

Aplicación e integración del arte como terapia en los cuidados enfermeros

Jacinto Gómez Higuera

Universidad Complutense de Madrid. Escuela de enfermería, fisioterapia y podología.
Ciudad Universitaria, s/n 28040 Madrid
jacintogomez@enf.ucm.es

Resumen: La vinculación entre enfermedad y creación artística, ha estado relacionada con el concepto de salud en, prácticamente, todas las épocas de la historia. En la mayoría de los artistas que hemos comenzado a analizar, podemos encontrar evidencias suficientes de la recíproca causalidad entre enfermedad y arte, así como señales de una mutua retroalimentación entre ambos, bien sea a través de la curación, en el caso de la enfermedad, o a través de la producción de una obra final, a pesar de la situación de enfermedad, o incluso como consecuencia de la misma, en el caso del arte. Así por ejemplo, podemos citar a artistas enfermos que crean como una vía de “escape” o canalización de su enfermedad, con un factor determinante de la cuantía de la producción artística, como puede ser el caso de Van Gogh. Otros artistas crean como terapia y/o superación de su enfermedad como puede ser el caso de Renoir, Klee, Matisse, Frida Kahlo, Vivaldi, Rachmaninov, Graham Green, Dalí, etc. La actividad creadora puede ayudar a las personas a resolver los inevitables conflictos y tensiones de la vida, permite expresar y liberar la mayor parte de sus problemas, produciendo relajación, distracción, siendo una forma de canalización de los problemas físicos y/o psicológicos, y permitiendo un ejercicio/mantenimiento de las actividades mentales. Los modos de participación no son exclusivamente de forma activa, sino que el paciente también puede realizar una participación pasiva como receptor, realizando un acto de recreación de la obra artística, lo que también se traduce en un efecto benéfico y terapéutico. Las terapias artísticas abarcan una amplia gama de realidades, de patologías y de personas, que se pueden ver beneficiadas por sus efectos. Los mencionados beneficios que puede aportar el arte, en las distintas personas y en las diversas alteraciones/patologías, pueden ir dirigidos a pacientes en unidades de pediatría, geriatría, salud mental, oncología, U.C.I., neurología (enfermos de Alzheimer, Parkinson,...), SIDA, autismo, trastornos del comportamiento alimentario, enfermos terminales, disminuir o aliviar el dolor crónico o agudo, personas con diferentes deficiencias sensoriales psíquicas/físicas y motoras (S. Down, sordos/mudos, ciegos, etc...), en adolescentes, niños con necesidades educativas especiales o incluso en personas con una problemática social desfavorecida (cuestiones de género, marginales, adicciones o en presidio). Las diferentes ramas del arte que pueden aportar propiedades terapéuticas son múltiples, como la pintura, música, escultura, escritura, fotografía, cine, vídeo, danza, drama-teatro, manualidades (cerámica, modelado, collage). Desde nuestro punto de vista, uno de los retos actuales de la

sanidad y por lo tanto para los profesionales de enfermería como agentes de salud, responsables de los cuidados y protagonistas directos de la atención al paciente, es el de contemplar los aspectos emocionales en el proceso que rodea al binomio salud-enfermedad en todas sus fases y facetas, y utilizar todos los medios a nuestro alcance para conseguir los mayores beneficios para el paciente. Por todo ello, si el arte se muestra como una herramienta útil para curar, sanar, aliviar o paliar el desequilibrio físico y emocional que la enfermedad conlleva en los pacientes, no podemos descartarlo como parte integrada en los cuidados enfermeros.

Palabras clave: Arte-terapia. Enfermedad y creación artística. El arte como apoyo a los cuidados enfermeros.

Abstract: The entailment between disease and artistic creation has been related to the concept of health in, practically, all the times of history. In most of the artists who we have begun to analyze, we can find sufficient evidences of the reciprocal causality between disease and art, as well as signals of a mutual feedback between both, through the healing treatment, in the case of the disease, or through the production of a final work, in spite of the situation of disease, or even as a result of the same one, in the case of the art. Thus for example, we can mention ill artists who create as a route of "escape" or canalization of their disease, with a determining factor of the quantity of the artistic production, as it can be the case of Van Gogh. Other artists create as therapy and/or to overcome their disease as it can be the case of Renoir, Klee, Matisse, Frida Kahlo, Vivaldi, Rachmaninov, Graham Green, and Dalí. The creative activity can help people to solve the inevitable conflicts and tensions of life, allows to express and to release most of its problems, producing relaxation, distraction, being a form of canalization of the physical and/or psychological problems, and allowing an exercise/maintenance of the mental activities. The ways of are participation not only as active, but the patient can also make a passive participation as receiver, making an act of recreation of the artistic work, which also is translated in to a beneficial and therapeutic effect. The artistic therapies include a wide range of realities, pathologies and people, who can benefit with their effects. The mentioned benefits can contribute the art, in the different people and the diverse disorders/pathologies, can be directed to patients in units of paediatrics, geriatrics, mental health, oncology, U.C.I., neurologies (Alzheimer, Parkinson,), AIDS, autism, alterations of the nourishing behaviour, terminal, diminish or alleviate the chronic or acute pain, people with different psychological / physicals and motor-sensorial conditions (S. Down, dumb, blind, deaf, etc), in adolescents, children with special education necessities or even in people with an underprivileged social problems (questions of genre, marginality, y addictions or in prison). The different branches of the art that can contribute therapeutic properties are multiple, like painting, music, sculpture, writing, photography, cinema, video, dance, theatre, handicrafts (ceramics, modelling, collage). From our point of view, one of the present challenges of health and therefore for the professionals of nursing as agents of health, in charge of the cares and direct protagonists of the attention to the patient, is to contemplate the emotional aspects in the process that surrounds the binomial health-disease in all their phases and facets,

and to use all means to our reach to obtain the greater benefits for patient. In conclusion, if the art is like a tool to cure, to heal, to alleviate or to palliate the physical and emotional imbalance that the disease entails in the patients, we cannot discard it part integrated in the care carried out by of nurses.

Keywords: Art therapy. Illness and artistic creation. Art as a support for nursing care.

INTRODUCCIÓN

Desde épocas remotas el arte se ha vinculado a la promoción y restablecimiento de la salud humana. Si hacemos un recorrido histórico, se sabe que en la antigüedad clásica, ya conocían las propiedades terapéuticas del arte y los beneficios de su práctica en el equilibrio general del ser humano.

En el año 2.000 a.c. algunos sacerdotes egipcios consideraban que determinadas condiciones ambientales, como los cantos y danzas rituales, contribuían a disipar los estados melancólicos. En el año 1.500 a.c. en los papiros médicos egipcios se ha podido observar cómo atribuían a la música una influencia favorable sobre la fertilidad de la mujer.

Los chamanes de antiguas culturas africanas lo han utilizado en rituales de curación.

Quintiliano, año 35 o 42 después de Jesucristo, decía: “los discípulos de Pitágoras tocaban la lira al levantarse para trabajar mejor y volvían a pulsarla al acostarse para reprimir el influjo de los sentidos y olvidar los recuerdos del día”. Avicena (980-1037) por su parte afirmaba: “todo género de dolor se desvanece y cura con la música”. Un criterio muy acertado sobre el valor terapéutico de la música fue expresado por Arnaldo de Vilanova 1240 – 1311 al señalar: “la música no sirve para curar todo género de enfermedades, sino como fuerza modificadora del estado de ánimo, esto coadyuva a la mayor eficacia de los remedios físicos y farmacológicos utilizados”. En ese mismo sentido se manifiesta Antonio José Rodríguez 1709 – 1781, al exponer: “la música es ayuda eficaz en todo tipo de enfermedad, toda enfermedad causa dolor y afecta negativamente el estado de ánimo del enfermo”.

En 1882 en el manicomio de San Baudilio de Llobregat (Barcelona) se usaba la música como agente terapéutico y existía una orquesta formada por pacientes.

Hasta el siglo XIX la música y las artes plásticas habían sido utilizadas empíricamente. No es hasta principios del siglo XX, cuando la música se convierte en una técnica estructurada de tratamiento con una base metodológica definida, aunque fue durante la Segunda Guerra Mundial cuando el arte empezó a considerarse como una forma de tratamiento terapéutico. Esta consideración se debió, en parte, a la experiencia de Adrian Hill, un artista que mientras convalecía en un hospital, liberaba

su nostalgia y sus angustias pintando. Comenzó a compartir con otros enfermos los reconfortantes efectos que ejercían sobre él esta actividad creativa. Resultó que a algunos pacientes esto les sirvió para poder comunicar, por medio del dibujo y de la pintura, los miedos y sufrimientos que habían vivido en el campo de batalla.

Trabajos e investigaciones sobre el tema se sucedieron a partir de este momento, los primeros libros sobre este tema datan de finales de la década de 1940 y cabe resaltar a las norteamericanas Edith Kramer o a Margaret Naumburg, como unas de las pioneras en sistematizar el arte como terapia.

A partir de 1980 y en las dos últimas décadas en particular, se ha producido una creciente conciencia de la utilidad del Arte como Terapia, en países como Estados Unidos, Gran Bretaña, Francia, Alemania, Japón, Israel, Chile. El arte comenzó a utilizarse terapéuticamente como rehabilitación, como catarsis y finalmente como un instrumento de auto-conocimiento, dirigido a personas con necesidades especiales de diversa categoría, como colectivos afectados de enfermedades psicopatológicas, enfermedades terminales, personas con una problemática social desfavorecida, marginales, o en presidio; personas que utilizan diversas técnicas arte-terapéuticas para combatir el estrés y la alienación derivadas de la vida actual; grupos que, a través de estas técnicas, amplían su creatividad favoreciendo respuestas originales en la solución de los múltiples desafíos que les propone su actividad profesional o personal, además de un gran número de aplicaciones sobre numerosos problemas relacionados con la infancia, cuestiones de género o de otras situaciones de exclusión social.

Su práctica se ha ido extendiendo progresivamente, siendo en Estados Unidos donde más se ha desarrollado. Es, junto con algunos países europeos, como Gran Bretaña o Francia, donde la terapia a través del arte ya ha sido concebida como un poderoso apoyo al tratamiento diagnóstico e investigador en la salud mental y posee un claro reconocimiento profesional, consolidándose cada vez más como estudios universitarios.

En España, la terapia artística está todavía poco desarrollada. Los primeros estudios corresponden a los programas ofrecidos por la Universidad de Barcelona y un Master en Arte Terapia que se desarrolla en la Facultad de Educación de la Universidad Complutense de Madrid desde el curso 2000-01, y desde el curso 2005-06 también se imparten en la Universidad de Murcia y en la Universitat de Girona.

Desde hace una década se realizan en el Hospital Niño Jesús de Madrid, unos talleres de arte terapia, para los niños que van a estar una estancia más o menos larga en el mismo. Se tratan patologías relacionadas con trastornos de alimentación, adicciones, inadaptación social, deficiencias psíquicas y, recientemente, deficiencias físicas y motoras.

En el Hospital Clínico San Carlos de Madrid se están aplicando iniciativas tan pioneras como la expresión corporal y danza, arteterapia, risoterapia, cuenta cuentos y payasos a la hora de trabajar con los niños.

En el hall del hospital materno-infantil de La Paz puede ser contemplado 'Zapal' (La Paz al revés), una exposición itinerante, promovida por la asociación francesa 'Art dans la Cité', los objetivos del programa son claros: introducir el arte en espacios insólitos; permitir que nuevos públicos descubran la magia del arte contemporáneo; instalar obras en hospitales, contribuyendo así a la humanización de los centros; mejorar la estancia de los niños ingresados; posibilitar el descubrimiento de jóvenes talentos y facilitar el encuentro entre el artista y los niños. Principalmente se trata de que un profesional del arte realice una obra, que posteriormente adornará el hospital, contando con el apoyo de los más pequeños. El taller estaba en la sala de juego y se pedía a los niños que elaborasen piezas del "árbol-ciudad". Y es que este proyecto intenta fomentar la capacidad imaginativa por encima del dolor o el sufrimiento que padecen los niños hospitalizados y que, durante los dos meses de duración del taller, aportaron una pizca de su creatividad y de su esfuerzo al proyecto.

En la obra también participaron padres, abuelos, familiares e incluso personal hospitalario. "Se trata de humanizar lo que rodea a los niños. 'Los que les ponen una aguja' han realizado la obra con ellos. Eso los humaniza y hace que cambien las relaciones con ellos y se enfoquen desde un punto de vista más humano".

En Burgos, existe un centro que se ha dedicado a desarrollar la expresión artística como medio de ayuda y expresividad en niños autistas, llegando a realizar dos grandes exposiciones de los trabajos realizados en el centro por toda Europa.

En la actualidad, se viene produciendo un cambio, que se vislumbra acrecentarse con el tiempo. La ciencia más rigurosa viene constatando las propiedades beneficiosas de las terapias del arte.

Podemos intuir que la medicina moderna integrará la medicina tradicional de occidente con otras formas complementarias de curar. De hecho, muchas de estas disciplinas empiezan a ser consideradas como materia universitaria en numerosos centros docentes y facultades de medicina de todo el mundo, y porqué no, en escuelas de enfermería u otras de las ciencias de la salud.

Existe un creciente interés y se observa una mayor divulgación sobre esta forma de terapia en los medios de comunicación, exponiendo y dando a conocer las virtudes del arte tanto para mejorar la calidad de vida de un paciente, como para enfrentarse a una enfermedad, controlar el estrés, llegar a servir como medio de ayuda y expresividad para niños con conflictos o con necesidades educativas especiales, tercera edad, o tan sólo para obtener un conocimiento más profundo de uno mismo.

El proceso de la creación reviste gran importancia en Arte Terapia. Constituye un eficaz medio de comunicación no verbal y es agente de cambio y desarrollo personal observable incluso en casos de personas con perturbaciones graves.

Todo esto nos lleva a descubrir e investigar en las posibilidades terapéuticas de la actividad artística, es decir, el Arte como terapia, como cura, como cuidado.... El dar más relevancia a los aspectos emocionales de la enfermedad, puede ayudar a distraerse de las enfermedades o las dolencias a la vez que se atiende el aspecto fisiológico. Por lo que irá en conjunción con otras intervenciones terapéuticas, viéndose considerablemente reforzados.

Se basa en la idea de que el proceso creativo resulta curativo, pues permite a los pacientes canalizar sus emociones y les puede ayudar a aliviar sus síntomas y adaptarse a experiencias traumáticas.

El empleo del arte como vehículo de rehabilitación por medio de la creatividad y la expresión artística, el poseer un sentido avanzado sobre la curación integral del paciente.

La utilización del arte que se viene realizando y que en muchos casos participamos como enfermeros dentro de los equipos de salud, es prácticamente circunstancial, no integrado, como tal, en los cuidados enfermeros.

Siguiendo la Clasificación de Intervenciones de Enfermería (Nursing Interventions Classification, NIC), una intervención es "cualquier tratamiento basado en el criterio y el conocimiento clínico, que realiza un profesional de la enfermería para aumentar los resultados del paciente". La NIC establece como intervención enfermera la Terapia artística y la define como "facilitación de la comunicación a través de dibujos o de otras formas de arte". También incluye como intervención enfermera la Terapia musical y la define como la "utilización de la música para ayudar a conseguir un cambio específico de conductas, sentimientos o fisiológico".

La actual concepción multidimensional de la salud que requiere un abordaje multidisciplinar, justifica ampliamente la contribución del Arte Terapia. Del mismo modo los cuidados enfermeros entendidos como procesos integrales e individuales pueden enriquecerse de las aportaciones del Arte Terapia. El arte no puede ser considerado como banal y accesorio, o secundario, por parte de los profesionales de enfermería, sino como un recurso fundamental, como un lenguaje insustituible para facilitar las experiencias de salud-enfermedad que compartimos con las personas que cuidamos.

BIBLIOGRAFÍA

Allen PB. Arte Terapia: Guía de autodescubrimiento a través del arte y la creatividad. Madrid: Gaia; 1997.

- Alvin J. Musicoterapia. Buenos Aires: Paidós; 1997.
- Andrews T. La curación por la música. Barcelona: Martrínez Roca; 1993.
- Arias D, Vargas C. La creación artística como terapia. Barcelona: RBA; 2003.
- Bozal V. Picasso. Madrid : Electa; 1999.
- Dalley T. El arte como terapia. Barcelona: Herde; 1987.
- Fran K. Van Gogh. Barcelona. Salvat; 1985 (Biblioteca Grandes Biografías).
- García Sánchez L. Monet. Barcelona: Susaeta; 2001(Genios de la pintura).
- Herrea H. Frida Kahlo. Las Pinturas. México D.F. ; 2001.
- Kramer E. Terapia a través del arte en una comunidad infantil. Buenos Aires: Paidós; 1982.
- López Fernández-Cao M, Martínez Díaz N. Arteterapia. Conocimiento interior a través de la expresión artística. Madrid: Tutor; 2006.
- LLópez Fernández-Cao M. ¿Nos hace la creación aptos para la vida?. Murcia: Universidad de Murcia. (Encuentros con la expresión Revista de Arte-Terapia y Arte; 1). P. 18-22.
- McCloskey JC, Bulechek GM. (2001) Clasificación Intervenciones de Enfermería (CIE). Madrid: Harcourt; 2001.
- Naumburg M. An introduction to the art therapy. Studies of the "free" art expression of behavior problem children and adolescents as a means of diagnosis and therapy Teachers College Press. New York and London; 19073.
- Sandblond F. Enfermedad y creación. Como influye la enfermedad en la literatura, pintura y música. México D.F.: Fondo de Cultura Económica; 1995.
- Tintelnot H; Martín González JJ. Del Clasicismo a la Epoca Moderna. Historia del Arte Universal. Bilbao: Moreton; 1976.
- Tobbien F.Toulouse Lautrec. Barcelona: Editors ; 2000.
- Tobbien F. Claude Monet. Barcelona: Editors; 1992.

HIPÓTESIS

El arte, en todas sus formas, no es sólo un modo de expresión, sino una herramienta terapéutica que posee propiedades y efectos benéficos, tanto en situación de salud como de enfermedad, por lo que puede complementar los tratamientos de diversas patologías y, como tal, debe ser integrado en los Cuidados enfermeros.

OBJETIVOS

- Establecer la relación entre Arte-Creación-Enfermedad.
- Determinar los posibles efectos, en general, que produce el arte en la persona.
- Analizar los posibles modos de participación activa/pasiva del paciente en relación a las diferentes manifestaciones artísticas.
- Examinar los posibles efectos benéficos del Arte en las diversas situaciones patológicas, alteraciones o discapacidades.
- Encuadrar el arte como terapia en los cuidados enfermeros, desglosando su utilidad en los distintos grupos patológicos o de alteración del estado de salud.
- Comprobar la utilidad de la integración del arte en los cuidados enfermeros, no solo como mejora de dichos cuidados sino como expansión y crecimiento de la profesión de enfermería.

METODOLOGÍA Y PLAN DE TRABAJO

Para el desarrollo del presente trabajo utilizaremos un método deductivo, realizando un análisis cualitativo de todo el material seleccionado, tanto histórico, como bibliográfico, en general, así como de todas las experiencias prácticas que hasta el momento se están realizando, según hemos indicado en la introducción.

Esto nos posibilitará la evaluación cualitativa de todas las posibilidades y efectos que el Arte ejerce sobre la persona, lo que nos permitirá, según ya hemos indicado, aplicar la metodología deductiva, es decir, pasar de lo universal a lo particular, hasta llegar a demostrar, si nuestra investigación así lo confirma, la utilidad en los cuidados enfermeros, de lo que podremos llegar a inferir no solo la utilidad, sino la necesidad de que la terapia mediante el Arte llegue a formar parte, totalmente integrada, de los Cuidados enfermeros.

Siguiendo el método cualitativo, más orientado a determinar el significado del fenómeno que de su cuantificación, utilizaremos técnicas interpretativas que traten de

describir y decodificar el fenómeno artístico como terapia, base o eje central de nuestro estudio, especialmente basándonos en análisis de documentos y datos, realizando una reflexión crítica, reconociendo y teniendo un especial cuidado en que la relevancia de la subjetividad del modelo no nos condicione los resultados objetivos.

Recibido: 23 junio 2009.

Aceptado: 12 julio 2009.