



DOI: <http://dx.doi.org/10.23857/dc.v8i41.2521>

Ciencias Sociales y Políticas
Artículo de revisión

La Arteterapia como herramienta Estimulante para la Actividad Cognitiva en Adultos Mayores

Artetherapy as a Stimulating Tool for Cognitive Activity in Older Adults

Arteterapia como Ferramenta Estimulante da Atividade Cognitiva em Idosos

Tapia Corral Ana-Isabel ^I

aitapia2@espe.edu.ec

<https://orcid.org/0000-0002-0054-4919>

Adriana Mercedes Hinojosa-Espinosa ^{II}

amhinojosa1@espe.edu.ec

<https://orcid.org/0000-0003-4108-0337>

Diego Rafael Muñoz-Atiaga ^{III}

drmuno1@espe.edu.ec

<https://orcid.org/0000-0003-0410-7190>

Yanet Marisol Ortega-Freire ^{IV}

ymortega@espe.edu.ec

<https://orcid.org/0000-0001-7328-0291>

Correspondencia: aitapia2@espe.edu.ec

***Recibido:** 15 de diciembre de 2021 ***Aceptado:** 30 de diciembre de 2021 *** Publicado:** 28 de enero de 2022

- I. Estudiante Carrera en Turismo, Universidad de las Fuerzas Armadas ESPE, Latacunga, Ecuador
- II. Estudiante Carrera en Turismo, Universidad de las Fuerzas Armadas ESPE, Latacunga, Ecuador
- III. Docente de la Universidad de las Fuerzas Armadas ESPE, Latacunga, Ecuador
- IV. Docente de la Universidad de las Fuerzas Armadas ESPE, Latacunga, Ecuador

Resumen

Actualmente, los mecanismos que permiten una expresión artística han tomado relevancia en los procesos terapéuticos profesionales; con ello, el conocimiento y posterior difusión de cada herramienta que permite el crecimiento y desarrollo personal en adultos mayores. En este sentido, un acercamiento al envejecimiento resulta una investigación enfocada en los efectos y cambios que se dan en todo el proceso: físicos, mentales, sociológicos, y personales, internos y externos. El documento busca identificar la efectividad de la arteterapia como una herramienta de estimulación en la actividad cognitiva para el correcto desarrollo del adulto mayor; y, sus beneficios en pro de un envejecimiento activo que no afecte su calidad de vida. El método utilizado es documental, por lo que, se parte de distintas investigaciones plasmadas en artículos, revistas, y libros que posibilitó entender la relación de la arteterapia dentro de la actividad cognitiva. A través de estudios de tipo descriptivo, a partir de la utilización de métodos: histórico – lógico, analítico y sintético que aportaron a la consecución del objetivo planteado. Diferentes autores concuerdan en el deterioro que conlleva la vejez; sus discapacidades físicas y cognitivas que perjudica en gran medida al adulto mayor e influye física y emocionalmente. En base de la investigación se determina que la arteterapia resulta una herramienta útil en la salud mental del adulto mayor; pero, la falta de estudios relacionadas a su aplicación dentro de la actividad cognitiva no otorga la veracidad esperada, y es que, ciertos autores motivan su utilización, mientras que otros, señalan que, para determinados individuos, su estado empeoró. Así, el continuar con estudios podrá determinar los efectos reales de la aplicación de la arteterapia y su ayuda en mejorar la calidad de vida de los adultos mayores.

Palabras Claves: Arteterapia; actividad cognitiva; adulto mayor; físico; emocional.

Abstract

Currently, the mechanisms that allow artistic expression have become relevant in professional therapeutic processes; with this, the knowledge and subsequent dissemination of each tool that allows personal growth and development in older adults. In this sense, an approach to aging results in research focused on the effects and changes that occur throughout the process: physical, mental, sociological, and personal, internal and external. The document seeks to identify the effectiveness of art therapy as a tool to stimulate cognitive activity for the correct development of the elderly; and, its benefits for active aging that does not affect your quality of life. The method used is documentary, therefore, it is based on different investigations embodied in articles, magazines, and books that made

it possible to understand the relationship of art therapy within cognitive activity. Through descriptive studies, from the use of methods: historical - logical, analytical and synthetic that contributed to the achievement of the stated objective. Different authors agree on the deterioration that old age entails; their physical and cognitive disabilities that greatly harms the older adult and influences them physically and emotionally. Based on the research, it is determined that art therapy is a useful tool in the mental health of the elderly; but, the lack of studies related to its application within cognitive activity does not give the expected veracity, and it is that certain authors motivate its use, while others point out that, for certain individuals, their condition worsened. Thus, continuing with studies will be able to determine the real effects of the application of art therapy and its help in improving the quality of life of older adults.

Keywords: Art therapy; cognitive activity; older adults; physical; emotional.

Resumo

Atualmente, os mecanismos que permitem a expressão artística tornaram-se relevantes nos processos terapêuticos profissionais; com isso, o conhecimento e posterior disseminação de cada ferramenta que permite o crescimento e desenvolvimento pessoal do idoso. Nesse sentido, uma abordagem do envelhecimento resulta em pesquisas voltadas para os efeitos e mudanças que ocorrem ao longo do processo: físico, mental, sociológico e pessoal, interno e externo. O documento busca identificar a eficácia da arteterapia como ferramenta de estímulo à atividade cognitiva para o correto desenvolvimento do idoso; e, seus benefícios para o envelhecimento ativo que não afeta sua qualidade de vida. O método utilizado é documental, portanto, baseia-se em diferentes investigações consubstanciadas em artigos, revistas e livros que possibilitaram compreender a relação da arteterapia com a atividade cognitiva. Por meio de estudos descritivos, a partir da utilização dos métodos: histórico - lógico, analítico e sintético que contribuíram para o alcance do objetivo declarado. Diferentes autores concordam com a deterioração que a velhice acarreta; suas deficiências físicas e cognitivas que prejudicam muito o idoso e o influencia física e emocionalmente. Com base na pesquisa, determina-se que a arteterapia é uma ferramenta útil na saúde mental do idoso; mas, a falta de estudos relacionados à sua aplicação dentro da atividade cognitiva não dá a veracidade esperada, e é que alguns autores motivam seu uso, enquanto outros apontam que, para certos indivíduos, sua condição piorou. Assim, a continuidade dos estudos poderá determinar os reais efeitos da aplicação da arteterapia e sua ajuda na melhoria da qualidade de vida dos idosos.

Palavras-chave: Arteterapia; atividade cognitiva; idosos; físico; emocional.

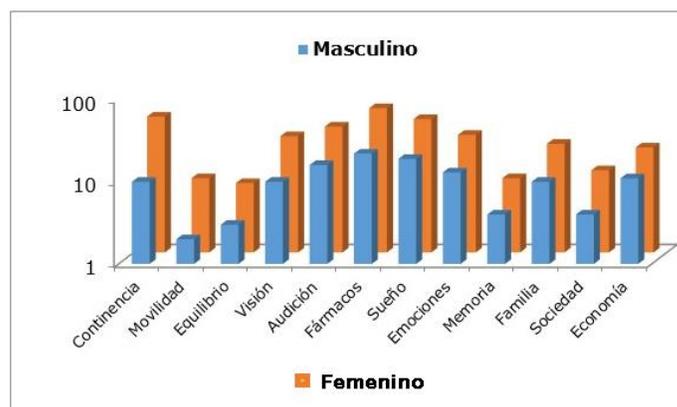
Introducción

Una aproximación al tema del envejecimiento y, por consiguiente, de la vejez, conlleva el inspeccionar que estamos ante un panorama en el que se interrelacionan elementos tanto biológicos, psicológicos y sociales. El comprender a la vejez como una etapa de la vida y, por ende, como parte del envejecimiento, con efectos que recaen sobre un individuo único y particular, por lo que el proceso de envejecimiento no puede ser tomado como uno solo que parta desde los cambios físicos, pues cada sujeto actúa conforme a sus disposiciones mentales, personalidad, dogmas, valores, desarrollo social y el sitio que ocupa dentro de la sociedad y ecológico. (Graciela et al., 2016)

La salud tanto física como mental del adulto mayor depende de varios factores como lo son los acontecimientos que tiene a lo largo de su vida, estos van a determinar la calidad de su salud al momento de llegar a la vejez. La salud se debe cuidar durante toda nuestra vida, si esto es así, al momento de llegar a la vejez tendrá sus beneficios, disminuyendo las posibilidades de llegar a sufrir enfermedades degenerativas. (Cando, 2015)

Entre las enfermedades más comunes tenemos, por ejemplo, el ictus. Esta enfermedad se encuentra dentro de las enfermedades cerebro vascular, se trata de la obstrucción de los vasos sanguíneos que llevan la sangre al cerebro, esto provoca la reducción del flujo de sangre al cerebro por lo cual las células nerviosas dejan de funcionar. Además de esto, se presentan enfermedades de articulaciones como la artrosis y la artritis, estas enfermedades causan la inflamación de las articulaciones, provoca dolor al momento de realizar movimientos bruscos o incluso cuando caminan.

Gráfico1: Afectaciones en adultos mayores frágiles de acuerdo a la escala geriátrica en función del sexo.



Fuente: (González Rodríguez et al., 2017)

Las enfermedades expuestas anteriormente limitan mucho al adulto mayor, en este caso el ictus no permite que el adulto mayor hable o se mueva con normalidad e incluso puede llegar a perder la memoria, dentro de la parte conductual llega a perder control de la misma y sufren parálisis corporal. Ahora, la artrosis y artritis no permiten que el adulto mayor realice sus actividades cotidianas como levantar una taza, fundas de compras, subir o bajar gradas, alzar brazos, caminar, etc. Esto se debe al dolor profundo que sufren por la inflamación de las articulaciones.

Las teorías fundamentadas en componentes externos de la vejez o además llamadas “Ambientalistas”, poseen en cuenta todos esos componentes ambientales que, actuando sobre el organismo, disminuyen su capacidad para sobrevivir a las agresiones en el adulto mayor. Ejemplificando: cambios en el estilo de vida, en la nutrición, en el consumo de drogas, en la contaminación atmosférica, en el agua, etcétera. Las teorías fundamentadas en componentes internos, intentan describir el envejecimiento por razones inmunológicas, celulares, endocrinológicas y genéticas. (Graciela et al., 2016)

Ahora, hablando de la actividad cognitiva, podemos decir que, en el envejecimiento normal de un adulto mayor, la atención va a ser igual que la de un adulto joven. Pero el proceso de captación de información puede ir disminuyendo, esto se da por el mismo envejecimiento patológico. Ahora, es preocupante en el adulto mayor cuando empieza el deterioro de la atención y retención de información, esto puede conllevar a un proceso demencial en cual el adulto mayor empieza a presentar problemas para reconocer ciertas situaciones en su diario vivir, además de, rostros, colores, lugares en lo que habitualmente habita, etc. (Navarro Aguilar et al., 2018)

A lo largo de la Segunda Guerra Mundial se comenzó a reconocer al arte como una forma de procedimiento terapéutico, esto se da debido a la vivencia que tuvo el artista Adrián Hill, estuvo en el nosocomio y para liberar su tristeza y preocupaciones inició a pintar, luego de percatarse que en verdad ayuda, lo comenzó a transmitir a otros enfermos a los cuales ayudó mucho a transmitir los medios o tristezas que les dejó la guerra. Cabe resaltar a dos norteamericanas relevantes dentro del arte terapia, Edith Kramer ha sido una de las primeras personas en sistematizar el arte como terapia y Margaret Naumburg, en 1915 fundó el Colegio Innovadora Espontánea. (Romero, 2004)

La arteterapia como herramienta estimulante para la actividad cognitiva ha tenido buenos resultados alrededor del mundo, en este caso nos vamos a centrar en Europa, específicamente España. (Rodríguez, 2010) en su libro “Arte Terapia talleres de psico estimulación a través de las artes”, da varios ejemplos de cómo el arte terapia ha ayudado a varios adultos mayores.

Desde un punto cognitivo, el arte de la pintura ayuda a desarrollar habilidades como la capacidad de la atención, memoria, funciones ejecutivas, habilidades psicomotrices, entre otros. La arteterapia en personas con actividad cognitiva en deterioro o no, ayuda en su estado de ánimo, confianza y autoestima, estos resultados lo presencian de mejor forma los familiares de los adultos mayores. En este punto, el proyecto de Pilar Dinguez Toscano del año 2017 toma relevancia en razón de que se tomaron varios grupos de adultos mayores y realizaron actividades como:

- **Recuerdos en Collage:** se presentaban un conjunto de imágenes de los años 40, 50 y 60 que representaban actividades cotidianas y profesiones, los participantes debían escoger las imágenes con las que se sientan identificados.
- **El árbol de mi vida:** el participante pinta su mano con el color de su preferencia y la plasma en una cartulina de color blanco, de los dedos deben trazar las ramas que van a representar los logros vitales, presentes, pasados y futuros.

Los resultados de esta actividad fueron obtenidos mediante la observación continua a cargo de la psicóloga del centro, la misma presentó un informe en el cual se toma de manera objetiva y subjetiva el impacto de la arteterapia, este impacto depende de la personalidad, tipo de sesión, etc. Tomando en cuenta todo esto el impacto que tuvo esta terapia en los adultos mayores fue positiva, debido a que los involucrados mejoraron su relación como grupo, mejoraron su relación interpersonal, descubrieron habilidades, mejoró su autoestima y su sentimiento de utilidad y seguridad, rescataron recuerdos positivos y rompieron su monotonía. (Rodríguez, 2010)

La arteterapia se explica como el uso de mecanismos artísticos como una opción dentro del proceso psicológico, físico y emocional, en el que los aspectos personales y reflexivos toma prioridad frente al sentido estético de lo que crean los grupos ya antes mencionados. En Ecuador la arteterapia ha sido considerada como una herramienta estimulante para reducir diversos trastornos como: ansiedades, depresiones, deterioro cognitivo que con la edad van presentándose en la vida del adulto mayor.

Con el paso de los años los adultos más grandes van perdiendo diversas capacidades, además de acarrear patologías que disminuyen la calidad de vida, por esta razón se necesita conocer de qué forma se puede utilizar la arteterapia por medio de ocupaciones de tiempo libre como instrumento para la estimulación de la actividad cognitiva que por el progreso de la edad va

deteriorándose. Además de la recuperación de la función de hacer ocupaciones de manera libre promoviendo el mejoramiento de la calidad de vida del maduro más grande y dando como consecuencia la soberanía.

En el campo social se busca la reducción de costos y efectos secundarios de la ingesta de medicamentos y tratamientos químicos por medio de la utilización de ocupaciones artísticas recreativas como alternativas para no utilizar medicina química, además de ser de ayuda para otras indagaciones, que buscan mejorar la calidad de vida de estas personas, con alternativas diversas a las de esta averiguación.

A partir de la problematización se formuló la siguiente pregunta científica: ¿Cómo la arteterapia aporta en la actividad cognitiva del adulto mayor?; pregunta que será contestada al final de la investigación, a partir de los insumos se vayan obteniendo. En este sentido se plantea el objetivo de la investigación: Determinar la efectividad de la arteterapia como mecanismo estimulante en la actividad cognitiva por medio de una investigación descriptiva de revisión para conocer su incidencia en el desenvolvimiento del adulto mayor.

La presente investigación se fundamenta desde su ámbito legal en la Constitución de la República del Ecuador 2008, en el artículo 38, dicta que: El Estado establecerá políticas públicas y programas de atención a las personas adultas mayores, que tendrán en cuenta las diferencias específicas entre áreas urbanas y rurales, las inequidades de género, la etnia, la cultura y las diferencias propias de las personas, comunidades, pueblos y nacionalidades; asimismo, fomentará el mayor grado posible de autonomía personal y participación en la definición y ejecución de estas políticas.

De igual manera esta alienada a la Ley Orgánica de las Personas Adultas Mayores en el artículo 39 numeral 1, especifica que: “Recreación y deporte: el ente rector del Sistema Nacional Especializado de Protección Integral de Derechos de las Personas Adultas Mayores coordinará con la entidad encargada del deporte, el desarrollo de políticas, planes y programas que busquen: 1. Acceso de las personas adultas mayores a programas y actividades que fomenten el ocio activo y saludable”. (Asamblea Constituyente, 2008)

A partir de su concepción como un artículo de revisión, se presentan diversos argumentos de discusión en común, tomados de deferentes autores, que abordan la temática propuesta relacionada con arte terapia como la herramienta que estimule la actividad cognitiva en el adulto mayor. A continuación, se presenta la tabla de las variables del tema propuesto:

La Arteterapia como herramienta Estimulante para la Actividad Cognitiva en Adultos Mayores

Tabla N°1:
Variables

Tema	Autor	Año	País	Variables
El arte como terapia en salud mental	Arriola Sarralde	2014	España	- Arte - Terapia en salud - Salud Mental
Arteterapia para la expresión de emociones en personas adultas mayores del hogar de ancianos San Pedro	Geanina Álvarez Kelly	2014	Costa Rica	- Arte terapia - Adultos mayores
Arteterapia y adulto mayor	Marcoleta Gárate María Francisca Miranda Cerda Nicole Romina Pedreros Pinochet Benjamín Horacio	2014	Chile	- Arte terapia - Adulto mayor
El uso de la arteterapia como alternativa psicoterapéutica en el área clínica de la psicología	Mariana Cosme Ramírez	2013	México	- Arte terapia - Alternativa psicoterapéutica - Psicología
Capacidad funcional y nivel cognitivo de adultos mayores residentes en una comunidad en el sur de Brasil.	Marinês Tambara	2015	Brasil	- Capacidad funcional - Nivel cognitivo - Adulto mayor
Rendimiento cognitivo y calidad de vida de adultos mayores asistentes a grupos de tercera edad.	María Alejandra García Mejía	2015	Colombia	- Rendimiento cognitivo y calidad de vida - Adulto mayor - Grupos de tercera edad
Salud del adulto mayor-gerontología y geriatría	Med Aguirre Cristina Graciela Mitchelle María Elena Martínez Héctor David	2016	Argentina	- Salud - Adulto mayor
Evaluación del efecto de un programa de arteterapia aplicado a personas con enfermedad de Alzheimer u otras demencias seniles.	Pilar Dinguez Toscano Juan Román Benticuaga Maria del Aire Montero	2017	España	- Programa de arte terapia - Personas con enfermedad Alzheimer - Demencia senil

Elaborado por: Grupo de trabajo

Al analizar las variables propuestas en la tabla desarrollada, destaca (Marcoleta Gárate et al., 2014) quienes hacen referencia a la resiliencia del adulto mayor a través del arte terapia, toma como ejemplo al duelo tras la muerte, la arte terapia ayuda al adulto mayor a plasmar los sentimientos que trae consigo el sufrimiento de una pérdida, además de poder conservar una representación de la persona que partió. Por otra parte, (Arriola Sarralde, 2014) prone a la arteterapia como una herramienta para la estimulación cognitiva y también como guía para que, la comunicación entre enfermeras que trabajan en el área de salud mental mejore, debido a que con este tipo de terapia la comunicación no verbal será más satisfactoria y se prevé la depresión o ansiedad en los pacientes.

Dentro de este análisis, se estructuraron temas relacionados a la actividad cognitiva, tal como la publicación de (Leite et al., 2015) enfatiza las enfermedades crónicas que se dan en la vejez y que pueden llegar a generar discapacidades en los mismos, además de esto, la vejez trae consigo el deterioro cognitivo y fisiológico que trae consigo el aislamiento y la pérdida de independencia en la memoria, aprendizaje, atención, entre otros. También, (García Mejía, 2015) en su artículo expone que el envejecimiento perjudica al adulto mayor en varios aspectos de su diario vivir como lo es el social, y también en aspectos como físicos y emocionales. Además, que, aquí juega un papel importante la calidad de vida, la cual puede llegar a ser subjetiva como el bienestar físico y la seguridad percibida, y objetiva las relaciones armónicas entre lo físico y lo social.

Metodología

La metodología usada en este artículo, se utilizaron tres métodos; como lo son: método analítico, sintético e histórico y lógico. Además, se hizo uso del diseño documental, de acuerdo con (Arias, 2012) define a este método como

Un proceso basado en la búsqueda, recuperación, análisis, crítica e interpretación de datos secundarios, es decir, los obtenidos y registrados por otros investigadores en fuentes documentales: impresas, audiovisuales o electrónicas. Como en toda investigación, el propósito de este diseño es el aporte de nuevos conocimientos (p.43).

El nivel de profundidad de la investigación es de tipo descriptiva de acuerdo con (Arias, 2012) lo define como: “La investigación descriptiva consiste en la caracterización de un hecho, fenómeno, individuo o grupo, con el fin de establecer su estructura o comportamiento”. (p44)

La Arteterapia como herramienta Estimulante para la Actividad Cognitiva en Adultos Mayores

Fundamentado en la naturaleza del documento de revisión; se presenta información detallada de los métodos y técnicas utilizadas por diferentes autores, quienes, en sus investigaciones, como se observa en la tabla 2.

Tabla N°2:
Metodología

Tema	Tipos de investigación	Unidades de observación	Métodos e instrumentos
El arte como terapia en salud mental	Bibliográfico	Adulto mayor	Teórico Encuesta
Arteterapia para la expresión de emociones en personas adultas mayores del hogar de ancianos San Pedro	Estudio de caso	Adultos mayores del hogar de ancianos San Pedro	Entrevistas semiestructuradas, observación, revisión bibliográfica y taller
Arte terapia y adulto mayor	Cualitativa con alcances de tipo Exploratorio-Descriptivo Documental	Adulto mayor La muestra fue de tipo Teórico o Conceptual	Matrices descriptivas Encuestas Revisión documental
El uso del arte terapia como alternativa psicoterapéutica en el área clínica de la psicología.	Estudio de caso Caso clínico Cuantitativa	Paciente sexo masculino Especialistas del hospital psiquiátrico	Encuesta Revisión bibliográfica
Capacidad funcional y nivel cognitivo de adultos mayores residentes en una comunidad en el sur de Brasil	Estudio cuantitativo, descriptivo y transversal	Adultos mayores Comunidad en el sur de Brasil 368 adultos mayores	Cuestionario de identificación Mini-Mental Índice de Katz y Escala de Lawton Estadística descriptiva y test exacto de Fisher
Rendimiento cognitivo y calidad de vida de adultos mayores asistentes a grupos de tercera edad	Estudio no experimental, con diseño descriptivo	Adultos mayores La muestra se dividió en dos grupos 36 adultos mayores entre los 60-75 años de edad Santiago de Cali, Colombia	Test Neuropsi Prueba de aprendizaje auditivo-verbal de Rey Test del trazo (TMT A&B) Test de dígito y símbolos (SDMT) test de denominación de Boston Escala de calidad de vida Fumat Programa Statistical Package for the Social Sciences (IBM SPSS)
Salud Del Adulto Mayor- gerontología y geriatría	Bibliográfico	Adulto Mayor - Gerontología Y Geriatría Buenos Aires	Teórico

La Arteterapia como herramienta Estimulante para la Actividad Cognitiva en Adultos Mayores

Evaluación del efecto de un programa de arteterapia aplicado a personas con enfermedad de Alzheimer u otras demencias seniles	Cuantitativa y cualitativa Estudio experimental con grupo control	Personas con enfermedad de Alzheimer	Tests Estadístico T Observación directa y entrevistas semiestructuradas
--	--	--------------------------------------	---

Elaborado por: Grupo de trabajo

Como se puede apreciar en las investigaciones expuestas anteriormente, los autores utilizan metodologías, niveles, diseños e instrumentos para el desarrollo de las investigaciones. Se observa que existe variedad en relación con el enfoque investigativo, unos autores desarrollan enfoques cualitativos, mientras otros cuantitativos; la mayoría de las investigaciones utilizan técnicas empíricas para recolectar datos en el lugar de los hechos, como entrevistas, encuestas y observaciones, con el aporte de instrumentos estandarizados; también se deduce que los investigaciones parten de estudios documental – bibliográficos como (Gárate et al., 2014) y García 2015 utilizan el tipo de investigación exploratorio-descriptivo. En este contexto, (Sarralde, 2014) y Álves 2014, realiza en primera instancia la búsqueda de las fuentes para la obtención de información, haciendo más énfasis en la historia de los temas involucrados. Una vez encontrados fueron evaluados para determinar la calidad y validez de la información detallada.

Bases Teóricas

Definición de Arte terapia

“La arteterapia es un acompañamiento y una ayuda a la persona en dificultades sociales, educativas, personales, de tal manera que el trabajo realizado a partir de sus creaciones plásticas, sonoras, dramáticas, teatrales, escritas, generen un proceso de transformación de sí misma y le ayuden a integrarse en sus grupos de referencia social, de una manera crítica y creativa” (Bassols, 2006. p.45). Por otro lado, se describe también a la arteterapia como “El proceso de arteterapia es como un viaje, en el que nos desplazamos sobre el vehículo de las emociones, con un equipaje ligero, lleno de pequeñas cosas que pertenecen a grandes recuerdos. Es un viaje que nos lleva, a través de no siempre caminos fáciles de transitar, hacia la conquista

de nuevos mundos, nuevos espacios de vida; nuevos espacios, que, aunque desconocidos a veces, no son sino una prolongación amable de nuestra historia, de nuestro modo de ser. Es un recorrido que nos permite avanzar desde lo propio y conocido a nuevos terrenos de prolongación personal” (Coll, 2006)

De acuerdo a lo investigado, la arteterapia es importante en la vida del ser humano como una herramienta de ayuda para que el individuo menore sentimientos de estrés, enojo, impotencia, tristeza, etc. Estos sentimientos serán expresados en el arte como puede ser musical, pintura, dibujo, esculturas, etc. Esto permitirá al individuo mejorar su estilo de vida, ayudará a desarrollar sus habilidades y a mejorar su relación con el entorno.

Aspectos claves de la arteterapia:

Para la autora (López, 2014) existen 3 aspectos importantes dentro de la arte terapia, como lo son:

- **El espacio:** este aspecto habla sobre el espacio físico en que el individuo va a crear, debe ser un espacio que invite a la reflexión interna y paz para que el individuo exteriorice todos sus sentimientos de una forma libre.
- **La alianza terapéutica:** se basa en un acuerdo que debe existir entre el paciente y el arteterapeuta, entre ambas partes debe existir el respeto. El paciente debe tener en cuenta que sus imágenes contendrán reflexiones y sentimientos y el terapeuta debe dar paso a hablar de ellos.
- **El tiempo:** es el factor con más relevancia, debido a que el arte y el tiempo real desaparece y es reemplazado por el tiempo creador, el cual hace que el paciente entre en proceso de interiorización e intimidad con sus sentimientos. Por esto es importante que el paciente tenga el tiempo que el considere necesario para plasmar sus sentimientos en el arte.

Definición de Actividad Cognitiva

La Actividad Cognitiva consiste en un proceso complejo y participativo de ejercicios y actividades con intervención de las funciones mentales de un sujeto en un periodo extenso, tales como: percepción, memoria, pensamiento, lenguaje, creatividad, imaginación, intuición, interés, atención, motivación, conciencia e incluso creencias, valores, emociones, etc. (Rodríguez, 2012) Por ende, el individuo a través de su propia percepción transforma dicho conocimiento. Así, esto se trata de, la acumulación de información que el individuo ha receptado a lo largo de toda su vida por medio de

las experiencias vividas y el aprendizaje. Además, a través de los sentidos y estímulos han permitido su desarrollo.

Beneficios de la actividad cognitiva

La actividad cognitiva resulta entonces un factor clave en pacientes con enfermedades graves, o adultos que estén comenzando a envejecer (García, 2019); esto sin importar el grado de daño que tengan. También, la inclusión de un activo ritmo de vida físico como emocional acompañado de un debido descanso y adecuada alimentación trae efectos beneficiosos al paciente, mejorando su calidad de vida y dando paso a un apto envejecimiento activo. Por consiguiente, se ha evidenciado que la actividad cognitiva ha traído consigo una mejora significativa en gran parte de las funciones cognitivas del adulto mayor, teniendo efectos favorables en sus capacidades como el lenguaje, atención y sobre todo la memoria; por esta razón, los tipos de terapia empleados consiguen preservar las funciones físicas y mentales en las mejores condiciones posibles.

Discusión de Resultados

Para desarrollar el análisis de la discusión de datos, se tomó en cuenta diferentes conceptos y antecedentes investigativos nombrados anteriormente. En los cuales los distintos autores dan a conocer los resultados obtenidos en cada investigación, estos son tratados de una forma clara y directa, los mismos que se muestra a continuación:

Tabla 3: Discusión de resultados

<i>Tema</i>	<i>Resultados</i>
El arte como terapia en salud mental	(Sarralde, 2014) manifiesta que la aplicación práctica del arte terapia como un complemento del tratamiento de salud mental no es recomendable, debido a que no existen argumentos suficientes para afirmar que esta actividad pueda influir en la salud mental del paciente. Es necesario que se apliquen ensayos de calidad con la suficiente muestra poblacional para que se obtengan datos más exactos.
Arteterapia para la expresión de emociones en personas adultas mayores del hogar de ancianos San Pedro	(Álvez, 2014) Como resultados la autora afirma que se cumplió con los objetivos de los talleres los cuales eran que las adultas mayores expresen sus sentimientos, opiniones, ideas, sentimientos, creencias, etc. Además, que se llegó a la conclusión que, el grupo de adultas mayores estudiado está más preparado para enfrentar un duelo que un grupo joven, esto se debe a las experiencias de vida en la cual ya han superado varios procesos de duelo.
Arte terapia y adulto mayor	(Gárate et al., 2014) En el estudio se da a conocer la importancia que tiene la arteterapia en el adulto mayor, esta es una técnica no invasiva y accesible que permite al arte terapeuta conocer más a fondo los contenidos mentales, afectivos y emocionales del

La Arteterapia como herramienta Estimulante para la Actividad Cognitiva en Adultos Mayores

<p>El uso del arte terapia como alternativa psicoterapéutica en el área clínica de la psicología.</p>	<p>paciente, otorgando al adulto mayor tener una mejor experiencia con la expresión de sus sentimientos y la mejora de conducta, baja la ansiedad, depresión y tiene mejor relación con su entorno. (Ramírez, 2013) determina resultados en base a un caso clínico, como primer punto, en el ámbito emocional, se logró plasmar sentimientos de angustia, miedo, duda, tristeza. Estos sentimientos se hacen visibles por medio de artes plásticas. En el área cognitiva, mediante simbolismos se pudo notar que el paciente negaba su enfermedad, pero al seguir elaborando la práctica, el paciente empezó a tomar conciencia de su enfermedad. La autora recalca que la arteterapia es un método útil que está sobresaliendo en el ámbito clínico, pero no está absuelto de lo ambiguo, como, por ejemplo, relacionarla con una terapia convencional, esto debido a que no existe una estructura de trabajo, objetivos planteados que genere cambios o mejora en el paciente.</p>
<p>Capacidad funcional y nivel cognitivo de adultos mayores residentes en una comunidad en el sur de Brasil</p>	<p>En esta investigación, (Leite et al., 2015) trata acerca de la evaluación de la capacidad funcional y la función cognitiva de los ancianos residentes en las áreas urbanas de Brasil. Como resultados cuantitativos, en la capacidad funcional el 85% son independientes para las actividades diarias, mientras que un 93,48% si son dependientes para la realización de estas actividades. El estudio marca un importante porcentaje de adultos mayores que no dependen para realizar actividades diarias, pero si pueden llegar a necesitar ayuda para otro tipo de actividades.</p>
<p>Rendimiento cognitivo y calidad de vida de adultos mayores asistentes a grupos de tercera edad</p>	<p>(García Mejía, 2015) da a conocer los distintos cambios cognitivos que sufre el adulto mayor gracias al envejecimiento, los mismos que llegan a influir en los aspectos sociales, físicos, emocionales y psicológicos, incluso en la calidad de vida. Como resultados, los adultos mayores que participan en grupos de sus mismas condiciones tienen un mejor rendimiento cognitivo a comparación de los adultos mayores que no asiste a estos grupos. También se pudo determinar que los cambios cognitivos no afectan a la calidad de vida, pero si es importante a inclusión social.</p>
<p>Evaluación del efecto de un programa de arteterapia aplicado a personas con enfermedad de Alzheimer u otras demencias</p>	<p>En este tipo de investigación, (Dinguez Toscano et al., 2017) se centra en evaluar como el arte terapia afectó a personas con Alzheimer u otras demencias seniles. Como resultados data que no se presentaron cambios significativos, el grupo que fue evaluado con arte terapia presentó mejoras y en cuestión de sentimientos la mejora fue, alta.</p>

Elaborado por: Grupo de trabajo

De acuerdo con la revisión bibliográfica se muestra que el arte terapia es una herramienta muy útil, no solo en el adulto mayor, sino también en la salud mental de todo ser humano en este contexto (Gárate et al., 2014) afirma que el arte terapia en una población determinada como adultos mayores,

es la forma menos invasiva y más accesible para el arte terapeuta para conocer de una forma más real los contenidos mentales, afectivos y emocionales del paciente. Esta información está corroborada con (Geanina Álvez, 2014) quien afirma que la arte terapia es una herramienta importante dentro del proceso cognitivo del adulto mayor, ayudando a la retención de memoria, expresión de sentimientos, mejor autoestima, mejora la relación con los demás, etc.

Los resultados obtenidos de (Leite et al., 2015) explica acerca de la evaluación hecha a adultos mayores de Brasil en la cual se determinó que existen más adultos mayores dependientes para realizar actividades diarias, a pesar de que el porcentaje de adultos mayores independientes no es bajo, llegan a depender de ciertas actividades diarias. Anudando a esto (García Mejía, 2015) en cambio, nos dice que el adulto mayor que se encuentra dentro de un grupo de personas de su misma condición, mejora su nivel cognitivo y relación con los demás, mientras que el adulto mayor que no asiste a estos grupos, es todo lo contrario.

Contrario a los resultados obtuvieron por los autores anteriormente mencionados (Ramírez, 2013) afirma que esta técnica no tiene resultados significativos debido a que no existe una estructura de trabajo, objetivos planteados o un seguimiento que genere cambios o mejora en el paciente. Afirmación que coincide con (Sarralde, 2014) quien menciona que el arte terapia no ha sido una manera eficaz o comprobada para su aplicación en la salud mental, este tipo de terapia no muestra su mejoría o cambio en los pacientes.

Conclusiones

Finalmente, después de conocer ciertos aspectos sobre el arte terapia y la actividad cognitiva, se ha podido plasmar las siguientes conclusiones:

Como se aprecia en los resultados, las posturas respecto al tema son divergentes. Existen autores que defienden la aplicación de esta técnica y su efectividad como (Gárate et al., 2014) y (Álvez, 2014), en contraste con aquellos que la rechazan como (Ramírez, 2013), y (Sarralde, 2014). Ante esta divergencia de criterios, es necesaria la expansión y la experimentación en esta área, analizando una población más amplia y en condiciones estables a partir de un método estándar de aplicación y medición, de tal manera que las variables dependientes se reduzcan y los resultados sean más fiables y contundentes que los mostrados hasta el momento en el estado del arte actual.

El aporte del arteterapia en la actividad cognitiva del adulto mayor de acuerdo a la revisión bibliográfica desarrollada se puede evidenciar que países del entorno como Colombia, Chile,

Argentina se observan que existen resultados positivos, mientras que en nuestro país este tipo de terapia no está consolidada aun a profundidad por tal razón no se observa cambios significativos en nuestro entorno por lo que es necesario seguir revisando información teórica para a futuro poder implementarla significativamente esta técnica en Ecuador de tal manera que esta sirva de ayuda en la salud cognitiva del adulto mayor.

De acuerdo a las investigaciones realizadas referentes a la salud mental y a la implementación de la arte terapia de forma práctica, se pudo conocer en relación a los pacientes que tenían Alzheimer y otras demencias seniles, que la misma no tuvo efectos positivos, ni relevantes dentro de su proceso mental, y es más, en algunos este mecanismo afectó a varios de los sujetos, motivo por el cual (Arriola Sarralde, 2014) señala que un incremento de estudios dirigidos especialmente a este ámbito puede llegar a concretar resultados que demuestren la verdadera incidencia del arte terapia.

Referencias

1. Arriola Sarralde, I. (2014). *El arte como terapia en salud mental* [Revisión bibliográfica, Universidad del País Vasco]. <https://addi.ehu.es/bitstream/handle/10810/13029/definitivo.pdf?sequence=1&isAllowed=y>
2. Asamblea Constituyente. (2008). *CONSTITUCION DE LA REPUBLICA DEL ECUADOR 2008*. https://www.oas.org/juridico/pdfs/mesicic4_ecu_const.pdf
3. Cosme Ramírez, M. (2013). *El uso del arte terapia como alternativa psicoterapéutica en el área clínica de la psicología*. [Universidad Nacional Autónoma de México]. <http://132.248.9.195/ptd2013/agosto/0699686/0699686.pdf>
4. Fidias G. Arias. (2012). *El proyecto de investigación* (6.^a ed.). Editorial Episteme. https://www.researchgate.net/publication/301894369_EL_PROYECTO_DE_INVESTIGACION_6a_EDICION
5. Francisco J. Coll Espinosa. (2006). *Un viaje por arte terapia*. 1, 41-44.
6. García, L. (2019, junio 13). Ejercicios de estimulación cognitiva para mayores. *Cuidum*. <https://www.cuidum.com/blog/ejercicios-de-estimulacion-cognitiva-para-mayores/>
7. García Mejía, M. A. (2015). *Rendimiento cognitivo y calidad de vida de adultos mayores asistentes a grupos de tercera edad*. 6.

8. Geanina Álvez, K. (2014). *Arteterapia para la expresión de emociones en personas adultas mayores del hogar de ancianos San Pedro*. 125-143.
9. González Rodríguez, R., Cardentey García, J., Hernández Díaz, D. de la C.,
10. Rosales Álvarez, G., & Castillo Jeres, C. M. (2017). *Comportamiento de la fragilidad en adultos mayores*. <https://www.redalyc.org/journal/2111/211152085008/html/>
11. Graciela, M. A. C., Mitchell, Maria Elena, & Martinez, Héctor David. (2016). *Salud del adulto mayor – gerontología y geriatría*. 19.
12. Guillermo, S. B. N. & Cando Pallasco Segundo Ramiro. (2015). *Desarrollo de un proyecto de recreación dirigido a mantener la salud en el adulto mayor del hogar de ancianos del Instituto Estupiñán del barrio San Sebastián de Latacunga*. 116.
13. Leite, M. T., Castioni, D., Kirchner, R. M., & Hildebrandt, L. M. (2015). *Capacidad funcional y nivel cognitivo de adultos mayores residentes en una comunidad en el sur de Brasil*. 14, 37.
14. Marcoleta Gárate, M. F., Miranda Cerda, N. R., & Pedreros Pinochet, B. H. (2014). *Arteterapia y adulto mayor*. 67.
15. Marián López Fdez. (2014). *Aspectos clave del Arteterapia*. 34.
16. Mireia Bassols. (2006). *El arteterapia, un acompañamiento en la creación y la transformación*. 1, 19-25.
17. Navarro Aguilar, S. G., Gutiérrez Gutiérrez, L., & Cruz Samudio, Ma. A. (2018). *Estimulación de la atención y la memoria en adultos mayores con deterioro cognitivo* (impresa en México). Permanyer. <https://www.incmnsz.mx/2017/Geriatria/Pautas-estimulacion-cognitiva3.pdf>
18. Pilar Dinguez Toscano, Juan Román Benticuaga, & Maria del Aire Montero. (2017). *Evaluación del efecto de un programa de arteterapia aplicado a personas con enfermedad de Alzheimer u otras demencias seniles*. 24.
19. Rodríguez Cabedo. (2010). *Arte Terapia talleres de psicoestimulación a través de las artes*. (p. 40). Fundación Alzheimer. http://ibdigital.uib.es/greenstone/sites/localsite/collect/portal_social/index/assoc/fusz0001.dir/fusz0001.pdf
20. Rodríguez, F. (2012). *Actividad cognoscitiva*. ISUU. https://issuu.com/neidagarcia8/docs/actividad_cognoscitiva.docx/1

21. Romero, B. L. (2004). *Arte terapia. Otra forma de curar*. 7.

©2022 por los autores. Este artículo es de acceso abierto y distribuido según los términos y condiciones de la licencia Creative Commons Atribución-NoComercial-CompartirIgual 4.0 Internacional (CC BY-NC-SA 4.0) (<https://creativecommons.org/licenses/by-nc-sa/4.0/>).|