

# La terapia del arte como herramienta psicoterapéutica en pacientes con cáncer

Lic. Psic. Brenda Zenil Gasca,\* Salvador Alvarado Aguilar\*\*

\* Universidad Nacional Autónoma de México. \*\* Jefe del Servicio de Psicología Instituto Nacional de Cancerología.

## RESUMEN

La terapia del arte (también llamada arte-terapia) nace de la unión de técnicas artísticas y psicológicas. Comúnmente el paciente con cáncer se enfrenta a múltiples pérdidas que no tiene la posibilidad de elaborar adecuadamente, viendo descompensadas sus habilidades de afrontamiento y equilibrio psicológico en deterioro de su calidad de vida. En algunos casos se le dificulta (por diversas causas) la expresión verbal de su malestar emocional, esta terapia le ofrece alternativas para abordar sus conflictos y expresarlos al realizar actividades artísticas tales como: pintura, modelado, escultura, escritura, danza, teatro, etc. El paciente puede manipular emociones, pensamientos y sentimientos usando su imaginación para transformar su percepción sobre su realidad e insertarse más fácilmente en ella. En pacientes con cáncer, ha permitido reducir significativamente los niveles de distress causados por la enfermedad y elevar aspectos de su calidad de vida, sin embargo, es necesario realizar estudios prospectivos en México que permitan evaluar funcionalidad de la técnica en nuestra población.

**Palabras clave:** Terapia del arte, herramienta psicoterapéutica, cáncer.

## INTRODUCCIÓN

Según la Sociedad Americana contra el Cáncer,<sup>1</sup> el cáncer es un grupo de enfermedades, que en general se caracterizan por un cambio y crecimiento sin control de las células del cuerpo, generalmente formando una masa llamada tumor que puede invadir y destruir los tejidos sanos e irradiarse a otras partes del cuerpo. A este proceso de propagación se le llama metástasis.

García Mac Dougall menciona que cada célula tiene una determinada especificación, y diferenciación

## *The art therapy as a psychotherapeutic resource in cancer patients*

## SUMMARY

*Art-therapy is born from the union of artistic and phsyco-logical techniques. It is common for the cancer patient who faces several losses who does not have the possibility to elaborate them adequately, to see his phsyco-logical equilibrium and coping abilities unbalanced in deterioration of his quality of life. In some cases he has difficulty (for diverse causes) to express his emotional pain verbally, this therapy offers alternatives to manage these conflicts and express them through artistic activities such as: painting, modeling, sculpting, writing, dancing, theatre, etc, the patient can manipulate emotions, thoughts and feelings, using his imagination to transform his perception over his reality and adapt to it in an easier manner. In cancer patients it has allowed a significant reduction of the levels of distress caused by the sickness and increase their quality of life. Nevertheless it is necessary to conduct prospective studies in Mexico that allow the evaluation of the functiona- lity of the technique in our population.*

**Key words:** Art-Therapy, psychotherapeutic resource, cancer.

en cuanto a función, ubicación y el momento de su muerte, la célula cancerosa en cambio, ya ha perdido su capacidad de 'saber' cuál es su función, su lugar, deja de envejecer y se reproduce indefinidamente 'olvidando' morir.<sup>2</sup> Cuando las células cancerosas invaden otros órganos y estructuras imposibilitan su desempeño para el buen funcionamiento del cuerpo, por lo cual puede desembocar en la muerte de la persona si no se le atiende oportunamente.

El cáncer por su gran morbi-mortalidad no sólo constituye un problema para la persona que lo padece, sino que implica un apremiante problema de salud pública en todo el mundo. En el Registro Histopatológico de Neoplasias Malignas (RHN), del 2002, se menciona que son las enfermedades crónico-degenerativas las que ocupan las principales cau-

sas de muerte, entre ellas se registró que, para ese año, cerca de 20 millones de personas en el mundo viven con algún tipo de cáncer, y se le suman unos 10 millones de personas cada año; en México se registraron 108,064 casos de tumores malignos en el 2002, dando lugar a 12.7% del total de las defunciones en el mismo año, es decir, una tasa de 57.2 por cada 100,000 habitantes.<sup>3</sup>

Es necesario que junto con los tratamientos médicos que se ofrecen para las neoplasias, se de atención conjunta a los factores psicosociales del paciente, ya que el cáncer se considera un acontecimiento perturbador del proyecto de vida de la persona, que no sólo repercute en su adaptación al entorno, sino que también representa un evento catastrófico asociado a la idea de muerte, incapacidad, desfiguro físico, dependencia y deterioro de relaciones sociales. Además del desequilibrio psíquico que genera el conocimiento de padecer una enfermedad 'incurable', se dan una serie de vivencias que alteran tanto la integración social y personal como las capacidades biológicas de defensa del paciente ante la agresión que representa la enfermedad.<sup>4,5</sup>

De la misma manera es importante considerar las consecuencias que el cáncer genera a nivel individual y social; pues altera todas las dimensiones de la persona (física, psicológica, familiar, económica, social, espiritual, etc.), por ello es preciso tratarle de manera inter-multi y transdisciplinaria. En cuanto a la perspectiva psicológica es importante reconocer las necesidades del paciente, buscando los métodos y técnicas que podrán ayudarle en el proceso de la enfermedad y los tratamientos.

En el presente artículo se mencionan algunas de las reacciones psicológicas más comunes que de manera general presentan los pacientes oncológicos, (sin olvidar que cada paciente será un caso específico; por su historia de vida y características particulares) a la vez que se plantea la terapia del arte como herramienta psicooncológica que podrá ayudar a aminorar tales reacciones elevando la calidad de vida del paciente y disminuyendo la hostilidad percibida.

Die Trill (2003) retoma a Messeguer, quien plantea que entre las primeras reacciones que se presentan en el caso del paciente oncológico están: la sensación de pérdida y la aparición de miedos, entre ellos destaca el miedo a perder la vida. El diagnóstico de cáncer y la confirmación de la pérdida de la salud se experimenta con sufrimiento (el cual varía en función de factores específicos de la enfermedad, la historia de vida y personalidad del afectado) y equivale a vivir una muerte dolorosa.<sup>6</sup>

Todos sufrimos pérdidas desde que nacemos, sin embargo, el padecimiento de una neoplasia exacerba

la cantidad e intensidad de pérdidas en el enfermo, al grado que comúnmente se da una desorganización capaz de sobrepasar sus habilidades de afrontamiento llevándole a una crisis vital.

Tizón (2004)<sup>7</sup> retoma la definición que de la palabra *pérdida* hace la Real Academia, la cual se refiere a: una carencia, privación de lo que se poseía, daño que se recibe en una cosa; esta definición nos hace destacar que la pérdida incide en algo que previamente se poseía, de hecho en el sentido lingüístico más estricto la pérdida se relaciona con "dar del todo" (pues pérdida es un derivado del latín 'dare') esto nos hace pensar que una pérdida es una forma involuntaria e inevitable de dar algo que nos pertenecía. Esta definición es importante, pues el lenguaje forma conceptos que a su vez son parte de las creencias que influyen en sentimientos y conductas, además de ser éste uno de los niveles (el lingüístico y significante) en que opera la terapia del arte.

Entre las principales pérdidas que enfrenta un paciente con cáncer se encuentran:<sup>6</sup>

1. Pérdida de identidad. La persona deja de sentirse y valorarse como lo hacía antes de concebirse como enfermo (provocado en gran parte por los síntomas, hospitalizaciones, deterioro, baja laboral, cese en roles familiares, sociales).
2. Pérdida de control. La persona considera que sus acciones y decisiones no repercuten en el control del curso de su enfermedad.
3. Pérdida de relaciones. La pérdida puede ser real o subjetiva, esta última está relacionada con que el enfermo siente aislamiento emocional y des pertenencia, es decir, se siente solo en su sufrimiento.
4. Pérdida de experiencias sexuales en el futuro. En parte provocadas por el temor de no resultar tan atractivos como antes, o a mostrar el cuerpo con cicatrices, ostomías o alteraciones permanentes en la piel.
5. Pérdida de la imagen de sí mismo. Se refiere al concepto que la persona tiene de sí misma, está relacionada tanto con el cese de algunas funciones, como con la retroalimentación (*feedback*) que las personas emocionalmente significativas transmiten al paciente sobre su estado general.
6. Pérdida del estilo de vida. Es el temor al cambio en las rutinas y a no poder recuperar el estilo de vida anterior a la enfermedad.
7. Pérdida de la capacidad de procreación. Implica un cuestionamiento de ideas o prioridades, así como la reestructuración de cogniciones y emociones en cuanto a proyectos en pareja.
8. Pérdida de proyecto de vida. Se experimenta una ruptura del plan de vida que explícita o implícitamente se había formulado.

9. Pérdida de sentimiento de igualdad de condiciones. Siente dolorosamente que la enfermedad es una marca que les diferencia radicalmente de las demás personas.

10. Pérdida del esquema de valores prioritarios. Tanto paciente como familiares pueden plantearse interrogantes sobre la existencia llevada a la enfermedad, el sentido de la misma y una necesidad de cambio interno, como si la enfermedad marcará un parteaguas entre el antes y el después de la misma.

En general, la situación de pérdida (de personas, cosas o representaciones mentales) pone en marcha reacciones afectivo-cognitivo-conductuales y, en términos generales, los procesos de duelo y el duelo como tal. Es importante destacar la diferencia que hace Tizón entre ambos aspectos; el duelo es el conjunto de fenómenos que se ponen en marcha tras la pérdida e implica fenómenos tanto psicológicos, como, sociales (luto), antropológicos e incluso económicos. El proceso de duelo se refiere al conjunto de cambios fundamentalmente emocionales por los que se elabora internamente la pérdida e implica una serie de etapas que involucran cambios en cogniciones, comportamientos y relaciones.<sup>7</sup>

Las pérdidas tienen repercusiones a corto y largo plazo, despiertan una serie de emociones y sentimientos que van de la tristeza y el dolor a la rabia y la agresión; de la protesta a la desesperanza; de la rivalidad y los celos contra el objeto perdido hasta la envidia hacia él; desde el recuerdo de lo bueno que proporcionó hasta el resentimiento por el daño que causó o por lo que dejó de dar o hacer. Tizón, (2004) retoma el pensamiento de Freud y afirma que cada duelo implica grandes cantidades de tiempo y energía psíquica, por lo que un encadenamiento de duelos acaba por descompensar las capacidades de contención y el equilibrio psicológico de casi cualquier persona. En este sentido, el diagnóstico de cáncer y los tratamientos implican procesos de duelo complicados tanto en el paciente como en la familia.

Almanza (2000) menciona la importancia de la atención psicológica que se brinda al paciente oncológico, la cual le permite definir su identidad, valorar la enfermedad como amenaza a su integridad narcisista, abordar su dependencia y miedo al abandono, identificar el significado de la enfermedad y los aspectos relacionados a la muerte y el morir, ya que en el transcurso de la enfermedad y los tratamientos el paciente puede desarrollar distress, que se define como una respuesta emocional desplacentera (psicológica, social, y/o espiritual) que interfiere con la habilidad de afrontar adecuadamente la enfermedad, incluye además, sentimientos anormales

de vulnerabilidad, tristeza, miedo, depresión, ansiedad, pánico, aislamiento social, y crisis espirituales.<sup>5</sup>

Es muy importante cuidar la salud emocional del paciente ya que ésta repercutirá directamente en su capacidad de afrontamiento, así como en su adhesión a los tratamientos, favoreciendo o limitando su recuperación. Existen diversas técnicas orientadas al manejo psicoemocional de pacientes con cáncer, tales como terapias de apoyo, grupos de autoayuda, intervenciones cognitivo-conductuales y agentes psicofarmacológicos.<sup>5</sup>

En este sentido el arte es una valiosa herramienta que no sólo tiene grandes beneficios a nivel emocional, cognitivo e incluso espiritual, sino que también ofrece una visión holística del hombre, a la vez que abre diversas posibilidades para conceptualizar la enfermedad.

Para hablar de la utilidad de la terapia del arte como herramienta psicoterapéutica, en primera instancia es esencial definir el arte, aunque para no incurrir en la problemática conceptual que ha sido objeto de la filosofía y la estética, se mencionará la definición sociológica que Uzcátegui (1957) retomó de Verón quien lo considera como la manifestación externa de emociones internas producidas por medio de líneas, movimientos, sonidos o palabras, pero además es un medio de comunicación, a su vez Tolstoi dice; que el arte es un medio de fraternidad que une a los hombres en un mismo sentimiento, convirtiéndose en algo indispensable para la vida de la humanidad y para su progreso en el camino de la dicha.<sup>8</sup>

Siguiendo la línea de Verón, entendemos el arte como una herramienta de 'vaciado' emocional que además posee un papel importante para la sociedad, cabe detenerse más en sus funciones para poder enfatizar lo que ofrece a los pacientes con cáncer.

## FUNCIONES DEL ARTE

### El arte como mediador de la razón

Una de las principales funciones del arte es eliminar el conflicto entre el sentimiento y la razón, al respecto, De Paz (1979) retoma el pensamiento de Kant quien plantea que la estética se encarga de conciliar ambas 'polaridades' (razón y sentimiento) en un hombre occidental que generalmente sobrevalora la razón y a su vez busca reprimir los sentimientos; en ese sentido el hecho creativo pone en juego dos aspectos importantes; por un lado un complejo de categorías mentales y valores constitutivos de una forma o estructura, por otro lado el universo imaginario del autor.<sup>9</sup>

El hecho creativo permite profundizar en la experiencia cualitativa de una manera especialmente concentrada y participar en la exploración de lo que puede generar la imaginación fomentando lo mejor de éstos aspectos; por una parte los sentimientos impelen al máximo esfuerzo de razonamiento, mientras que la razón purifica los sentimientos.<sup>10</sup>

### Arte como medio de identificación

Fischer menciona que una de las razones por las que el hombre consume arte es porque quiere ser un hombre *total*, siente y exige elevarse hacia una vida 'plena' y con sentido, que le es vetada por las limitaciones de su individualidad, pero el hombre no sólo es un individuo, aspira a ser más de lo que es. El arte es indispensable para ésta fusión del individuo con el todo, porque le libera de lo literal permitiéndole ponerse en el lugar de otras personas, experimentando indirectamente lo que directamente no ha experimentado compartiendo ideas y reflejando su infinita capacidad de asociarse con los demás.<sup>10</sup>

### Arte como medio de comunicación

El ser humano es un creador de significados que no se limitan a lo que las palabras pueden expresar, se puede afirmar que el arte es el lenguaje de lo indecible, pues comienza precisamente donde los términos convencionales no alcanzan a expresar la totalidad de la experiencia humana, esto se puede afirmar en al menos tres sentidos:

Primero, porque las razones del arte son lo que Vilar (2005)<sup>11</sup> llama las sinrazones del mundo: el daño, el dolor, la violencia, el terror, la muerte, la injusticia, pero también los misterios, lo incomprendible e indecible; como la belleza, el amor, el destino y la felicidad. Las obras de arte nos hablan en sus peculiares lenguajes inventando a menudo nuevas gramáticas para revelar lo más absurdo e intenso de la experiencia humana.

Segundo, porque una característica básica del arte es la representación (presentar lo que no está), la cual tiene entre sus objetivos transformar el contenido de la conciencia, de algo personal y privado a una forma pública, esta transformación es una condición necesaria para la comunicación. El proceso de representación está mediado por formas que expresan emociones y esbozan significados que no se pueden transmitir por medio de la denotación literal.<sup>12</sup> A su vez presenta diversos elementos que no se usan en una conversación común, (tales como colores, ritmos, movimientos,

texturas, formas, etc.) y que enriquecen el mensaje que se transmite.

Tercero, porque las artes van más allá de hacer visible lo invisible, pues 'hablan' a través de las sensaciones para que puedan ser contempladas haciéndolas visibles, audibles o perceptibles de alguna manera, mediante un símbolo que no es perceptible de un síntoma. La forma artística es congruente con las formas dinámicas de la vida directa sensorial, mental y emocional; proyecta 'la vida sentida' en estructuras espaciales, temporales y poéticas.<sup>12</sup>

### Arte como posibilidad de reconceptualizar la realidad

Así como el arte da la posibilidad de crear significados de diversas maneras, también otorga la flexibilidad para contemplar la cotidianidad desde distintas ópticas, el pensamiento propio del arte moderno es concebir que la naturaleza o la sociedad no tienen una sola forma de equilibrio.

De Paz (1979) retoma el pensamiento de tres filósofos que apoyan esta idea; Schieller piensa que la función estética contiene la posibilidad de un nuevo principio de realidad, puesto que el hombre librado de la presión de finalidades y necesidades, encuentra restituida su libertad de ser lo que debe ser, produce entonces formas puras que constituyen un orden por cuenta propia y existen en armonía con las leyes de la belleza, además de que la producción artística es una de las modalidades de la voluntad humana hacia un porvenir distinto que revela al hombre el sentido mutable y permanente de su propia existencia. Asimismo, Marcuse menciona que por su facultad creadora en sentido tanto material como intelectual, el arte es una forma de realidad trascendente en un sentido propio que lo distingue y separa de cualquier realidad y experiencia cotidiana. Por su parte, Duvignaud subraya que el arte al buscar la plenitud y expansión de la experiencia viva, constituye una hipótesis sobre lo posible, aunque su mayor valor estriba en que la 'realidad alterna' que propone no se plantea como meta irrealizable sino como posibilidad real.<sup>9</sup>

### El arte como juego

El arte es cualitativamente similar al juego, porque produce condiciones agradables para la persona donde puede manipular libremente elementos internos y externos dejando explayar su imaginación.

Lorenzano (1982) menciona que el juego es una actividad muy importante para el desarrollo de los individuos, que no se limita en temporalidad a la infancia, ya que el hombre siempre está jugando e incluso se le ha llamado *homo luddens*; en la niñez el

juego permite interiorizar el mecanismo simbólico, en el adulto ayuda a crear un ambiente relajado donde se produce un estado de ensoñación, en el que deja que su imaginación vuela sin freno y escape a las tensiones y angustias que le provoca el mundo real, lo cual es vital para el equilibrio de la economía psíquica.<sup>13</sup>

El trabajo artístico demanda que la persona use lo máximo de su imaginación y su capacidad creativa. El manejo libre de las emociones provoca finalmente un dominio de ellas.

Eisner, (2004)<sup>12</sup> menciona que la imaginación, es el tipo de pensamiento que engendra imágenes de lo posible desempeñando una función cognitiva fundamental al ofrecer una red de seguridad para experimentar y ensayar situaciones difíciles de la vida cotidiana, ya que permite probar cosas (mentalmente) sin las consecuencias que se tienen al realizarse empíricamente, incluyendo así las formas más complejas de resolución de problemas. Además, la labor creativa trae consigo la sorpresa, puesto que los fines en el proceso de creación están orientados a lograr cosas nuevas en todos los sentidos, dicha sorpresa es fuente de satisfacción, a la vez que hace significativo lo que se aprende con ella y es más probable que dicho conocimiento forme parte del repertorio de la persona permitiendo generar y abordar con éxito problemas nuevos y más complejos.

### El arte como vía de autoconocimiento

De Paz (1979)<sup>9</sup> retoma el pensamiento de Goldmann al afirmar que una de las funciones básicas del arte para la vida social es ayudar a los hombres a tomar conciencia de sí mismos y de sus propias aspiraciones afectivas, intelectuales y prácticas.

Siguiendo lo propuesto por Goldmann podríamos decir que el arte logra este cometido en dos direcciones, por un lado como proceso de creación; por otro, como producto de esa creación, es decir, como espectador de una obra artística.

En cuanto a proceso de creación Eisner (2004)<sup>12</sup> menciona que el trabajo en las artes permite dejar de mirar por encima del hombro y dirigir la atención hacia el interior, hacia lo que se cree o se siente, permite examinar con detalle las propias ideas antes de que surjan en forma de lenguaje, música o imagen visual. Las obras que se crean hablan y en su presencia el autor es parte de una conversación que le permite 'ver lo que ha dicho'.

La obra de arte, en tanto que manipula formas que expresan sentimientos o emociones, a través de un lenguaje que estimula el *conocimiento somático*, (esto es que la persona aprende a usar la vista para activar los sentimientos, de modo que hay imágenes

que resuenan en el estómago, los ojos o en la fantasía produciendo experiencias sinestésicas) facilita que artista y espectador aprendan sobre la variabilidad de su sensibilidad, es decir, que pueden distinguir qué, cómo y dónde sienten y qué estímulos o situaciones son los causantes de determinadas emociones, lo cual a su vez es un aprendizaje en el manejo de las mismas.<sup>12</sup>

### Arte como cura para el dolor

Si bien con las características anteriores de algún modo se mencionan cualidades del arte que atenuan el dolor, en realidad su carácter paliativo va más allá, radica en el hecho de que ante las peores circunstancias de la vida individual o social, el arte es la forma de no resignarse, de no dejarse en el abandono, más aún, es la forma de transformar creativamente lo más terrible de la realidad en formas bellas, en oportunidades de crecimiento y en circunstancias llenas de sentido.

Goldmann (en De Paz, 1979) menciona que el arte proporciona, en el plano de lo imaginario, una satisfacción que debe y puede compensar las múltiples frustraciones causadas por las inevitables incongruencias impuestas por la realidad, que finalmente facilita la inserción en la vida real.

En la misma línea, Fisher (1993) plantea que el arte es capaz de romper temporalmente las ataduras de la vida pues cautiva de manera muy distinta; a como cautiva la realidad.

### La terapia del arte en pacientes con cáncer

Delgado (2006)<sup>14</sup> define la arte-terapia como la rehabilitación de enfermedades psíquicas o motoras a través de instrumentos artísticos, utilizando la expresión artística como recurso terapéutico.

Es decir, se plantea la posibilidad de que la persona al poder pintar, esculpir, cantar, escribir, bailar, actuar, etc., obtenga beneficios tales como: la expresión de su problemática interna (por medios "más suaves" y sutiles que el lenguaje verbal), la reducción de su tensión (al llevar "cosas" del interior al exterior de la conciencia), el reconocimiento, manejo y control de sus emociones, adquirir otros parámetros para observar y considerar su realidad, ganar más herramientas psicoemocionales de afrontamiento de la enfermedad, disminución del distres, disminución del dolor. Esta forma de abordaje emocional ayuda, sobre todo en casos en que al paciente le es difícil manifestar aquello que le produce malestar, sea porque su contenido está muy reprimido en el inconsciente o no quiera o pueda exteriorizarlo por su cultura o personalidad (lo cual es

muy común en pacientes con cáncer debido al gran impacto que suponen las pérdidas y a la dificultad de elaborar numerosos duelos), así, con la terapia del arte se da voz, color o forma a esos aspectos internos que “les superan” permitiendo la construcción de un significado a tales conflictos y favoreciendo su resolución.

La Asociación Americana de Terapia Artística (en Muñoz)<sup>15</sup> afirma que la terapia del arte está orientada a reconciliar problemas emocionales, fomentar la autoconciencia, desarrollar habilidades sociales, manejar conductas, resolver problemas, reducir la ansiedad, situar en la realidad e incrementar la autoestima, y ha resultado eficaz en el tratamiento de diversas situaciones como: SIDA, cáncer, separación duelo, enfermedad mental, etcétera.

La dinámica que sigue la arte-terapia se usaba mucho antes de concebirse como tal; desde el uso de figuras rituales, tinturas e imágenes con fines curativos. Ya situados en la modernidad, contribuyeron a su origen los planteamientos de Freud y Jung en cuanto el lenguaje simbólico del inconsciente, el interés en psicología por la creatividad y el interés en el arte por conectar al hombre con lo más profundo de sus instintos. A la par surgieron teóricos que unieron arte y psicología para ir dando forma a esta disciplina.

Gutiérrez (2004)<sup>16</sup> menciona que el periodo de entre-guerras produjo un cuestionamiento en los valores y parámetros de normalidad y locura; en este contexto el psicólogo F. J. Mohr propuso los dibujos de enfermos mentales como un asomo a su psique, por su parte Hans Prinzhorn (psiquiatra vienes) consideró que toda creación alberga un potencial de autosanación, a la par en el medio artístico surgen los surrealistas, encabezados por Breton, quienes buscaban inducir un ensimismamiento psíquico (como un trance) que llevase hacia una creatividad no programada. Así, la búsqueda de nuevos criterios artísticos, la expansión del psicoanálisis y la antipsiquiatría permiten: valorar artísticamente obras de amateurs, permiso interno de los artistas para explorar su inconsciente y la curiosidad médica para estudiar las relaciones entre alteraciones psíquicas y expresiones artísticas.

En la terapia del arte son muchos los elementos que se usan, entre los más recurridos están los de la plástica (pintura, dibujo, modelado), pero últimamente también se han utilizado elementos de la música, danza, escritura y el teatro. Eso no implica que se tengan que dominar las técnicas de cada disciplina, ni el resultado como algo bonito, lo que importa es que puedan ser una vía de expresión para el paciente.

Con esta técnica se propicia una autoaceptación, ya que la obra artística es una autorrepresentación

en que el autor se ve reflejado y permite una reconstrucción interna (tanto cognitiva como emocional), pues es una vía para: acceder a las capas profundas de la psiquis, liberar material inconsciente, contemplarle, analizarle, modificarle y reincorporarle (Gutiérrez, 2004).<sup>16</sup>

Por otra parte, se ha encontrado que el arte actúa sobre el sistema nervioso autónomo, el equilibrio hormonal y los neurotransmisores, produciendo un cambio en la actitud, el estado emocional y la percepción del dolor, consiguiendo llevar a una persona desde un estado de estrés a otro de relajación y creatividad (Muñoz).<sup>15</sup>

En cuanto a su funcionalidad en pacientes con cáncer, existen pocos estudios controlados que valoren su eficacia y todos ellos son extranjeros; existe un estudio realizado por La Universidad Thomas Jefferson de Filadelfia (EEUU),<sup>17</sup> en el cual se tuvo dos grupos de mujeres con cáncer de pulmón, el grupo control y el grupo al que se le trató con una técnica basada en arte terapia, buscando que las pacientes desarrollen posibilidades de expresión verbal y no verbal, nuevas estrategias de afrontamiento y perciban sus fuentes de apoyo, lo cual les servirá para equilibrar entre la representación objetiva y subjetiva que se han formado sobre la enfermedad, obteniendo que la técnica disminuye el estrés y mejorar algunos aspectos de la calidad de vida en mujeres con cáncer.

Otro estudio, publicado en la revista ‘Journal of pain and Symptom Management (en Espiño, 2006)<sup>18</sup> buscó determinar el efecto de una hora de creatividad en pacientes oncológicos (la mayoría con leucemia o linfoma) ingresados en el Northwestern Memorial Hospital (EEUU); en este estudio el terapeuta llevaba un carro cargado de herramientas para el trabajo de arte. En los resultados se encontró una disminución en la sensación de cansancio, mejoría en niveles de dolor, depresión, ansiedad, somnolencia, apetito, bienestar y falta de aliento.

A la par existen reportes anecdoticos del uso y resultados de la terapia del arte en pacientes con cáncer:

En la Universidad de California, Los Ángeles (EEUU), existe el Centro Ted Mann Family, que cuenta desde 1998 con el programa “Arte que cura”, donde múltiples pacientes con cáncer obtienen una vía de escape a través de actividades plásticas. Los pacientes mencionan que dicha actividad mejora su sensación de bienestar y hace descender niveles de estrés, ansiedad y dolor (Valerio).<sup>19</sup>

Francesca Piñol (arteterapeuta en el Departamento de Oncología de una clínica Catalana) menciona que con la arte-terapia los pacientes interpretan y se enfrentan a la muerte, siendo éste un

mecanismo que ayuda a contrarrestar el dramatismo de un trance vital de esa magnitud, a la vez que fomenta que los pacientes sigan luchando por la vida.<sup>20</sup>

En el Servicio de Psicooncología del Instituto Nacional de Cancerología hay casos que pueden ilustrar los beneficios emocionales del uso de técnicas artísticas y psicológicas; uno de ellos es Marina Pombar, escultora y fisicoculturista diagnosticada con cáncer de mama, quien cayó en una depresión durante casi un año, perdiendo su negocio y aislándose de los demás, entonces decidió moldear en esculturas sus estados de ánimo y, sin saberlo, comenzó un proceso de rehabilitación “A través de mis manos, he encontrado la forma de comunicarme haciendo más fácil expresar mis sentimientos. Las lágrimas no me interrumpen, las palabras no se cortan y poco a poco voy dando forma a mis pensamientos”.<sup>21</sup>

De modo similar, Eloísa (para quien el diagnóstico de cáncer de mama fue un “evento más” en una vida que ya de por sí ella describe como llena de sufrimiento) descubrió casualmente que podía pintar, tal hallazgo le ha permitido manifestar su sentir a lo largo de los tratamientos, conocerse a sí misma, y más aún: “encontrar y aliarne con la Eloísa fuerte que lucha...he podido empezar a amarme incluso en esta situación y descubrir que no todo en el cáncer es malo” (sic).

## DISCUSIONES

De manera formal, la terapia del arte es una técnica relativamente nueva como tal, que se ha propuesto en los últimos años, sobre todo en Europa y EEUU, y que aún es necesario seguir estudiando su funcionalidad para poder desarrollar programas al respecto.

Este artículo plantea, por una parte, que se pueda rescatar dicha técnica en México, y que incluso pueda formar parte como un apoyo a los servicios de salud, en especial a los que están dirigidos al paciente oncológico, ya que como se ha descrito anteriormente, el cáncer produce gran sufrimiento a la persona, incluso puede paralizarle e influir de manera negativa en el curso de la enfermedad, ante esto, la terapia del arte o arte-terapia es una importante forma de catarsis en sí misma, de exploración del mundo interior a través de la cual una persona que sufre una realidad adversa, absurda y ambigua, puede descubrir, estabilizar, revisar y compartir ese mundo interno haciendo una especie de ‘digestión emocional’.

En ésta línea, propicia una conciliación entre la persona y su sufrimiento, al ayudar a transformar esa carga emocional en algo bello que le proporciona un significado y un sentido a la experiencia anterior-

mente considerada desagradable, es una forma de manifestación del espíritu que purifica las emociones.

Además, dota a la persona de múltiples elementos y posibilidades de expresión fomentando su creatividad, la cual es indispensable a la hora de toma de decisiones y solución de problemas, situación a la que está continuamente expuesto el paciente con cáncer ya que debe tomar decisiones difíciles en sus tratamientos que en muchos casos implican pérdidas y morbilidad.

Por otra parte, el paciente oncológico sufre un deterioro en su identidad, así como un rechazo hacia sí mismo y su imagen corporal (por ejemplo, en casos de amputaciones, ostomías y desfiguras permanentes), en ese sentido, realizar trabajo en arte le permite una identificación importante con aspectos de sí mismo, es una vía de autorreconocimiento y autoaceptación. El paciente obtiene la posibilidad de crear algo bello, lo cual no sólo hace frente a su sentimiento de destrucción interna producida por la enfermedad y el deterioro, sino que también puede rescatar la sensación de sentirse capaz de producir cosas.

El paciente con cáncer es un paciente que tiende a aislarse, ante esto la terapia del arte (por su carácter social y comunicativo) le da la posibilidad de reintegrarse y seguir formando parte de la sociedad.

En general, todos estos beneficios ayudan a reducir el distréss y mejorar de manera global el bienestar y la calidad de vida de la persona, además de amortiguar la realidad y en muchos casos, también cumple una función tanatológica, pues es una forma de aprender a bien morir.

Con lo anterior sugerimos se realicen estudios multidisciplinarios prospectivos sobre la técnica de arte-terapia en México, analizando a la vez las características psicosocioculturales de nuestros pacientes con cáncer para encontrar las técnicas artísticas más acordes a ellos y obtener resultados que describan nuestra población.

## REFERENCIAS

1. American Cancer Society, Diccionario de Cáncer. 2006, (on line). Disponible en [http://www.cancer.org/docroot/ESP/content/ESP\\_4x\\_Cancer\\_del\\_seño\\_Resumen.asp](http://www.cancer.org/docroot/ESP/content/ESP_4x_Cancer_del_seño_Resumen.asp)
2. García MD A. El cáncer y la psicooncología, en [www.psicooncologia.org](http://www.psicooncologia.org).
3. Registro Histopatológico de Neoplasias Malignas, Compendio de Cáncer, (programa informático) Versión MS-DOS, SSA, México, 2002.
4. Cirera E, Salamero M. Medinabeitia T. Neoplasias. En: Roto J, Cirera E (eds.). Interconsulta Psiquiátrica. Parte II. Trastornos psiquiátricos y enfermedades físicas. 395-408.
5. Almanza MJ, Holland J “Psicooncología: estado actual y perspectivas futuras”, en México. Rev Inst Nal Cancerol 2000; 3:196-206.
6. Messeger C. El adulto con cáncer. En: Die Trill (ed.). Psicooncología. Madrid; Ades; 2003, p. 103-14.

7. Tizón JL. Pérdida, pena, duelo. España: Paidós; 2004.
8. Uzcátegui E. "El arte en la educación". México: Herrero; 1957.
9. Paz A."La crítica social del Arte". Barcelona: Gustavo Gili; 1979.
10. Fischer. "La necesidad del arte". Barcelona: Planeta; 1993.
- 11.-Vilar G."Las razones del arte". Madrid: Machado; 2005.
12. Eisner E."El arte y la creación de la mente". España: Paidós; 2004.
13. Lorenzano C. "La estructura psicosocial del arte". México: Siglo XXI; 1982.
14. Consejería de Sanidad y Consumo. María Fernanda Delgado. Responsable de los talleres de Arte-terapia y la decoración del Hospital Niño Jesús. Madrid: Salud; 2006, p. 24.
15. Muñoz A. El Arte como terapia (on line). Disponible en <http://www.cepvi.com/articulos/arte.htm>.
16. Gutiérrez E. "Trastornos de la personalidad y arteterapia". España: Rev Asociación Española de Terapia Gestalt; 2004. p. 24: 52-7.
17. Monti D, Peterson C, Shakin E, Hauck W, Pequignot E, Rhodes L, et al., "A randomized, controlled trial of mindfulness-based art therapy (MBAT) for women with cancer." Philadelphia, USA. Psycho-Oncology 2006; 15: 367-73.
18. Espiño I. Terapias complementarias. Arte contra el dolor del cáncer. 2006 (on line). Disponible en <http://www.elmundo.es/elmundosalud/2006/02/17/dolor/1140178615.html>
19. Valerio, María. "Arte que cura" (on line) disponible en [www.elmundo.es/elmundosalud/especiales/2006/02/arte/index.html](http://www.elmundo.es/elmundosalud/especiales/2006/02/arte/index.html)
20. Reportaje: "Arteterapia, el tratamiento del pincel", en [www.cluboxigeno.com/noticia\\_text.php?id=147](http://www.cluboxigeno.com/noticia_text.php?id=147)
21. Pombar M, Becerra JL. "En las manos puse el dolor y mi esperanza por vivir", 2004 (on line) Disponible en: <http://www.marinapombar.com.mx/aryk/index.htm>.

Recibido: Febrero 7, 2007.

Aceptado: Marzo 26, 2007.