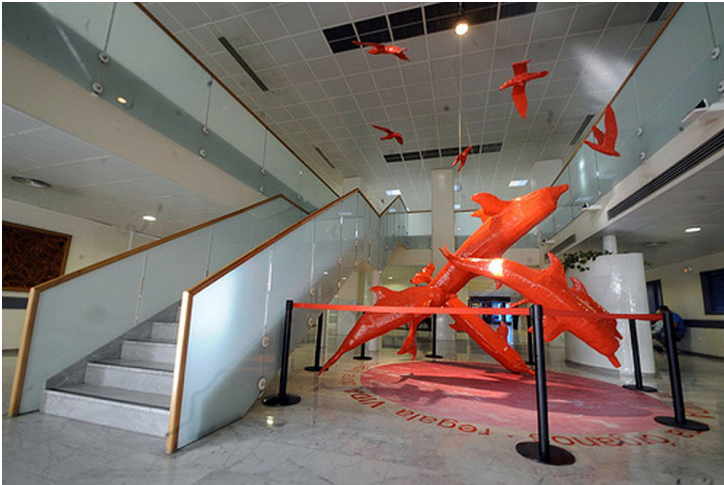


Arte-terapia: Una experiencia innovadora.

Esteban Ruiz Moral. Artista, especialista en arte-terapia y coordinador de los Talleres.

Resumen: Doctutor publicó hace un año un trabajo sobre los métodos y estrategias de la arteterapia (<http://www.doctutor.es/2015/12/10/5453/>). Este artículo describe los detalles de una experiencia formativa y terapéutica para pacientes de salud mental que supone ya la culminación de varios años de trabajo con este tipo de pacientes utilizando el arte como medio formativo y terapéutico.



Los trabajos resultantes de los talleres de arte-terapia, que un grupo de pacientes que reciben atención sanitaria en unidades especializadas de salud mental del Hospital Universitario Reina Sofía de Córdoba han creado entorno a unas actividades artísticas plásticas desarrolladas en grupo.

El principal objetivo del arte-terapia tal y como la concebimos es producir en colaboración una obra de arte. El encuadre terapéutico surge al posibilitar experiencias emocionales satisfactorias con una repercusión beneficiosa en la salud psíquica, que trascienden la mera actividad artística. (Carmen Prada, directora de la unidad de gestión clínica del Hospital Universitario Reina Sofía de Córdoba) Dra. Inmaculada Oriente (psiquiatra, coordinadora de la comunidad terapéutica del Hospital Universitario Reina Sofía de Córdoba),

Las necesidades de los pacientes con Trastorno Mental Grave que acuden a entornos clínicos de salud mental, no se debe remitir únicamente a la administración de los imprescindibles tratamientos farmacológicos. Se persigue también, la recuperación de aquellas capacidades y habilidades dañadas o truncadas por unas enfermedades que suelen debutar a edades juveniles, cercenando precozmente el proyecto vital de las personas que las padecen.

Es por tanto de gran importancia el despliegue de programas de rehabilitación como pretenden estos talleres, capaces de prevenir y modificar el deterioro psicosocial y el estigma asociado a la enfermedad mental.

El arte-terapia brinda a estas personas una actividad de primera calidad para el encuentro con uno mismo si es enfocada como creación artística terapéuticamente orientada. A las propiedades rehabilitadoras que le son comunes con otras actividades ocupacionales, -trabajo en equipo, consecución de logros, incremento de la autoestima-, al arte-terapia, debe añadirse la preciosa peculiaridad del arte, que arranca y pone por delante de cada cual lo más genuino de su ser.

Pacientes y participantes

Han participado 22 pacientes de edades entre 25 y 50 años

- Dos semanas en enero de 2016

- Las personas que han realizado estos talleres son usuarios de dos unidades distintas, dentro del Área de Salud Mental de Córdoba: U.R.A. Hospital de Día y Comunidad Terapéutica
- Del servicio U.R.A. Hospital de Día han participado de forma discontinua 32 personas, con 64 asistencias diarias, y un total de 250 horas en horario de mañana.
- Del servicio de Comunidad Terapéutica han participado entre 8 y 12 personas de forma discontinua, con 22 asistencias diarias y 145 horas con horario de tarde.
- Los usuarios que han participado en el proyecto presentan patologías asociadas a trastorno mental grave, y trastorno de la conducta alimentaria.
- Trabajo en grupo realizado en tiempo discontinuo.

Hospital

Esta iniciativa se llevó a cabo en el Hospital Reina Sofía de Córdoba, atendiendo a ciertas recomendaciones ofrecidas en distintos ámbitos nacionales e internacionales que proponen su especial indicación como tratamiento de la sintomatología negativa presente en la esquizofrenia y su puesta en práctica por parte de profesionales específicamente cualificados. Es ya la sexta vez que este complejo sanitario se implica en una iniciativa de estas características con metodologías que he venido concretando desde hace más de 20 años, desarrollando varios trabajos de campo en esta misma línea con pacientes del área salud mental de este hospital y también con colectivos vulnerables, utilizando las artes visuales con fines terapéuticos. lo que va ampliando nuestra experiencia en el uso de las artes con estos fines. Con estos talleres de arte-terapia, vamos apreciando lo que desde un primer momento nos planteamos: crear un espacio donde se fomente y analice la capacidad que tienen los pacientes de salud mental de producir ideas.



Metodologías]

Esta formula, tomada del proceso creativo artístico, es ideal para los pacientes, ya que los descontextualiza del entorno hospitalario y de los hábitos diarios. Experimentan ritmos nuevos, permeabilizan toda una avalancha de estímulos a los que son sometidos, asumen el reto de tener que cumplir con un objetivo al que se comprometen, así como el aprendizaje que supone la exigencia de trabajar en grupo.

También es imprescindible el tándem creado por el artista y el personal sanitario, su disponibilidad e identificación con el proyecto donde deben de intentar hacer desaparecer la unidireccionalidad en la transmisión de experiencias y conocimientos. Los diálogos, considerados no como una actividad suplementaria sino como argumento, son también esenciales en la maduración del discurso y el enriquecimiento personal, fomentando la asunción de criterios y responsabilidades.

Resultados

Algunos de los beneficios que reportan la realización de estos talleres son:

- Posibilitan canalizar emociones manteniéndolas en el plano simbólico, lo que propicia el traslado de tensiones internas al objeto que se crea, y así se pueden disminuir y modificar en elementos más accesibles.
- Permiten constatar la capacidad personal de producir y de aportar al objetivo común, lo cual redundo en el sentimiento de coparticipación y de pertenencia a grupo con intereses compartidos.
- Producen adherencia a la actividad identificada y cohesión de grupo, consecuentes a la experiencia gratificante en la

ejecución de la tarea y en las interacciones personales que a su través acontecen.

- Facilitan la mejora de la expresión espontánea y la hace más permeable a otras intervenciones y relaciones.

Conclusiones y Recomendaciones para el futuro

Cada vez existen más experiencias en la aplicación del Arte terapia expresada de diferentes formas, y sin embargo aun existe poca información sobre dichas experiencias, las metodologías empleadas y sobre todo los resultados obtenidos. De la experiencia aquí aportada, apuntamos las siguientes recomendaciones:

Desarrollar programas y actividades que respeten y fomenten la genuina individualidad, y que ayuden a las personas a reconstruir su identidad y sus propias referencias.

Incidir en la argumentación de trabajos de ámbito creativo, utilizando para ello los recursos inherentes a la creatividad, entre los que se encuentran la asunción de riesgos y fracasos y su consecuente reparación y el trabajar sin premisas con la también consecuente sensación de libertad.

Desde la perspectiva que nos ha dado el desarrollo continuado de estos talleres y sus repercusiones positivas en los participantes, animamos a los profesionales que trabajan en Salud Mental (Psiquiatras, psicólogos, terapeutas, etc..) junto con profesionales del área artística que trabajan en el desarrollo de los mismos a que diseñen y lleven a cabo ensayos clínicos para determinar cuáles son sus resultados y la satisfacción en los pacientes y diseñar así una guía que nos permita extender el arte terapia a las unidades de Salud Mental con criterios metodológicos homogéneos.