

INFERMERIA



escoles universitàries  
g i m b e r n a t



ADSCRITA A LA UAB CEI  
CAMPUS D'EXCEL·LÈNCIA  
INTERNACIONAL

---

# **Escuela Universitaria de Enfermería Gimbernat**

## **Trabajo Final de Grado**

### **Curso académico 2013-2014**

## **Arte Terapia en pacientes adultos con cáncer**

**Autor: Nerea de la Calle Sarceda**

**Tutora: Montserrat Edo**

**Sant Cugat del Vallès, Junio de 2014**

# ÍNDICE

	<u>Pág</u>
<b>1. Resumen</b> .....	3
<b>2. Abstract</b> .....	4
<b>3. Introducción</b> .....	5
<b>4. Objetivos</b> .....	7
<b>5. Desarrollo</b> .....	8
○ ¿Qué es el Arte Terapia?.....	8
○ El triángulo terapéutico: Paciente- Creación- Arte terapeuta .....	9
○ Arte Terapia: del origen a la actualidad.....	12
○ Arte Terapia y necesidades psicológicas, emocionales sociales y espirituales en pacientes adultos con cáncer.....	13
- <i>Dimensión psicosocial y emocional</i> .....	14
- <i>Dimensión espiritual</i> .....	15
○ Características de las sesiones de arte terapia .....	16
○ Modalidades de AT basado en las artes plásticas.....	18
○ Arteterapia y enfermería.....	19
<b>5. Conclusiones</b> .....	22
○ Propuestas .....	22
<b>7. Bibliografía</b> .....	24

## ***Resumen***

La creatividad es una cualidad innata y universal, capaz de expresar el consciente y el inconsciente de las personas. El Arte Terapia (AT) basa sus intervenciones en la creencia de que existe una asociación entre el proceso de creación artístico y el bienestar general y la calidad de vida de las personas.

En el caso del cáncer, una de las patologías más prevalentes del S. XXI, es habitual que las personas sufran un conjunto de síntomas psicosociales, emocionales y espirituales que deben ser correctamente diagnosticados, evaluados y tratados.

Según las investigaciones realizadas hasta el momento se han descubierto múltiples beneficios derivados del uso de AT en pacientes adultos con cáncer: favorece el control y la expresión emocional, refuerza los pensamientos positivos, fomenta las habilidades del paciente, aumenta la capacidad de adaptación ante situaciones difíciles, facilita el desarrollo de nuevas habilidades sociales y mejora el estado de salud general y la calidad de vida del paciente.

Este trabajo presenta una revisión bibliográfica sobre el uso del AT en pacientes adultos con cáncer. Analiza la eficacia del AT en las dimensiones psicosocial, emocional y espiritual del paciente; identifica sus características principales; especifica los distintos tipos de modalidades que existen; explica la relación existente entre los distintos elementos del triángulo terapéutico; determina cual es el rol de enfermería con respecto a este tipo de terapias y propone incluir el arte terapia en la práctica enfermera; y finalmente describe cual es la situación actual del AT en el estado Español.

*Palabras clave: arte terapia, cáncer, adultos, síntomas psicológicos, enfermería*

## *Abstract*

Creativity is an inborn and universal quality, can explain the conscious and unconscious of people. The Art Therapy (AT) based his interventions in the creed about a nexus between the artistic process, the quality of live and wellness.

In the specific case of cancer, one of most relevant pathology in the 21th century, it's common in cancer patients suffer psycho-social, emotional and spiritual which shall diagnosed, appraised and treated.

Based in investigations realized until now, this labor's discover lots of benefits derivate to AT praxis in adults with cancer: it favors the control of emotional expressions, strengths positive thoughts, encourage the abilities of the patient, increase adaptation to hypothetical difficult situations, rise new social abilities and improve the wellness. This paper presents a biographical revision of investigations which studies the dimension of AT actions in grown-up people with cancer. It analyze the efficiency of AT's in dimensions of psycho-social, emotional and spirituality of the patient; identifies the principal specifications; specify the different types of modalities existing between the different types of the triangle therapeutic; determines the role of the nursing with respect to this type of therapies and proposed to include the art therapy in the nursing practice; and finally describes the actual situation of the AT's in the Spanish state.

*Key words: art therapy, cancer, adult, psychological symptoms, nursering*

## INTRODUCCIÓN

El cáncer es una de las principales causas de muerte en el mundo <sup>1</sup>. La Agencia Internacional de Investigación sobre Cáncer (IARC) determina que el número de personas que vivían con esta enfermedad en el mundo en el año 2012 era de 32'6 millones <sup>2</sup>, una cifra que según las previsiones irá en aumento durante los próximos años. Así pues, según la Organización Mundial de la Salud (OMS), el número de casos nuevos anuales pasará de 14 millones (en el año 2012) a 22 millones durante los próximos 20 años <sup>3</sup>.

El paciente con cáncer sufre una serie de síntomas físicos tales como: astenia, fiebre, dolor, disnea, insomnio y náuseas <sup>4</sup>, que repercuten directamente en su calidad de vida, desencadenando alteraciones en las dimensiones espiritual, psicosocial y emocional del mismo. Los síntomas psicológicos más habituales en los pacientes con cáncer son: depresión, ansiedad, difícil afrontamiento de la enfermedad y preocupaciones sociales y existenciales <sup>4, 5</sup>. Todos estos factores tienden a influir de forma negativa en las defensas inmunológicas del paciente, pudiendo complicar la evolución de su patología <sup>6</sup>. En consecuencia, los individuos con cáncer precisan cuidados psicológicos y espirituales encaminados a minimizar el impacto derivado del desarrollo de dicha patología.

En la actualidad la medicina empleada en los hospitales se centra fundamentalmente en el tratamiento farmacológico, acompañado si es necesario de atención psicológica. Sin embargo, también existen otro tipo de terapias menos utilizadas denominadas Terapias Complementarias y Alternativas (TCA), que se definen como “un conjunto diverso de sistemas, prácticas y productos médicos y de atención a la salud que no se consideran actualmente parte de la medicina convencional” <sup>7</sup>. La diferencia principal entre ambas es que la medicina complementaria se realiza simultáneamente con la medicina convencional, mientras que la alternativa se utiliza como sustituta de los tratamientos médicos habituales <sup>8</sup>.

Actualmente las técnicas relativas a las Terapias Complementarias y Alternativas no se enseñan sistemáticamente en las carreras universitarias pertenecientes al ámbito sanitario, su práctica no está regulada por el gobierno y, como consecuencia, no están disponibles en el Sistema Nacional de Salud (SNS) del estado Español <sup>7, 8</sup>. No obstante, durante los últimos 20 - 30 años se ha observado un aumento en el uso de las TCA <sup>9</sup>, especialmente en el ámbito oncológico <sup>10, 11, 12, 13</sup>. Concretamente, un 73,5% de los pacientes con cáncer afirman haber utilizado la Medicina Complementaria y Alternativa (MCA) en alguna ocasión <sup>6</sup>.

Dicho esto, nos centraremos en una terapia incluida dentro del campo de la medicina complementaria: el Arte Terapia (AT) o Terapia del Arte, que consiste en una forma de psicoterapia basada en la creencia de que el proceso creativo característico del arte es saludable y mejora la calidad de vida de las personas que lo practican <sup>3</sup>. El objetivo principal de la terapia del arte, es mejorar el bienestar general del paciente. Así pues, durante el desarrollo de una sesión de AT un 70% de los pacientes verbalizó sentirse más relajado a nivel emocional, y un 53'1% se sentía mejor físicamente <sup>9</sup>. Además, según la opinión de pacientes y profesionales que han estado en contacto con el arte terapia, alegan que tiene la capacidad de reducir los síntomas psicológicos y aumentar notablemente la calidad de vida de los pacientes relativos al ámbito oncológico <sup>14, 15, 16</sup>

El arte terapia, de igual modo que el resto de Terapias Complementarias, se encuentra en un estado de desarrollo y demanda creciente por parte de la población <sup>10</sup>. Por ejemplo, en EEUU durante el año 2004 una cuarta parte de los hospitales ofrecieron a sus pacientes la posibilidad de participar en sesiones de arte terapia de 1 hora de duración. Durante el análisis de los resultados se identificó una gran satisfacción por parte de los participantes y los profesionales de la salud con respecto a las sesiones arte terapéuticas. Así mismo, se observó la mejoría de diversos síntomas como: la fatiga, la depresión, la ansiedad y la somnolencia. Debido al éxito obtenido decidieron aumentar la oferta de sesiones de arte terapia en el ámbito hospitalario <sup>5</sup>.

## **OBJETIVOS**

El principal objetivo de este Trabajo de Fin de Grado es realizar una revisión bibliográfica sobre los efectos de la Arte Terapia dirigida a adultos con cáncer, para así:

- Exponer cual es la eficacia del Arte Terapia en los síntomas psicológicos de pacientes adultos con cáncer.
- Identificar la importancia de fomentar las Terapias Complementarias (TC), en concreto de la Arte Terapia, en el ámbito oncológico.
- Conocer la regularización y práctica de la Arte Terapia.
- Explicar la opinión de los profesionales de enfermería sobre las terapias artísticas y proponer la inclusión del Arte Terapia en la formación y la práctica de Enfermería.

## DESARROLLO

El mundo de la medicina y la salud está asociado a un proceso de cambio continuo. Actualmente se encuentra inmerso en un estado de transición, en el cuál se está evolucionando de una medicina tradicional basada en el concepto de separación entre cuerpo y mente, a otra con principios más holísticos <sup>12</sup>. Este fenómeno se debe a un aumento del interés por los cuidados integrales e individualizados, por parte de los profesionales sanitarios y de la población en general <sup>12</sup>, y es la principal causa del incremento del uso de las terapias complementarias, incluida la terapia artística, durante las dos últimas décadas <sup>13</sup>.

### ¿Qué es el AT?

El Arte Terapia (AT) pertenece al grupo de las terapias *mind-body*, incluidas en el campo de la medicina complementaria. La terapia del arte nace de la unión de las técnicas artísticas y psicológicas <sup>14</sup> y utiliza como método de comunicación las capacidades expresivas relativas al marco artístico, con el objetivo de aumentar el bienestar psicológico del individuo <sup>4</sup>.

La Asociación Americana de Arte Terapia (AATA) <sup>15</sup> define esta modalidad como “una profesión de salud mental que utiliza el proceso creativo de ‘hacer arte’ para mejorar el bienestar físico, mental y emocional de personas de todas las edades”. Análogamente, la Asociación Profesional Española de Arte Terapeutas (ATE) <sup>16</sup> afirma que el Arte Terapia es “una profesión de ámbito asistencial que se caracteriza por el uso de medios y procesos artísticos, cómo método para ayudar, contener y solventar los conflictos emocionales o psicológicos de las personas”. O dicho de otro modo, la Asociación Chilena de Arte Terapia (ACAT) <sup>17</sup> explica que es la terapia artística es “una especialización profesional que utiliza la expresión plástica como medio de comunicación, para explorar y elaborar el mundo interno de los pacientes en el proceso terapéutico, con fines educativos y de desarrollo personal”.



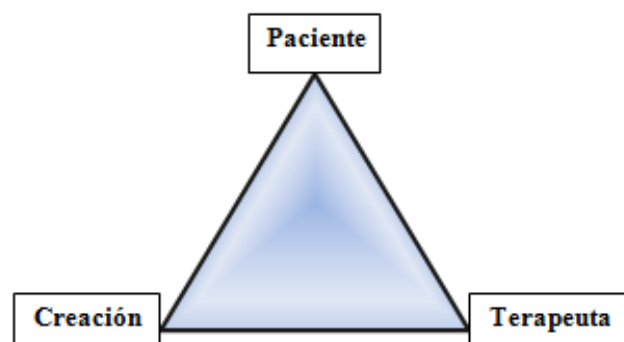
Con respecto a la definición de arte terapia se diferencian dos vertientes: el arte terapia expresiva y la terapia artística basada en las artes plásticas. La primera de ellas defiende que el arte terapia incluye cualquier actividad que el paciente considere que puede servirle como ayuda y canalización de sus emociones, abarcando desde música, danza, drama, teatro, escritura <sup>13</sup>, fotografía, performance <sup>18</sup>, poesía, artes visuales <sup>29</sup>, body paint <sup>29</sup>... hasta jardinería o cocina <sup>13</sup>. Por otra parte, la segunda vertiente considera que el arte terapia se basa únicamente en las artes plásticas o decorativas <sup>19, 18</sup>, como por ejemplo: dibujo <sup>18</sup>, modelaje y collage <sup>14</sup>.

De igual modo, existe una modalidad terapéutica que unifica la terapia del arte basada en artes plásticas con alguna terapia expresiva, como por ejemplo la musicoterapia, argumentando que facilita la relajación del paciente y potencia su creatividad <sup>13</sup>.

En este trabajo nos centraremos en la segunda vertiente, considerando la terapia artística como un proceso de creación fundamentado en las artes plásticas.

### **El triángulo terapéutico: Paciente – Creación artística – Arte terapeuta.**

La relación establecida entre el paciente, la creación artística y el arte terapeuta se representa mediante lo que se denomina “triángulo terapéutico” <sup>20</sup>, situando a cada uno de estos elementos en un vértice, como se indica en la figura (*Fig. 1*):



*Fig. 1. Triángulo terapéutico: Paciente – Terapeuta – Creación. (Adaptado de: Domínguez PM. “Arteterapia. Principios y ámbitos de aplicación” <sup>20</sup>.)*

El triángulo terapéutico no representa una relación jerarquizada, sino al contrario: todos los elementos se encuentran al mismo nivel, y el grado de implicación de cada uno variará indistintamente durante el proceso terapéutico. Por esta razón, es necesario entender el arte terapia como un procedimiento a desarrollar con el paciente, y no para el paciente <sup>21</sup>.

A continuación, profundizaremos en las características de cada elemento del triángulo terapéutico.

### *Paciente*

El usuario desarrolla un vínculo emocional con el arte terapeuta <sup>14</sup>, el cual fomenta la capacidad del individuo para compartir sus reflexiones, miedos y sentimientos a través de una creación artística, en la que el paciente se ve reflejado y con la cual se siente identificado <sup>9</sup>. De este modo, el usuario llega a conclusiones a partir de sí mismo, utilizando como guía los consejos del arte terapeuta. Así pues, el paciente es el único que llega a comprender el significado íntegro de la obra <sup>22</sup>, por lo que es imprescindible su implicación y colaboración durante las sesiones.

En relación a las habilidades artísticas del usuario, no es necesario que domine la técnica de la modalidad artística que desee realizar, lo importante es que pueda exteriorizar sus pensamientos y emociones a través de ella <sup>21</sup>.

### *Creación Artística*

La creatividad es una cualidad innata, que todo el mundo posee y que es capaz de simbolizar el mundo interior de las personas <sup>14</sup>. Por esta razón, el proceso artístico facilita la expresión consciente e inconsciente del individuo y simboliza una auto representación en la que el creador de la obra se ve reflejado, induciéndole a un estado de reflexión <sup>21</sup>.

En consecuencia, la creación artística sirve como catalizador de la comunicación entre el paciente, el arte terapeuta <sup>22</sup> y el grupo en el caso de las sesiones conjuntas. De manera que el proceso de creación de la obra y el producto final

interactúan como un elemento más de la relación terapéutica en las sesiones de arte terapia <sup>16</sup>.

En cuanto a la elección de materiales, se aconseja proporcionar al paciente el poder de la libre elección. El arte terapeuta puede realizar recomendaciones a cerca de qué tipo de material considera que es más adecuado para cada caso, basándose en las habilidades artísticas del paciente y la dificultad de manipulación de los materiales, pero es el paciente el que tiene la última palabra <sup>22</sup>.

Con respecto al nivel de dificultad, los materiales más fáciles de controlar son los instrumentos rígidos, como lápices de grafito y colores, mientras que en el otro extremo se encuentran los materiales acuosos y de modelado, como por ejemplo la arcilla, la acuarela y las témperas <sup>22</sup>.

### *Arte Terapeuta*

La función principal del arte terapeuta es animar al usuario a utilizar los medios creativos, con el objetivo de facilitar que el paciente identifique y exprese sus emociones cuando no es capaz de hacerlo verbalmente. Con este fin, acompaña al individuo y le ofrece soporte cuando lo precisa, permitiendo que cada persona siga su propio proceso e interviniendo sólo cuando es realmente necesario <sup>10</sup>.

Así mismo, el terapeuta facilita al paciente la comprensión de su propia creación artística. Para ello es imprescindible observar y analizar el lenguaje verbal y no verbal del individuo. De esta forma, a través de preguntas referentes a las características de la obra y a la actitud del propio paciente en las sesiones, se potencia la reflexión sobre diferentes aspectos de su vida.

En cuanto a la relación que el terapeuta debe establecer con el paciente, es imprescindible crear un clima de confianza, asegurando siempre la confidencialidad del individuo y mostrándose cercano, pero sin llegar a invadir su espacio <sup>1</sup>.

## **Arteterapia: del origen a la actualidad**

El Arte Terapia (AT) surge paralelamente en EEUU e Inglaterra en los años 40-50<sup>16</sup>, cuando se empleaba como método para favorecer la expresión y el control emocional en casos traumáticos o en personas que debían enfrentarse a determinadas situaciones difíciles<sup>23</sup>, como por ejemplo ser diagnosticado de cáncer.

En sus inicios las personas encargadas de desempeñar el papel de arte terapeutas eran los artistas, educadores, profesores y psiquiatras<sup>24</sup>. A posteriori, en el año 1989 el Arte Terapia se convirtió en una disciplina consolidada en el Reino Unido<sup>24</sup>, seguido por EEUU, Israel, Francia y Alemania<sup>25</sup>, entre otros países, que actualmente incluyen la terapia del arte en sus Sistemas de Salud correspondientes.

No obstante, en España la terapia artística no aparece hasta los años 90, por lo que se considera una disciplina muy reciente<sup>16</sup>. Fue en octubre del año 1999 cuando se inauguró el primer Máster de Arte Terapia en la Universidad de Barcelona (UB)<sup>17</sup>. Seguidamente, en el año 2002, se registró la Asociación Profesional Española de Arteterapeutas (ATE), con el objetivo de establecer unas pautas para regular la práctica y la enseñanza de esta disciplina, basándose en la normativa vigente en países como Inglaterra y EEUU en los que la terapia del arte ha evolucionado más que en España y ha sido integrada en los sistemas de salud pertinentes<sup>26</sup>.

Posteriormente, en el año 2004 la OMS proporcionó su apoyo al desarrollo y práctica de las Terapias Complementarias y Alternativas (TCA), arte terapia inclusive, debido a su extendido uso y al grado de aceptación y satisfacción manifestado por parte de la población en general, así como por el bajo coste y el riesgo mínimo o nulo que conllevan<sup>15</sup>.

En este sentido, recomendó a los distintos gobiernos disponer de los medios necesarios para garantizar por una parte, que todas las personas interesadas en este tipo de terapias tengan acceso a la mejor información sobre sus beneficios y

riesgos y, por otra, que las personas que trabajen de arte terapeutas cumplan la formación necesaria para hacerlo.<sup>27</sup>

Así pues, dado que en el Estado español el arte terapia aún no es una disciplina regulada por el gobierno, se han detectado un gran número de personas con nula formación que desempeñan el papel de arte terapeutas<sup>20</sup>, lo cual indica la necesidad de fomentar y mejorar la enseñanza de esta modalidad psicoterapéutica.

### **Arte Terapia y necesidades psicológicas, emocionales, sociales y espirituales en adultos con cáncer**

El paciente con cáncer se ve sujeto a un conjunto de cambios que repercuten directamente en su calidad de vida, desencadenando un riesgo para su salud mental. Estos problemas psicológicos pueden causar a su vez complicaciones físicas y afectar a la evolución de su patología<sup>28</sup>. Como consecuencia, es necesario incorporar en su plan de cuidados intervenciones que satisfagan sus necesidades psicosociales, emocionales y espirituales, las cuáles están interrelacionadas entre sí<sup>4</sup>.

La terapia del arte influye positivamente en el crecimiento personal del paciente y le ayuda a elaborar sus propias estrategias de afrontamiento gracias al desarrollo de nuevas técnicas de expresión<sup>3, 7, 29</sup>. Así pues, la Asociación Americana de Terapia Artística (AATA)<sup>15</sup> afirma que el arte terapia está destinado a resolver problemas emocionales, fomentar la autoconciencia, desarrollar habilidades sociales, manejar conductas, resolver problemas, reducir la ansiedad, incrementar la autoestima y ayudar al paciente a asimilar la realidad .

Los principales beneficios de la terapia artística en adultos con cáncer son la mejora de la sintomatología psicológica y emocional, el estado general de salud, la calidad de vida y los recursos del paciente para hacer frente a la enfermedad<sup>2</sup>. Por el contrario, los síntomas que no sufren ninguna modificación tras participar en las sesiones arte terapéuticas son: la debilidad, la somnolencia, las náuseas, el apetito y la disnea<sup>7</sup>.

### *Dimensión psicosocial y emocional*

Las manifestaciones más frecuentes en el ámbito psicológico en el cáncer son: ansiedad, depresión y malestar emocional <sup>24, 30</sup>. Otros síntomas comunes son: temores, preocupaciones, insomnio <sup>24</sup>, sentimiento de soledad, pérdida de la sensación de autocontrol, negatividad y ansiedad frente a la muerte <sup>26</sup>. Además, ante situaciones difíciles como es experimentar el proceso del cáncer, es habitual que las personas se refugien en sí mismas debido a que no son capaces de manifestar sus sentimientos verbalmente.

El arte terapia, en relación al aspecto psicosocial y emocional del individuo, facilita la expresión de sentimientos e inquietudes, debido a que el paciente se encuentra inmerso en un ambiente de confianza, en el cual el terapeuta le ofrece el tiempo que necesita para manifestar sus pensamientos, sin necesidad de precipitarse. El hecho de poder hablar con total libertad y naturalidad de ciertos temas, mejora el control y facilita la estabilización emocional del paciente <sup>12</sup>. Además, al no ser una actividad estructurada se fomenta la espontaneidad, lo que favorece la expresión de reacciones emocionales involuntarias <sup>31</sup>.

Del mismo modo, a través del proceso creativo es posible revivir emociones que en otro momento no habían sido capaces de elaborar, lo que ayuda a elaborar el proceso de duelo característico del cáncer.

Durante el proceso arte terapéutico, el paciente transfiere sus pensamientos conscientes e inconscientes a la obra, para analizarlos posteriormente desde un punto de vista diferente con la ayuda del arte terapeuta. Así pues, el arte terapia proporciona habilidades comunicativas sin necesidad de recurrir al lenguaje verbal. En el caso de las sesiones grupales, el paciente se siente identificado con el resto de individuos, lo que facilita la interrelación con ellos, por lo que se mejoran sus habilidades sociales y se fomenta su integración en la sociedad.

Así mismo, el arte terapia también sirve como distracción, y disminuye el estrés y la ansiedad <sup>32</sup> ya que el individuo mantiene su concentración en la obra y el proceso artístico, lo cual le ayuda a relajarse <sup>11,31</sup>.

Todos los factores explicados anteriormente favorecen cambios de actitud positivos en el paciente, por una parte, mejorando su capacidad adaptativa, facilitando su estabilización emocional e incrementando la sensación de satisfacción personal, y por otra, contribuyendo a facilitar la aceptación de la realidad por parte del individuo.

### *Dimensión espiritual*

La sintomatología psicosocial y emocional explicada anteriormente provoca alteraciones en el nivel espiritual del paciente oncológico, repercutiendo directamente en su calidad de vida <sup>27</sup>. Estas alteraciones se caracterizan por una pérdida de significado, satisfacción y objetivos en la vida del paciente, además de un detrimento de su paz interior <sup>26</sup>. Otro síntoma común en los pacientes con cáncer es la aparición de miedos, entre los que destaca el miedo a la muerte <sup>2</sup>.

Por otro lado, cabe destacar que los profesionales sanitarios consideran que las personas que logran darle un valor positivo a su enfermedad están mejor adaptadas psicológicamente a la nueva situación que aquellas que no lo consiguen <sup>27</sup>.

La obra es un espejo que muestra las estrategias del paciente a la hora de afrontar determinadas situaciones y revela los pensamientos positivos y negativos del paciente <sup>11</sup>. Así pues, el arteterapia ayuda al paciente a asimilar la realidad y a ser consciente de sí mismo y de su situación, a través del reflejo de sí mismo en la obra. El paciente transforma sus pensamientos en objetos artísticos concretos y observables, y con la ayuda del terapeuta alcanza un estado de reflexión <sup>32</sup>, que le ayuda a clarificar posibles dudas e inquietudes.

Así mismo, el paciente es el único responsable de la creación y el proceso artístico, lo que fomenta su auto confianza y auto conciencia <sup>32</sup>. Por otro lado, la terapia artística ayuda a aumentar la satisfacción personal del paciente y la sensación de considerarse útil, ya que se centra en fomentar las capacidades y habilidades del paciente <sup>11</sup>.

En conclusión, la terapia del arte impulsa una transformación psicológica, logrando una actitud más positiva y ayudando a dar sentido a la vida del paciente<sup>5</sup>.

### **Características de las sesiones de Arte Terapia**

El Arte Terapia (AT) reconoce la relación entre cuerpo, mente y espíritu. Es utilizada como método de soporte en pacientes con cáncer en todos los estadios de la enfermedad, incluyendo a aquellas personas que han sobrevivido a esta patología<sup>5, 28</sup>.

En relación a las bases del arte terapia, ésta basa sus intervenciones en la creatividad, suponiendo que su desarrollo favorece la elaboración de soluciones creativas ante situaciones y dificultades de la vida diaria<sup>11</sup>.

En esta modalidad de intervención no existe una forma correcta o incorrecta de realizar la creación artística, sino que lo importante es que el paciente sea espontáneo sin importar la habilidad que tenga. El arte terapeuta no es un profesor de arte y la finalidad de la obra es terapéutica, no estética. Así pues, no importa el resultado final sino el proceso de creación<sup>6</sup>, donde es habitual que haya avances y retrocesos, y en el cual se pueden trabajar las dificultades del paciente<sup>1</sup>.

Está dirigida a todo el público en general. No existe una edad o unas características específicas que el individuo deba cumplir para participar en sesiones de AT, aunque las mujeres acceden con mayor frecuencia que los hombres<sup>17, 28</sup>, siendo el cáncer de mama la localización más común entre las mujeres participantes<sup>28</sup>.

En la terapia artística se proporciona al individuo una atención integral, desarrollando el plan de cuidados en base a los intereses, características y condición física y psicológica del individuo<sup>5</sup>. Además, debido a que el estado de salud del paciente oncológico está sujeto a cambios frecuentes, es necesario planificar cada sesión de forma individualizada. Debido a esto, a la hora de



planificar las sesiones de arte terapia es necesario tener en cuenta dos factores: el lugar de trabajo y la duración y frecuencia de las sesiones.

En relación al lugar de trabajo, se aconseja trabajar siempre en la misma sala, en la medida que sea posible. En cuanto a las características, debe ser un lugar luminoso, acogedor y libre de elementos para disponer del máximo espacio posible para trabajar <sup>30</sup>. Como consecuencia del oscilante estado de salud del paciente, se debe adaptar el lugar de trabajo a sus necesidades. Así pues, puede ser tanto en el hospital (en la cama, o en cualquier sala disponible) como en la propia casa del paciente <sup>1</sup>.

En cuanto a la duración de las sesiones de arte terapia varía entre 30 minutos y 2 horas y media <sup>11, 13, 5, 6</sup>, mientras que la frecuencia es diferente en cada caso. Es decir, no existe una duración ni una frecuencia determinada de las sesiones de arte terapia.

En relación a la estructura de las sesiones de AT no siguen una configuración determinada <sup>13</sup> ni ponen en práctica un tratamiento estandarizado <sup>29</sup>, sino que ofrecen a los usuarios un espacio en el que expresarse y auto analizarse libremente <sup>30</sup>. Por otra parte, gracias a la permanencia de la obra, es posible revisar obras pasadas para analizarlas y comprobar la continuidad del proceso evolutivo del paciente, o para retomar temas que en otro momento no había sido capaz de elaborar <sup>13</sup>, proporcionándole a una misma obra múltiples significados según el momento en el que se analice.

Así pues, en las sesiones de arte terapia se da al paciente la autonomía y responsabilidad de decidir qué modalidad de desea escoger <sup>3</sup>. Debido a que es una elección propia, aumentan las posibilidades de que el paciente demuestre una elevada implicación y adherencia al tratamiento.

Por ejemplo, tras una sesión de AT de 1 hora de duración dirigida a pacientes con cáncer, un 98% de los participantes manifestaron una receptividad positiva con respecto a la terapia <sup>7</sup>, y un 92% expresaron deseos de repetir <sup>6</sup>, un elevado porcentaje que pone de manifiesto la alta aceptación de esta terapia dentro del ámbito oncológico. En cuanto a las personas que no han utilizado nunca las terapias artísticas, cabe destacar que los motivos principales son por

desconocimiento o porque no han necesitado hacer uso de ellas, excluyendo de esta manera razones como desconfianza, malas experiencias previas o cercanas y prejuicios frente al uso del AT <sup>15</sup>.

### **Modalidades de Arte Terapia basada en las artes plásticas**

En función de las técnicas y materiales utilizados en la intervención arte terapéutica, diferenciamos las siguientes modalidades:

1. Dibujo e ilustración (lápices de colores, grafito, rotuladores, ceras...): suele utilizarse como primera toma de contacto con el arte terapia debido a su simplicidad, ya que se considera que es la modalidad que menos habilidades requiere <sup>32</sup>. El paciente transmite sus pensamientos en forma de figuras y colores, de forma espontánea, facilitando la expresión de conflictos internos de la persona <sup>4</sup>.
2. Pintura con pincel (témpera, acuarela, óleo...): el fin es idéntico al de la ilustración, es decir, fomentar la expresión emocional del paciente, sin embargo en el caso de la pintura con pincel es necesario poseer más habilidades que en la modalidad de dibujo <sup>32</sup>.
3. Modelado (arcilla, barro, plastilina...) y collage (recortes de revistas, papeles, telas...): se considera que los materiales moldeables son los que mejor favorecen la expresión de las emociones, dada su condición de objeto transformable <sup>4</sup>. Debido a esto, se considera que la técnica del collage posee una eficacia similar a la del modelado, ya que ofrece la misma posibilidad de ser modificado. Así pues, durante el proceso de interacción entre el material y el paciente, este último irá transformando la obra canalizando todas sus emociones en un solo objeto <sup>32</sup>, que estará sujeto a múltiples cambios.

Por otra parte, la terapia del arte se puede practicar de forma individual o en pequeños grupos, siempre bajo la supervisión de un arte terapeuta <sup>30</sup>.

Dentro de las terapias conjuntas se diferencian dos tipos de grupos: homogéneos, formados por pacientes con edades y patologías similares; y heterogéneos, cuando los miembros del grupo no poseen necesariamente las mismas características <sup>20</sup>. En el caso de los grupos homogéneos se obtienen mejores resultados que en los heterogéneos <sup>18</sup>, ya que los pacientes comparten experiencias y situaciones similares, por lo que manifiestan un elevado nivel de empatía.

Habitualmente predomina el uso de las terapias grupales, mientras que las sesiones individuales son frecuentadas mayoritariamente por pacientes cuyo estado de salud impide su participación como miembro de un grupo terapéutico <sup>1</sup>.

La eficacia del AT en cuanto a la reducción de la sintomatología del paciente adulto con cáncer aumenta en el caso de las sesiones realizadas en grupo <sup>20</sup>. Esto se explica dado que, por un lado, mejora sus habilidades sociales y fomenta la interacción con el resto de individuos; y por otro, el grupo se convierte en un punto de apoyo importante para el paciente, estableciéndose una relación de feedback, autoayuda y comprensión mútua entre los distintos participantes <sup>7</sup>. Dado que el paciente con cáncer tiende a aislarse en sí mismo, la terapia grupal reintegra al individuo y facilita que se sienta parte de la sociedad <sup>2</sup>.

Existe un tercer modo de terapia mixta que combina aspectos de estos dos tipos de sesiones <sup>11</sup>. En este último caso, el paciente participará en sesiones grupales de arte terapia, pero se respetará su deseo de no interactuar con el resto del grupo y se le proporcionará una atención completamente individualizada.

### **Arteterapia y enfermería**

El Arte Terapia se encuentra en un estado de demanda creciente desde principios de los años 90. No obstante, todavía no se ha integrado en el plan de cuidados de enfermería de la mayor parte de los hospitales <sup>32</sup>. Así pues, en cuanto al acceso a las Terapias Complementarias, incluida el AT, cabe destacar que surge fundamentalmente a través de: familiares o conocidos (68%), otros pacientes

(17%), un profesional de la salud (8%) y publicidad (5%) <sup>14</sup>. Estos datos ponen de manifiesto la necesidad de fomentar entre el profesional sanitario el: informar, promocionar y fomentar el uso de las terapias complementarias, en concreto del Arteterapia <sup>3</sup>. Además, es preciso fomentar la comunicación entre el profesional de enfermería y el paciente, ya que a pesar de que más de un tercio de los pacientes con cáncer han utilizado alguna vez algún tipo de terapia complementaria, más de la mitad no se lo han comunicado a los profesionales de salud que lo atienden <sup>32</sup>.

Las terapias artísticas comprenden un amplio abanico de posibilidades terapéuticas dirigidas a todo tipo de pacientes. Por estas razones, y teniendo en cuenta la utilidad del arteterapia para aliviar y paliar las alteraciones psicológicas y emocionales del paciente, no se puede descartar como intervención integrada en el plan de cuidados enfermero <sup>32</sup>.

En relación al ámbito oncológico, la Asociación Española Contra el Cáncer (AECC) <sup>22</sup> aconseja fomentar el control emocional del paciente ofreciéndole soporte y ayudándolo a :

- Aceptar lo que siente, expresarlo y dominarlo.
- Permitirse sentir tristeza, rabia, temor... ya que son sentimientos normales.
- Compartir los sentimientos con el equipo interdisciplinar y las personas de su confianza.
- Descubrir las cosas que le ayudan y agradan, y que cosas le generan incomodidad.

El Arte Terapia es capaz de dar respuesta a las recomendaciones del AECC con respecto al cuidado de pacientes con cáncer.

Por otra parte, durante los últimos años se ha detectado en enfermería una creciente preocupación por la planificación de cuidados desde una perspectiva holística y un aumento del interés relacionado con las terapias artísticas. En consecuencia, el arte terapia goza de una gran aceptación por parte de los profesionales del ámbito sanitario, concretamente en la especialidad de oncología <sup>31</sup>.

Teniendo en cuenta los beneficios asociados a la terapia artística en el ámbito oncológico y el interés de los profesionales sanitarios por avanzar hacia una medicina más integral e individualizada, se justifica razonadamente la contribución que puede aportar el arte terapia a los cuidados enfermeros.

Así, la Clasificación de Intervenciones de Enfermería (NIC) <sup>37</sup> identifica como intervención de enfermería la terapia artística (4330), definiéndola como la “facilitación de la comunicación a través de dibujos u otras formas de arte”. También incluye la Terapia musical y la define como la “utilización de la música para ayudar a conseguir un cambio específico de conductas, sentimientos o fisiológico”.

Las principales aportaciones de la terapia artística al ámbito enfermero son: favorecer el acercamiento entre profesional e individuo, facilitar el continuo salud-enfermedad, aumentar la calidad de los cuidados que se proporcionan al paciente y mejorar el estado general del paciente <sup>32</sup>.

Además, desde enfermería debemos facilitar la autonomía del individuo a la hora de escoger qué tratamiento desea recibir. Sin embargo, las Terapias Complementarias suelen estar ausentes en relación a las opciones terapéuticas que se ofrecen a los pacientes con cáncer. Así pues, la ausencia de la formación de la medicina complementaria en el ámbito de enfermería disminuye las posibilidades de que el paciente acceda a ella.

En conclusión, el arte terapia cumple todas las expectativas para satisfacer las necesidades, por lo que es una alternativa a tener en cuenta para los profesionales de enfermería a la hora de tratar con pacientes con cáncer.

Finalmente, basándome en todo lo explicado anteriormente, sugiero incluir la enseñanza de las Terapias Complementarias, incluida el Arte Terapia, durante la formación universitaria de Enfermería. Así mismo, propongo fomentar la práctica e integración de la terapia artística en el plan de cuidados de enfermería en el ámbito oncológico.

## CONCLUSIONES

El arteterapia se encuentra en un estado de demanda e interés creciente por parte de la población y los profesionales sanitarios. Es efectiva en cuanto a la reducción de la sintomatología psicológica y emocional asociada al cáncer, como por ejemplo: ansiedad, depresión, inestabilidad emocional y dificultad para expresar los sentimientos. En el ámbito de enfermería tiene un gran valor, ya que facilita la comunicación entre enfermero y paciente y facilita la proporción de cuidados integrales e individualizados, elaborados desde un punto de vista holístico. El rol de enfermería en arte terapia es ofrecer soporte al paciente y servir como guía durante el proceso arte terapéutico.

Como conclusión de toda la información expuesta anteriormente, sugiero las siguientes recomendaciones y **propuestas**:

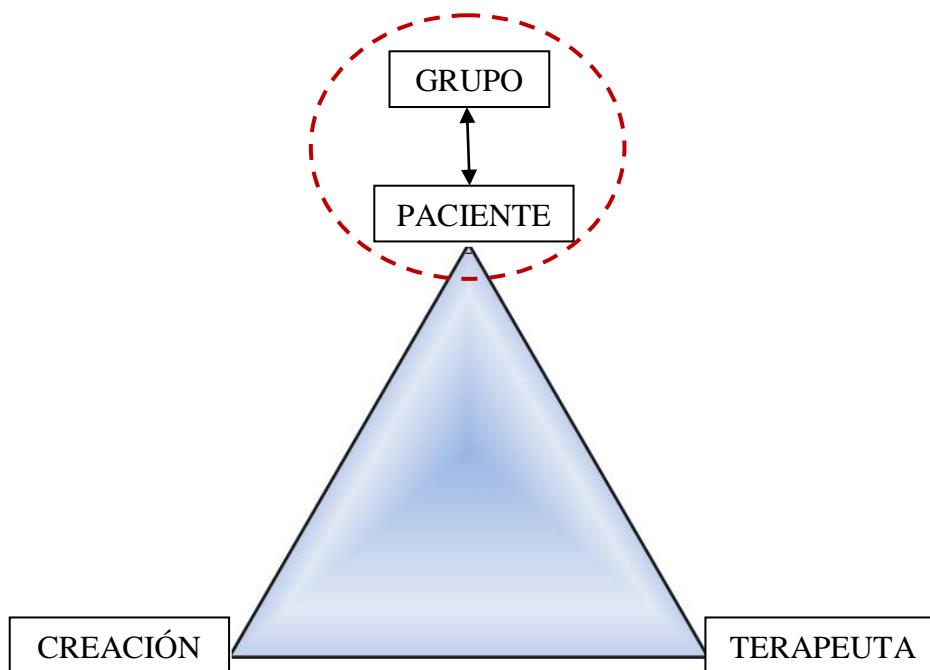
- 1.** Informar, promocionar, y potenciar el uso del AT en la población, en concreto dentro del ámbito oncológico, a través de campañas de promoción (en hospitales, centros de salud...) por parte del personal sanitario, utilizando folletos y carteles y ofreciendo sesiones de prueba y charlas informativas para explicar qué es el AT y cuáles son sus beneficios.
- 2.** Favorecer la enseñanza de las Terapias Complementarias (TC), en concreto del AT, durante la formación universitaria de los estudiantes de enfermería, con el objetivo de que conozcan la existencia de este tipo de medicina no convencional y sepan identificar las distintas modalidades que incluye. Así, sería aconsejable incluir alguna asignatura relacionada con este tipo de terapias en el plan formativo académico, así como consensuar unas prácticas que permitan el contacto del alumno con este tipo de terapias, ya que pueden ser útiles en muchas situaciones.
- 3.** Incluir el Arte Terapia en la práctica enfermera, fomentando su uso en el ámbito hospitalario a través de cursos y seminarios sobre esta modalidad terapéutica.
- 4.** Normalizar y regular el uso de este tipo de terapias por parte del gobierno, instaurando leyes que definan las competencias, derechos y obligaciones

pertenecientes a esta disciplina, e incluyéndola en el Sistema Nacional de Salud (SNS)

5. Incrementar los estudios sobre el uso y la eficacia de la terapia del arte en adultos con cáncer, mediante protocolos de investigación.

6. Por lo que respecta al triángulo terapéutico, formado por paciente – obra – terapeuta, en el caso de las sesiones grupales debería tenerse en cuenta un cuarto elemento: el propio grupo.

En las sesiones conjuntas, los miembros que participan en el grupo terapéutico interactúan de forma bidireccional con el resto de elementos del triángulo, por lo que debería considerarse un factor más del vínculo terapéutico. Esta conexión podría representarse mediante el siguiente diagrama (*Fig. 2*):



*Fig 2. Diagrama de relación entre grupo - paciente – creación – terapeuta.*

## **BIBLIOGRAFÍA**

1. Castillo MA, Jiménez AI, Torres I. Atención integral de enfermería al paciente oncológico en estadio terminal (2005). Rev Cubana Enferm [Internet]. 1999, Editorial Ciencias Médicas; 2007 [consultado a 2014 Ene 24];23(2). Disponible
2. Globocan 2012: Estimated Cancer Incidence, Mortality and prevalence Worldwide in 2012 [Internet]. [consultado a 2014 Ene 16]. Disponible en: [http://globocan.iarc.fr/Pages/fact\\_sheets\\_cancer.aspx](http://globocan.iarc.fr/Pages/fact_sheets_cancer.aspx)
3. OMS; [consultado a 2014 Ene 16]; Disponible en: <http://www.who.int/mediacentre/factsheets/fs297/es/>
4. Geue K, Richter R, Buttstaedt M, Braehler E, Boehler U, Singer S. Art therapy in psycho-oncology--recruitment of participants and gender differences in usage. Support Care Cancer [Internet]. 2012 Abr [consultado a: 2014 Jan 16]; 20(4):679–86. Disponible en: <http://www.ncbi.nlm.nih.gov/pubmed/21267605>
5. Lipson EJ. Art in oncology: how patients add life to their days. J. Clin. Oncol. [Internet]. 2011 Abr 1 [consultado a 2014 Ene 03]; 29(10):1392–3. Disponible en: <http://jco.ascopubs.org/content/29/10/1392.long>
6. Schiltz L, Zimoch A. [Using arts therapies in psycho-oncology: evaluation of an exploratory study implemented in an out-patient setting]. Bull. Soc. Sci. Med. Grand. Duche. Luxemb. [Internet]. 2013 Jan [consultado a: 2013 Dic 14];(1):48–71. Disponible en: <http://www.ncbi.nlm.nih.gov/pubmed/23808110>  
173(11):969–70. Disponible en: <http://www.ncbi.nlm.nih.gov/pubmed/23699880>
7. Secretaría de Salud Pública. Informe final: “Estudio sobre conocimiento, utilización y grado de satisfacción de la población chilena en relación a las Medicinas Complementarias Alternativas”. 2012; [consultado a 2014 Mar 17];. Disponible en: <http://web.minsal.cl/>
8. Collette N. Arteterapia y cancer. Psicooncologia [Internet]. 2011 [consultado a 2014 Mar 12];8(1):81–99. Disponible en: <https://revistas.ucm.es/index.php/PSIC/article/viewFile/PSIC1111120081A/35457>



- 9.** Lin M-H, Moh S-L, Kuo Y-C, Wu P-Y, Lin C-L, Tsai M-H, et al. Art therapy for terminal cancer patients in a hospice palliative care unit in Taiwan. *Palliat. Support. Care* [Internet]. 2012 Mar [consultado a: 2014 Dic 07]; 10(1):51–7. Disponible en: <http://www.ncbi.nlm.nih.gov/pubmed/22329937>
- 10.** Geue K, Götze H, Buttstädt M, Kleinert E, Singer S. [“About me and my disease” - the making of an individual book within an art therapy course for cancer patients]. *Rehabilitation (Stuttg)*. [Internet]. 2011 Feb [consultado a 2013 Dic 21]; 50(1):57–62. Disponible en: <http://www.ncbi.nlm.nih.gov/pubmed/21321825>
- 11.** Nainis N, Paice JA, Ratner J, Wirth JH, Lai J, Shott S. Relieving symptoms in cancer: innovative use of art therapy. *J Pain Symptom Manage* [Internet]. 2006 Feb [consultado a 2014 Feb 03]; 31(2):162–9. Disponible en: <http://www.ncbi.nlm.nih.gov/pubmed/16488349>
- 12.** Puetz TW, Morley CA, Herring MP. Effects of creative arts therapies on psychological symptoms and quality of life in patients with cancer. *JAMA Intern. Med.* [Internet]. 2013 Jun 10 [consultado a: 2013 Dic 12]; 173(11):960–9. Disponible en: <http://www.ncbi.nlm.nih.gov/pubmed/23699646>
- 13.** Geue K, Buttstädt M, Singer S, Kleinert E, Richter R, Götze H, et al. [The impact of an art therapy programme for cancer patients--an analysis from different points of view]. *Forsch. Komplementmed.* [Internet]. 2011 Jan [consultado a: 2013 Oct 27]; 18(3):127–33. Disponible en: <http://www.ncbi.nlm.nih.gov/pubmed/21701181>
- 14.** Geue K, Buttstädt M, Richter R, Böhler U, Singer S. [An art education programme for groups in the psycho-oncological after-care]. *Psychother. Psychosom. Med. Psychol.* [Internet]. 2011 Mar [consultado a 2013 Oct 27]; 61(3-4):177–81. Disponible en: <http://www.ncbi.nlm.nih.gov/pubmed/21448819>
- 15.** Asociación Americana de Terapia Artística (AATA) [Internet]. [consultado a 2014 Nov 02]. Disponible en: <http://www.arttherapy.org/>
- 16.** Asociación profesional española de arteterapeutas (Ate) [Internet]. [consultado a 2014 Abr 03]. Disponible en: <http://www.arteterapia.org.es/>

17. Asociación Chilena de Arte Terapia (ACAT) [Internet]. [consultado a 2014 Feb 02]. Disponible en: <http://www.arteterapiachile.cl/>
18. Zenil B, Alvarado S. La terapia del arte como herramienta psicoterapéutica en pacientes con cancer. *Rev Neurol Neurocir y Psiquiatr* [Internet]. 2007 [consultado a 2014 Feb 16]; 40(2):56–63. Disponible en: <http://www.medigraphic.com/pdfs/revneu-neupsi/nnp-2007/nnp072d.pdf>
19. Geue K, Goetze H, Buttstaedt M, Kleinert E, Richter D, Singer S. An overview of art therapy interventions for cancer patients and the results of research. *Complement. Ther. Med.* [Internet]. [consultado a: 2013 Dic 8]; 18(3-4):160–70. Disponible en: <http://www.ncbi.nlm.nih.gov/pubmed/20688262>  
<http://linkinghub.elsevier.com/retrieve/pii/S0123901510700949>
20. Domínguez PM. *Arteterapia. Principios y ámbitos de aplicación*. 1ª ed. Junta de Andalucía: Consejería de Educación y Ciencia [Internet]; 2013 [consultado a 2014 Ene 19]; p.9–39. Disponible en: <http://mediacionartistica.files.wordpress.com/2013/05/libro-at-pilar-dominguez.pdf>
21. Winerman L. Express yourself! Psychologists are bringing creative arts therapies into the mainstream. *Monit Psychology* [Internet]. 2005 [consultado a 2014 Feb 08]; 36(2):34. Disponible en:  
<http://www.apa.org/monitor/feb05/express.aspx>
22. Asociación Española Contra el Cáncer (AECC) [Internet]. [consultado a 2014 Feb 02]. Disponible en: <https://www.aecc.es/>
23. Antigoni F, Dimitrios T. Nurses' attitudes towards complementary therapies. *Heal Sci J* [Internet]. 2009 [consultado a 2014 Feb 20]; 3 (3): 149–57. Disponible en: <http://www.hsj.gr/volume3/issue3/334.pdf>
24. Funes MÁ. *Arteterapia. Papeles de arteterapia y educación artística para la inclusión social*. *Rev Cient Complutenses* [Internet]. 2009 [consultado a 2013 Nov 25]; 4:177–93. Disponible en: <http://revistas.ucm.es/index.php/ARTE/article/viewFile/ARTE0909110177A/879>

- 25.** Trinidad M. La utilización del Arte Terapia en el acompañamiento de pacientes con cáncer [Internet]. 2008 [consultado a Nov 05]. p.26–63. Disponible en: [www.tesis.uchile.cl/handle/2250/101404](http://www.tesis.uchile.cl/handle/2250/101404)
- en: [http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S0864-03192007000200002&lng=es&nrm=iso&tlng=es](http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0864-03192007000200002&lng=es&nrm=iso&tlng=es)
- 26.** Hernández M, Antonio Cruzado J. La atención psicológica a pacientes con cáncer: de la evaluación al tratamiento. Clínica y Salud [Internet]. Colegio Oficial de Psicólogos de Madrid; 2013 Mar [consultado a 2013 Dic 18];24(1):1–9. Disponible en: [http://scielo.isciii.es/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S1130-52742013000100001&lng=es&nrm=iso&tlng=es](http://scielo.isciii.es/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1130-52742013000100001&lng=es&nrm=iso&tlng=es)
- 27.** Bradt J, Goodill S. Creative arts therapies defined: comment on “effects of creative arts therapies on psychological symptoms and quality of life in patients with cancer”. JAMA Intern Med [Internet]. 2013 Jun [consultado a 2014 Mar 03];
- 28.** O’Connor E. The integrative approach to cancer care. Monit Psychol [Internet]. 2001 [consultado a 2013 Dic 12]; 32(4):66. Disponible en: <http://www.apa.org/monitor/apr01/integrative.aspx>
- 29.** Murata H. Spiritual pain and its care in patients with terminal cancer: construction of a conceptual framework by philosophical approach. Palliat Support Care [Internet]. 2003 Mar [consultado a 2014 Abr 19];1(1):15–21. Disponible en: <http://www.ncbi.nlm.nih.gov/pubmed/16594284>
- 30.** British Association of Art Therapists (BAAT) [Internet]. [consultado a 2014 Abr 06]. Disponible en: <http://www.baat.org/>
- 31.** Cindy Wang S-Y, Yates P. Nurses’ responses to people with cancer who use complementary and alternative medicine. Int J Nurs Pract [Internet]. 2006 Oct [consultado a 2014 Ene 16]; 12(5):288–94. Disponible en: <http://www.ncbi.nlm.nih.gov/pubmed/16942517>
- 32.** Fernández A, AI P, ME C-V, Barquero-González A. Situación actual de las terapias complementarias en España en el Grado de Enfermería. Rev Lat - Am Emfermagem. [Internet] 2013 [consultado a 2014 Feb 15];21(3). Disponible en:

<http://rabida.uhu.es/dspace/bitstream/handle/10272/7619/Situaci%C3%B3n%20actual%20de%20las%20Terapias%20Complementarias.pdf?sequence=2>