THERA, guía rápida

Del registro a la primera sesión, sin esperar a nadie.

Qué necesitáis

- Un visor **Meta Quest 2, 3, 3S o Pro**, con su cuenta Meta ya configurada
- Conexión a internet en el visor y en el ordenador o el móvil
- Un correo electrónico y una contraseña para la cuenta THERA

Primera parte: desde el ordenador o el móvil

1. **Registraos.**
   Entrad en `thera.myndek.com`, pulsad **Registrarse** y cread la cuenta con vuestro correo y una contraseña. Anotadlas: son las mismas que tendréis que escribir dentro del visor, donde teclear es más incómodo, así que mejor una contraseña fácil de escribir.

2. **Introducid el código de verificación.**
   Os llega por correo un código de seis cifras. **Si en unos minutos no lo veis, mirad en la carpeta de spam o correo no deseado**: a veces acaba allí. Escribidlo en la página y la cuenta queda creada.

3. **Activad la prueba.**
   En el panel de inicio pulsad **Activar THERA**. Se abre una página de pago segura, pero no hay nada que pagar: **los primeros 30 días son gratis, no se pide tarjeta** y al final no se cobra nada, la prueba se cierra sola. Confirmad y volvéis al panel.

4. **Cread vuestra organización.**
   Arriba en el panel aparece el aviso **Para empezar, crea tu organización**: basta con el nombre del centro. En cuanto la creáis, **las salas ya están asignadas**. Después, en la misma página, añadid al menos un **departamento** (cualquier nombre sirve): cada paciente tiene que pertenecer a uno.

5. **Cread un paciente.**
   En **pacientes** añadid uno. Para la prueba basta un paciente de ejemplo con un nombre inventado: sirve para iniciar una sesión y cambiar sala y parámetros.

Segunda parte: en el visor

6. **Descargad THERA.**
   Con el visor puesto, abrid la **Tienda** de Meta y buscad **THERA**, de Myndek (no confundirla con "Thera Social", que es otra aplicación). Es gratuita. También podéis instalarla desde el navegador o desde la app Meta Horizon del móvil, y se descarga sola en el visor vinculado:
   `https://www.meta.com/experiences/thera/4972761669476672/`
   Es una aplicación grande: con una conexión normal tarda unos minutos.

7. **Entrad con vuestra cuenta.**
   Al abrir THERA aparece la pantalla de acceso con un teclado delante. Apuntad con **un mando** al campo del correo, apretad el gatillo y escribid apuntando a las teclas. Lo mismo con la contraseña. Al terminar, pulsad la tecla **Intro** del teclado.

La sesión: el visor muestra, la web manda

8. **Iniciad la sesión desde la web.**
   Con THERA ya abierto en el visor, entrad en `thera.myndek.com` desde el ordenador, la tableta o el móvil y abrid **sesión** en el menú. Arriba veis el visor conectado: elegid el paciente, haced clic en una sala de la cuadrícula y pulsad **Iniciar en el visor**. A los pocos segundos el visor carga el ejercicio. El paciente no toca nada.

9. **Regulad la dificultad mientras trabaja.**
   La sala en curso aparece arriba en la página, con sus parámetros: por ejemplo la distancia del objetivo, la altura de la canasta o la velocidad de las nubes. Cambiadlos y guardad con la barra de abajo: el cambio llega al instante al visor, sin interrumpir y sin quitarle el visor al paciente. Para pasar a otra sala basta con elegirla en la cuadrícula.

> La primera vez, probadlo vosotras solas: diez minutos con el paciente de ejemplo, para familiarizaros con el visor y la web antes de la primera sesión real.

Si algo no funciona

No llega el código de verificación

Mirad en spam o correo no deseado. Si después de diez minutos sigue sin aparecer, escribidnos a info@myndek.com y activamos la cuenta nosotros.

No consigo crear un paciente

Casi siempre falta un paso antes: el paciente tiene que pertenecer a un departamento, y el departamento a una organización. Comprobad en **organización** que hay al menos un departamento.

El visor no aparece en la web

Comprobad que THERA esté abierto en el visor y que el visor esté conectado al Wi-Fi: el cable USB no da internet. Después pulsad **Actualizar** en la página de la sesión.

El visor abre siempre la última sala

Pasa cuando el acceso guardado en el visor ha caducado. Actualizad THERA desde la tienda; si sigue pasando, en el visor abrid **Ajustes**, **Aplicaciones**, **THERA**, **Borrar datos**, y volved a entrar con correo y contraseña. Pacientes y sesiones no se pierden: están en nuestro servidor.

En esta sala no hay nada que regular

No todas las salas tienen parámetros. En las demás el panel lo indica y no es un fallo: esos ejercicios se gradúan cambiando de sala o de repeticiones.

Escribo en el visor pero no veo el cursor

En la pantalla de acceso el cursor no se ve, pero el texto se escribe igual. Fijaos en lo que aparece en el campo. Cuidado con las mayúsculas: la tecla se queda activa hasta que se vuelve a pulsar.

Si algo se queda bloqueado, escribid a **info@myndek.com**: os responde una persona. Contadnos qué veis en la pantalla y en qué punto os habéis parado.