleoperators and Virtual Environments, 1(3), 311–318.
- Kennedy, R. S., Lane, N. E., Berbaum, K. S. y Lilienthal, M. G. (1993). Simulator Sickness Questionnaire: An enhanced method for quantifying simulator sickness. The International Journal of Aviation Psychology, 3(3), 203–220. Ver fuente (https://doi.org/10.1207/s15327108ijap0303_3)
- International Organization for Standardization (2020). ISO 9241-394:2020. Ergonomics of human-system interaction, Part 394: Ergonomic requirements for reducing undesirable biomedical effects of visually induced motion sickness during watching electronic images. ISO. Ver fuente (https://www.iso.org/standard/73227.html)

Última revisión: 25 de octubre de 2026

Atlas público de diseño, de Adriana Ojeda. Texto e ilustraciones bajo licencia CC BY 4.0.