

Formulario para la elaboración de resúmenes de tesis/trabajos finales.

Título: La expresión creativa como recurso terapéutico en pacientes oncológicos. Estudio descriptivo sobre los casos Marly Y Sara.

Autor: Ginabell Cajigas

Director: Lic. Graciela Cuello

Fecha: Agosto 2015

Tema: La expresión creativa como recurso terapéutico en Oncología.

1. Introducción

El cáncer es una enfermedad que detona múltiples situaciones de crisis, afectando a las personas que lo padecen. Algunos pacientes al enfrentar una enfermedad tan compleja como ésta se sienten imposibilitados de poder reconocer y expresar su malestar emocional y físico. Es más, en algunos casos la psicoterapia basada en la palabra fracasa, y en cambio utilizar el arte como recurso terapéutico brinda posibilidades exitosas.

En búsqueda de incrementar el bienestar del paciente oncológico el profesional especialista en psicoOncología puede aprovechar el arte, como recurso terapéutico, incorporando en el abordaje recursos artísticos que permitan un acercamiento más íntimo a la realidad del paciente.

Respecto a este tema Bosnic (2015) expresa:

“El trabajo del paciente con láminas, dibujo, música, escritura, lectura, u otros recursos artísticos, le permite reconocerse, puede actuar como elemento de descarga, como forma de salir del círculo vicioso de la enfermedad y los estados depresivos, o bien descubrir un nuevo matiz creativo de su personalidad, además de enriquecer asombrosamente las entrevistas. El fuerte impacto de lo visual en la conciencia y en la memoria de los individuos, se convierte en un aliado para la comprensión de síntomas, circunstancias y objetivos.

En éste sentido el Arteterapia es un abordaje psicoterapéutico en el que se emplean recursos artísticos, con objetivos terapéuticos, que permiten el desarrollo personal, el autoconocimiento, y facilitan la expresión emocional.

“Arteterapia es una profesión para el establecimiento de la salud mental que usa el proceso creativo artístico para mejorar y realzar el bienestar físico, mental y emocional de individuos de todas las edades. Se basa en el concepto de que el proceso creativo implicado en la autoexpresión artística ayuda a que las personas resuelvan conflictos y problemas, desarrolla habilidades interpersonales, manejen la conducta, reduzcan tensión, aumenten la autoestima, el conocimiento de sí mismo y logren interiorización. (Asociación Americana de Arteterapia, 2007).

Además promueve al desarrollo de la creatividad, inherente en cada sujeto, facilitando la manifestación de conflictos internos que no logran ser elaborados de otra forma diferente. En definitiva, su fin es educativo y también favorece el desarrollo personal. (López, 2010).

En consecuencia el propósito de este trabajo es conocer los beneficios de la expresión creativa en dos casos de pacientes oncológicas que hallaron en la creatividad una puerta de exploración personal, enriquecedora y funcional, como acompañamiento en el proceso de la enfermedad.

Los casos que se describirán y analizarán trata de Marly de 44 años con diagnóstico de cáncer cervicouterino en estadio IIIB, y Sara de 50 años, con diagnóstico de cáncer de mama en estadio IIB.

Los Objetivos generales del Trabajo integrador final son: Caracterizar la expresión creativa como recurso terapéutico en pacientes oncológicos y describir los beneficios de la expresión creativa en PsicoOncología.

Por consiguiente el problema que se plantea es: ¿Es la expresión creativa un recurso terapéutico para ser utilizado en pacientes oncológicos? y concretamente ¿Qué beneficios puede aportar la expresión creativa en psicooncología?

El contenido del Trabajo Integrativo Final está dividido en los siguientes capítulos: El capítulo primero corresponde al Marco Teórico, este se divide en dos temas: en el primer tema se define algunos conceptos básicos sobre el cáncer; Posteriormente se especifica información concerniente al cáncer de

cérvix y al cáncer de mama; diagnósticos de los dos casos que se abordan en éste trabajo.

El segundo tema hace referencia al impacto psicológico y las reacciones emocionales que presenta el paciente ante el diagnóstico de cáncer.

El tercer tema aborda el tema del arte como recurso terapéutico; los recursos artísticos utilizados en psicoterapia, las competencias que enmarcan la labor como arte terapeuta y las diferentes modalidades de aplicación.

El cuarto tema explica la inclusión de trabajo artístico con pacientes oncológicos, las repercusiones en sus emociones y los beneficios que pueden obtener de ellos, y finaliza exponiendo la plástica, como recurso terapéutico, siendo ésta la modalidad utilizada en el planteamiento del trabajo con arte en los casos con pacientes oncológicos.

En el capítulo segundo se exponen los aspectos metodológicos del estudio de caso.

El capítulo tercero, presenta los casos de Marly y Sara., en el capítulo cuarto se realiza la descripción de los casos, en el quinto capítulo se desarrolla el análisis de casos.

Posteriormente se presentan las conclusiones generales del trabajo y las referencias bibliográficas.

2. Antecedentes y Planteo teórico

Ser diagnosticado de cáncer es una de las condiciones estresantes y más temidas en la actualidad. En esta enfermedad se implican una serie de circunstancias que son fuente de malestar psicológico: su cronicidad, la incertidumbre ante su evolución, los efectos secundarios de los tratamientos que se utilizan para su control y el significado social de la palabra cáncer, son motivos por el cual la mayoría de personas suelen tener temores relacionados a la enfermedad.

El término cáncer hace referencia a alteraciones patológicas de las células, que provocan que estas se dividan con mayor frecuencia y rapidez que las células sanas. De ésta manera se multiplican de manera descontrolada,

formando una agrupación de células anormales. Estas formaciones malignas pueden propagarse desde su origen a través de la sangre o del sistema linfático hasta otros órganos donde crecen formando un nuevo foco canceroso denominado metástasis. (Onmeda 2014)

Hay varios sistemas diferentes que se usan para describir cuánto ha progresado un cáncer en el momento en que se detecta, igualmente son diferentes los tratamientos que se utilizan para brindarle al paciente posibilidades de tratamiento, control y/o curación.

Es de importancia tener un claro conocimiento del diagnóstico y de los tratamientos recibidos por las pacientes de los casos que se analizarán en el presente trabajo. Con éste fin, se realiza una breve reseña del cáncer de cérvix y de mama, diagnósticos concernientes a cada una de ellas.

La carga emocional que produce el diagnóstico de cáncer suele repercutir de manera directa en la persona y su entorno. Según García Camba (1999) el efecto traumático del diagnóstico se produce en el plano psicológico, dando lugar a momentos de incertidumbre y tensión, a la vez que se dan reacciones de desajuste y reajuste. La intensidad de estas reacciones varía en función de las características personales, de la enfermedad y de los tratamientos que se aplican para su control.

Considerando los efectos emocionales y psicológicos que pueden llegar a repercutir en el paciente oncológico tras el diagnóstico, desarrollo y tratamientos de la enfermedad se hace indispensable el acompañamiento profesional que ayude a tramitar esta descarga negativa que requiere hacer el enfermo. En definitiva la comunicación, por parte del paciente, necesita ser una prioridad en los abordajes que lo acompañen para que le permitan aliviar en algo su presión vivencial.

Por otra parte el arteterapia como modalidad de la Psicoterapia facilita el uso de los medios y materiales artísticos dentro de un encuadre psicoterapéutico con el propósito de generar un cambio en sus practicantes a través del uso del arte como terapia. Este concepto se expone explícitamente en las definiciones que aporta López (2010):

Arteterapia es una forma de psicoterapia que utiliza los medios artísticos como su modo de comunicación primario. Los clientes que se remiten a un arteterapeuta no necesitan tener experiencia ni habilidad artística. El arteterapeuta no está primordialmente involucrado en hacer algo estético o en un valor diagnóstico de la imagen del cliente. El objetivo global de sus prácticas es permitirle a un cliente cambiar y crecer a nivel personal a través del uso de materiales de arte en un ambiente seguro y facilitador. (p. 28).

Este mismo autor destaca el concepto que aporta la Asociación Americana de Arteterapia (2007) que pone énfasis en los beneficios terapéuticos que la persona experimenta en el proceso creativo:

Arteterapia es una profesión para el establecimiento de la salud mental que usa el proceso creativo artístico para mejorar y realzar el bienestar físico, mental y emocional de individuos de todas las edades. Se basa en la creencia de que el proceso creativo implicado en la auto expresión artística ayuda a que las personas resuelvan conflictos y problemas, desarrolla habilidades interpersonales, manejen la conducta, reduzcan tensión, aumenten la autoestima, el conocimiento de sí mismo y logren interiorización. (p. 28).

Caruso (2010) sostiene que esta técnica, complementaria dentro del abordaje psicoterapéutico, es una herramienta valiosa para personas que transitan por procesos de enfermedad oncológica, ya que permite, a través de sus métodos, asumir la enfermedad y el control en los cambios de vida que se producen a partir del diagnóstico. Incluso favorece al desarrollando de habilidades de afrontamiento, reduciendo miedos, ansiedad y estrés ante lo desconocido, aumentando la autoconciencia y generando mecanismos de distracción ante el dolor.

En Arteterapia se posibilita el uso de los materiales y técnicas de las artes plásticas centrando la atención en el proceso creativo y en la obra final, con fines terapéuticos. Mediante este trabajo creativo se da lugar al mundo interno del paciente, es decir, a sus sentimientos, emociones y pensamientos, para que se conviertan en formas, trazos, figuras, movimientos y colores de manera visual favoreciendo el proceso de enfermedad. (Giacobone, s.f.).

Además, abarca el uso de estas disciplinas artísticas, en tanto todas son expresiones humanas que tienen registros internos a nivel de imágenes visuales, auditivas, poéticas, sensoriales y kinésicas. Diferentes recursos artísticos se pueden utilizar en psicoterapia, a propósito de lo cual se explica que el lenguaje artístico comprende varias formas de comunicación simbólica a

disposición del ser humano como la música, la danza, la literatura, el teatro, y también la plástica.

Cada estilo de actividad artística es un intento plástico de responder a los grandes problemas humanos, desde un plano individual o desde el proceso interno o social. Entonces, a partir de utilizar el arte como recurso terapéutico se habilita a que el paciente imagine un mundo, que le será propio, y gracias a esto quizás podrá encontrar un lugar más confortable en el mundo real. (López, 2009).

Pain (2008) describe los conocimientos y competencias necesarios para organizar un taller con fines terapéuticos utilizando el arte como recurso para trabajar con pacientes y las competencias del arteterapeuta.

Al igual que en otras intervenciones terapéuticas se puede utilizar el arte como recurso en forma individual, dual, familiar y grupal. El terapeuta es quien, según su criterio profesional, determina la modalidad más conveniente según el caso clínico. A continuación se describen estas modalidades, según las conceptualiza López (2010).

El uso del arte resulta favorable en el ámbito clínico demostrando ser un medio para mejorar la visión que el paciente tiene de su propia imagen corporal, transformando la actitud mental de la persona hacia sí misma y hacia los demás. Desde lo mental el beneficio de la creatividad, cambia la actitud y el estado emocional ante el dolor y la enfermedad, enseñando a canalizar los sentimientos y brindando nuevas perspectivas de poder entender su condición, esto infunde en el paciente esperanza. Y en lo social transforma la manera de estar en el mundo, mejorando la comunicación y los vínculos con los demás. Si la medicación y otros procedimientos curativos vienen del exterior.

El arte es un medio por el cual los propios recursos curativos del ser humano se liberan, como un indescriptible poder catártico. En definitiva, la finalidad del trabajo arteterapéutico es posibilitar cambios a favor del desarrollo personal. Este objetivo no se plantea con el fin de distraer o evadir al paciente de sus situaciones de dificultad vital sino que estimula nuevas experiencias creativas personales que ayudan a que estas dificultades, incluyendo el dolor y

el padecimiento, puedan observarse, trabajarse y afrontarse desde una nueva perspectiva.

3. Materiales y Métodos

El presente trabajo consiste en un estudio de caso múltiple, en tanto se describen dos unidades de análisis. Ambos casos se escogen, particularmente, por tratarse de dos pacientes con enfermedad oncológica que viven dentro del mismo marco municipal, situación que permite una continuidad en el trabajo arteterapéutico. Además, son pacientes tratadas por el mismo médico oncólogo de quien se recibe la derivación.

El enfoque metodológico utilizado es el cualitativo, el alcance es descriptivo. Finalmente el diseño es no experimental, en tanto sólo se efectúa el registro, descripción y análisis de los casos.

Respecto a las técnicas empleadas se utiliza el análisis de contenido de fragmentos de entrevistas con cada paciente y la plástica como técnica artística (dibujo y modelado en plastilina).

Para la confección del trabajo se han utilizado documentos de fuentes primarias y secundarias, principalmente libros que abordan el tema del arte como recurso terapéutico, apuntes aportados por los docentes de la Carrera, y consultas en diferentes páginas en la Web. El idioma de las fuentes es en su totalidad español.

4. Resultados y Discusión

Los casos que se describen y analizan pertenecen a dos pacientes que se encuentran en tratamiento oncológico actual: Marly y Sara. El desarrollo del programa realizado con cada una de ellas tuvo un lapso de 8 sesiones, dentro de un encuadre flexible, teniendo en cuenta las circunstancias de tiempo y disponibilidad de cada una.

El trabajo arteterapéutico fue llevado a cabo fue individual, aunque el planteamiento de objetivos es similar en ambos casos; es decir, la idea principal involucra el apoyo terapéutico con recursos artísticos como medio canalizador de emociones y sentimientos frente a la vivencia del cáncer. El

abordaje del programa no va más allá de explorar las necesidades personales inmediatas respecto a su estado de enfermedad, enmarcando en ello el trabajo con recursos artísticos en búsqueda de alcanzar los objetivos trazados.

Con ambas pacientes se plantea un programa que tiene como propósito principal facilitar en ellas el proceso de aceptación de la enfermedad mediante la resignificación de la vivencia, por medio de la simbolización artística. Se espera que esto contribuya a mejorar su calidad de vida, mediante la integración y toma de conciencia de los estados de enfermedad.

Asimismo se busca aliviar la carga emocional de las pacientes canalizando, mediante el trabajo artístico, la fuerza de las emociones y sentimientos negativos y angustiantes que se generan por su estado de enfermedad, además de los conflictos personales y con su entorno que hacen aún más difícil su situación. Por último también se pretende facilitar el desahogo de conflictos internos que subyace en las pacientes, sin lograr quizás otra forma de exploración y expresión.

El trabajo con recursos artísticos se divide en 8 sesiones. La estructuración de las sesiones se divide en tres fases: introducción, actividad artística y debate en torno a la obra o retroalimentación. El tiempo estipulado para cada sesión es de 40 minutos, aproximadamente.

Al haber efectuado un trabajo paralelo se hace un análisis simultáneo de los casos mostrando los logros más significativos alcanzados, en cuanto a los objetivos estipulados inicialmente.

Utilizar la modalidad del dibujo y el moldeado en los casos descritos, como herramienta en su experiencia de aproximación al arteterapia, les permitió a Marly y Sara señalar las emociones respecto a su situación de enfermedad actual, sin la necesidad de hacer largos rodeos para poder expresar con palabras emociones agobiantes.

En la verbalización que acompaña cada trabajo ellas explican esos sentimientos, acortando una secuencia larga de palabras y de tiempo, y evitando el desgaste de experimentar la sensación permanente de nunca llegar a expresar lo que verdaderamente desean.

Se advierte en las sesiones que el discurso y la imagen se van entrelazando mutuamente haciendo que el dibujo tenga un sentido metafórico que les permite, a ambas pacientes, trasladar el sentido literal de la palabra a otro sentido figurado; de manera que se dice una cosa y se da a entender otra. La metáfora, como expresión simbólica, permite encontrar una nueva revelación a un enunciado literal.

Los dibujos son de mucha simpleza, sin embargo, la sencillez de los trabajos con recursos artísticos no son proporcionales a la profundidad emocional implicada y a las comprensiones que van emergiendo a partir de ellos, permitiendo una elaboración en correlación a los estados emocionales y al tratamiento que cada una sobrelleva.

En la expresión artística se pueden abstraer aspectos relacionados con los sentimientos que carecen de nombre. Es así que la forma, la fuerza del trazo, el color, el tono, la inquietud y el movimiento, son elementos que producen las formas simbólicas que transmiten ideas de esas realidades que no tienen nombre.

Lo que van contando Marly y Sara, en la medida que se da la producción artística, es muy difícil de lograr con el mismo nivel de profundidad a través de la palabra. La imagen visual las confronta con el recuerdo del sentimiento, lo revive, lo hace presente y lo procesa, permitiéndoles un control sobre la vivencia emocional.

Al apelar a la imagen, como canalizador de la expresión emocional, se espera encontrar un plus sobre la palabra. Esto se observa en el trabajo con las imágenes, en tanto Marly y Sara van relacionando su discurso a las imágenes que elaboran, o por las reflexiones que dan mientras las procesan. Es decir, con la imagen aparece algo que no hubiese sido dicho sino fuera justamente por la conexión con el dibujo.

El acercamiento a los aspectos más íntimos de las pacientes permiten dar cuenta cómo, por medio de los recursos artísticos, se alcanza un impacto profundo y certero de lo que muchas veces a ellas en sus estados de enfermedad les cuesta entender y analizar, permitiéndoles ver una nueva

perspectiva de su condición que no resulta ser tan agresiva en su pensamiento, como ellas lo veían.

En lo que expresan Marly y Sara solo resalta el beneficio que han recibido por medio de éste trabajo que han desarrollado, donde denotan un antes y después en sus procesos de enfermedad. Prácticamente y en forma metafórica han hecho un descubrimiento de sus emociones y sentimientos más significativos, tanto de aspectos negativos como positivos, de lo que ha representado para cada una su condición de enfermedad, y por medio de la instrucción terapéutica han alcanzado un anclaje terapéutico importante en cada sesión.

La experiencia de Marly y Sara, con el trabajo arteterapéutico, da cuenta de resultados significativos y favorables de esta técnica, en tanto complementaria de la PsicoOncología.

5. Conclusiones

El trabajo arteterapéutico, en los casos analizados, ayuda a potenciar la expresión de pensamientos y emociones, y permite mejorar el estado de angustia, ansiedad y temor ante la enfermedad. Además, les permite descubrir a las pacientes sus pensamientos respecto a la enfermedad y a los tratamientos, que tanto las atemorizan y paralizan como en el caso de Marly, influyendo directamente en sus emociones y en sus estados de ánimo.

El trabajo con arte permite en las pacientes reconocer que sus pensamientos negativos son el mayor detonador de sus momentos de angustia, malestar y desesperanza frente a la enfermedad. Se percata que bajo esta influencia aversiva de emociones frustrantes, se afronta, de manera errada, la condición de paciente, afectándolas a ellas, a su entorno, y a los posibles beneficios que se esperan alcanzar con los tratamientos.

A partir del uso del arte como recurso terapéutico Marly y Sara asumen una nueva perspectiva de afrontamiento ante las emociones perturbadoras. Por ejemplo, logran visualizarlas plasmando en el dibujo sus experiencias, lo que les permite, de alguna manera, tener mayor control sobre los indicios de malestar, al tiempo que pueden expresar y canalizar mejor sus experiencias.

Las consignas plásticas estructuradas mediante el trabajo con recursos artísticos logran el acompañamiento en el proceso oncológico de Marly y Sara, posibilitando cambios pertinentes en la forma en la que han asumido los obstáculos de la enfermedad, hacia nuevas opciones de afrontamiento, sin sentirse tan amenazadas por los efectos de los tratamientos que reciben o las condiciones de enfermedad en las que se encuentran.

El trabajo con recursos artísticos les ha permitido a ambas reflexionar, redescubrirse, manifestar y expresar sin temores sus necesidades, reincorporar la esperanza de un futuro y ver una nueva perspectiva de afrontamiento a su condición, poniendo de manifiesto algunos de los beneficios logrados por medio de éste trabajo.

La utilización de los recursos artísticos, como técnica complementaria en el abordaje a pacientes oncológicos, resulta ser una herramienta de apoyo que permite la expresión de lo que sienten y piensan los pacientes, en relación a la carga emocional y psicológica que tienen que lidiar al enfrentarse a cada momento en las diferentes fases de la enfermedad.

Esta técnica, como complementaria, da crédito de los beneficios que reciben los pacientes al trabajar con los recursos que les ofrece el arte como canalizador de emociones y sentimientos que pueden experimentar.

Es esta una razón importante para expandir el conocimiento del arte como recurso terapéutico que permite allegarse al paciente en su problemática de enfermedad de manera creativa y profunda, utilizando uno de los más bellos abordajes que repercute en la esencia del ser humano, el arte.

Por último, se concluye que la articulación de lo expuesto en el Marco Teórico, respecto al uso del arte como recurso en la terapia de pacientes oncológicos, y lo analizado en los casos descriptos, ha alcanzado los objetivos propuestos en el presente trabajo.

6. Bibliografía

Asociación Española Contra el Cáncer, (24, Junio, 2013). *Sobre el cáncer el cáncer*. Recuperado de: <http://bit.ly/1U0klQI>

- Caruso, C. (2011). *Silbando en la Oscuridad*. Buenos Aires: Librería Akadia.
- Caruso, C. (2012). *¿Y los sapos donde van a dormir?* Buenos Aires: Librería Akadia.
- Collete, N. (2011). Arteterapia y Cáncer. *Revista Psicooncología*, 8(1), 81-99.
- Fundación Esperanza Viva, (02, Enero, 2008). *Etapas y grados del cáncer*. Recuperado de <http://bit.ly/1JGaEz>
- Gallarde, L., Lane, D. y Foth, D. (2010). Musicoterapeutas y Arteterapeutas. En D., Walsh (2010). *Medicina paliativa*. (pp.299-302). España: El Servier Saunders.
- García. E. (1999). *Manual de Psicooncología*. Madrid: Grupo Aula Medica.
- Instituto Nacional del Cáncer Gobierno USA (29, abril, 2015). *Cáncer tratamientos*. Recuperado de: <http://1.usa.gov/1JmPhYu>
- Instituto Nacional del Cáncer Gobierno USA (9, Febrero, 2015). *Que es el cáncer*. Recuperado de: <http://1.usa.gov/1iKGf9i>
- López Martínez, M.D. (2011). Técnicas, materiales y recursos utilizados en los procesos arteterapéuticos. *Arteterapia: Papeles de arteterapia y educación artística para la inclusión social*. 6, p. 183-191.
- López, M. (2010). *La Intervención Arterapéutica y su Metodología en el Contexto Profesional Español* (Tesis de Doctorado). Recuperado de: <http://bit.ly/1JGaQPI>
- Medina Coello; X. (2011). Psicooncología: Una Respuesta al Malestar Emocional del Paciente Oncológico. Recuperado de: <http://bit.ly/1D2kjDJ>
- Onmeda, (11, Junio, 2014). *Cáncer definición*. Recuperado de <http://bit.ly/1KrT9ZGe>:
- Pain, S. (2008). *En sentido Figurado: Fundamentos Teóricos de la Arteterapia*. Buenos Aires: Paidós.
- Sánchez, S. (2011). Arteterapia en Enfermedades Crónicas y Terminales. *Revista Neuropsicología UFSQ*. Recuperado de: <http://bit.ly/1KqU61y>

Yélamos A. y Fernández.B.(2011) *Necesidades Emocionales en el Paciente con Cáncer*. Recuperado de: <http://bit.ly/1OtIT20>