

**¿PUEDE LA PINTURA SER UNA ALTERNATIVA TERAPÉUTICA EN  
PACIENTES CON PSICOSIS?**

JULIANA CALLE COMBARIZA

Asesora

NORA LUZ ÁLVAREZ GÓMEZ

Docente de Ética y Filosofía Colegio Marymount

COLEGIO MARYMOUNT

MEDELLÍN

PROYECTO DE GRADO

27 de mayo 2022

## Tabla de contenido

<b>Resumen:</b> .....	<b>4</b>
<b>Abstract:</b> .....	<b>5</b>
<b>Introducción:</b> .....	<b>6</b>
<b>Justificación:</b> .....	<b>7</b>
<b>Pregunta de investigación</b> .....	<b>9</b>
<b>Objetivo General:</b> .....	<b>9</b>
<b>Objetivos Específicos</b> .....	<b>9</b>
<b>Antecedentes:</b> .....	<b>10</b>
<b>1. Psicosis</b> .....	<b>12</b>
1.1 Historia de la psicosis.....	12
1.2 ¿Cómo se genera la psicosis? .....	13
1.3 Síntomas de la psicosis .....	14
1.4 ¿De qué manera se puede tratar la psicosis? .....	16
<b>2. Terapias alternativas y tradicionales</b> .....	<b>17</b>
2.1 La terapia tradicional en pacientes con psicosis.....	17
2.2. La terapia alternativa en pacientes con psicosis.....	19
<b>3. Arteterapia</b> .....	<b>22</b>
3.1 Historia .....	22
3.2 ¿Cuándo se utiliza la Arteterapia en pacientes con problemas mentales? .....	23
<b>4. Metodología</b> .....	<b>25</b>
<b>5. Análisis:</b> .....	<b>27</b>

<b>6. Conclusiones .....</b>	<b>28</b>
<b>Bibliografía.....</b>	<b>30</b>
<b>Anexo A.....</b>	<b>34</b>
<b>Anexo B.....</b>	<b>36</b>
<b>Anexo C .....</b>	<b>39</b>

**Resumen:**

En la presente investigación se responde si la pintura puede ser una alternativa terapéutica en pacientes con psicosis. Para esto, fue esencial conocer la psicosis, la historia detrás de esta, como se genera en las personas y los síntomas que se pueden manifestar. A lo siguiente, se hizo una comparación entre las terapias tradicionales y alternativas y como estas se usan en los pacientes con psicosis. Al igual, se analizó la historia del arteterapia con la intención de entender porque surgió y en qué momento se utiliza está en pacientes con problemas mentales para entender si se puede usar en las personas que sufren de psicosis.

Tras esta investigación, se hicieron entrevistas a psicólogos y psiquiatras sobre lo que pensaban acerca del arteterapia, el uso de terapias alternativas en pacientes con psicosis y si alguna vez considerarían hacer uso del arteterapia en las personas. Además, se le hizo una entrevista a un paciente que hace uso del arteterapia para entender como esta herramienta ha impactado en su bienestar física y mental. Finalmente, al analizar toda esta información, se pudo concluir que la pintura como parte del arteterapia puede complementar la terapia tradicional en las personas con psicosis, debido a que ambas le dan equilibrio a su proceso de terapéutico, pues la terapia tradicional brinda balance a los químicos segregados por el cerebro y el arteterapia le da la opción al paciente de comprender sus síntomas y expresar sus emociones de manera adecuada, para lograr un proceso óptimo de regulación emocional y conductual. Las enfermedades mentales no pueden curarse, sin embargo existen diferentes alternativas para tratarlas y el arteterapia y la pintura son métodos que ayudan en el fortalecimiento del paciente para asumir su enfermedad.

Palabras clave: terapia, arte, psicosis, alternativo, convencional.

**Abstract:**

In the present investigation it is answered whether painting can be a therapeutic alternative in patients with psychosis. For this, it was essential to know the psychosis, the history behind it, how it is generated in people and the symptoms that can manifest. Next, a comparison was made between traditional and alternative therapies and how they are used in patients with psychosis. Likewise, the history of art therapy was analysed with the intention of understanding why it arose and at what moment it is used in patients with mental problems to understand if it can be used in people suffering from psychosis.

Following this research, interviews were conducted with psychologists and psychiatrists about what they thought of art therapy, the use of alternative therapies in patients with psychosis and if they would ever consider using art therapy in people. In addition, an interview was conducted with a patient who uses art therapy to understand how this tool has impacted his physical and mental well-being. Finally, by analysing all this information, it was possible to conclude that painting as part of art therapy can complement traditional therapy in people with psychosis, because both give balance to their therapeutic process, since traditional therapy provides balance to the chemicals secreted by the brain and art therapy gives the patient the option to understand their symptoms and express their emotions in an appropriate manner, to achieve an optimal process of emotional and behavioural regulation. Mental illnesses cannot be cured, however there are different alternatives to treat them, and art therapy and painting are methods that help in strengthening the patient to assume his illness.

**Introducción:**

A lo largo de la historia, se han conocido los diferentes métodos de terapia que se pueden llegar a utilizar para los pacientes con problemas mentales, primero, comenzó con la medicación y la terapia convencional la cual trata de tener una conversación honesta con un profesional para entender los sentimientos del paciente y resolver sus problemas internos y externos. Después se empezó a extender estos medios de terapias llegando a tener diferentes ramas, las cuales se consideran alternativas y que le han brindado ayuda y complemento en el proceso de conocimiento y entendimiento de los pacientes. Es por esta razón que la presente investigación busca, a través de entrevistas, entender si la pintura puede ser una herramienta para ayudar a las personas con psicosis y darles una opción diferente y complementaria para su tratamiento.

A continuación, se muestra el contenido de este documento, el cual se divide en cuatro partes. La primera siendo el marco teórico donde se explican los términos esenciales para poder entender el proyecto. Los términos buscados permiten tener un conocimiento previo que da la información necesaria para entender a fondo el contenido de esta investigación. Lo segundo es la metodología, la cual da a entender el enfoque que se le ha dado a este trabajo y las herramientas usadas para llegar al análisis.

La última es el análisis y las conclusiones. Este análisis descifra y comprende los temas anteriormente dados en el marco teórico y al mismo tiempo lo relaciona con la pregunta investigativa. desarrollando así, al finalizar las conclusiones sobre el tema planteado y lo investigado ya sea de forma teórica o en las entrevistas realizadas.

**Justificación:**

Durante algún tiempo se consideró que las personas que sufrían de algún desorden mental debían ser excluidas de la comunidad, debido a que podían ser peligrosas para la sociedad en general, sin embargo, esta visión ha cambiado, gracias a las investigaciones realizadas sobre estos padecimientos las cuales han permitido que se comprenda mejor y se busquen alternativas para estas enfermedades.

La siguiente investigación, quiere responder la pregunta ¿Puede ser la pintura una alternativa terapéutica en pacientes con psicosis? La cual parte de un interés personal, puesto que para la autora el Arteterapia, es una herramienta que le brinda al paciente un complemento para su tratamiento, además a través de esta las personas pueden encontrar una nueva manera de expresar y de entender sus emociones o su experiencia de vida.

A lo largo de la historia para tratar estas enfermedades se recurrió a la medicación y a la terapia convencional en la cual el paciente compartía sus problemas y sentimientos y el profesional le ayudaba a resolver estos y a su vez los medicamentos proporcionaban el balance químico que el cerebro necesitaba, sin embargo algunas personas consideraban que este método no les brindaba el apoyo suficiente para mejorar su estado de salud, de ahí que se hicieron otras investigaciones que demostraron la variedad de soluciones que se le pueden brindar a las personas que sufren algún tipo de trastorno mental.

Un ejemplo de esto puede ser la equinoterapia, la cual es un tratamiento alternativo en el que se usa el movimiento del caballo para lograr las respuestas deseadas en una persona, en función de su discapacidad, desarrollando el equilibrio y brindando un ambiente seguro y cómodo. (CNDIPI, 2016).

Otro ejemplo sería la musicoterapia que hace un uso adaptado de los elementos musicales con el fin de mejorar las condiciones de vida de las personas (Gamella, 2022) O incluso, la danzaterapia que por medio del uso psicoterapéutico del movimiento dentro de un

proceso el cual persigue la integración física del cuerpo y la mente del individuo. (Reula, 2022)

El arteterapia, es un herramienta que utiliza el arte como método de expresión y de entendimiento de los problemas que padece el paciente, lo cual permite que las personas se puedan expresar libremente y comprendan mejor su situación, generando un estado de bienestar mental, pues el paciente se siente en un lugar seguro para expresar lo que siente a través del arte.

Así este tipo de terapias alternativas pueden brindarles un mejor acompañamiento a las personas que necesitan un impulso para conectarse mejor consigo mismas e identificar y aceptar su enfermedad, estas terapias pueden ser un paso más hacia el futuro, en el cual todos pueden buscar otras alternativas que se adapten mejor a sus necesidades y les ofrezca un balance entre la medicación y la terapia convencional.

**Pregunta de investigación**

¿Puede la pintura ser una herramienta terapéutica en pacientes con psicosis?

**Objetivo General:**

Analizar la pintura como herramienta terapéutica en pacientes con psicosis.

**Objetivos Específicos**

1. Identificar las características de la psicosis, causas y síntomas
2. Contrastar la terapia tradicional con la terapia alternativa
3. Analizar la pintura como terapia alternativa en pacientes con psicosis.

**Antecedentes:**

Las terapias alternativas han sido fruto de una investigación reciente, que ha generado un cambio en la manera de analizar cómo se le puede acompañar al paciente con su enfermedad mental, es necesario aclarar que este tipo de enfermedades no tienen cura, por lo tanto, lo que se busca es brindar herramientas para que el paciente pueda mejorar su calidad de vida.

Maribel Escalera en su texto titulado “El arteterapia como recurso terapéutico para el bienestar psicológico frente a los trastornos psicológicos de la enfermedad de Alzheimer” explica cómo el arteterapia puede ser un medio útil para mejorar el bienestar psicológico del paciente a través de la autoexploración, la expresión, y el reconocimiento de los pensamientos y las emociones en un proceso creativo.

De igual forma se menciona la importancia del espacio arteterapéutico, el cual posibilita que las personas se decidan y se reafirmen como un sujeto creador, pues al no poder comunicar claramente sus emociones y sentimiento tiene la opción de expresar sus necesidades, deseos, o recuerdos de forma artística, además de que la actividad en sí favorece el fortalecimiento de diferentes capacidades tales como: la creatividad, la atención, la organización espacial, la coordinación, etc. (Escalera, 2016)

En un artículo escrito por María Mercedes Saizar, Mercedes Sarudinasky y Guido Pablo Korman. Se expresa que en la modernidad el uso complementario de las terapias alternativas junto al área de Salud Mental brinda actividades que les permiten a los pacientes hacer parte de un vínculo social y así crean hábitos saludables. Además, que estos espacios le permiten asociar al hospital como un lugar distinto y no solo con la enfermedad.

En un artículo realizado en la Universidad de Chile, Facultad de Ciencias Sociales se demuestra todos los beneficios que puede traer el arte terapia como la autoimagen positiva ya que al producir un logro artístico se genera el sentimiento del valor hacia uno mismo, al

pensar que son capaces de producir cosas positivas, además de que el entorno puede permitir que los pacientes interactúen entre ellos o con el terapeuta lo cual permite que las personas reaprendan y ensayen sus habilidades sociales.

Se define en el artículo mencionado anteriormente que la arteterapia busca el descubrimiento de nuevas conexiones, relaciones y significados en un ambiente seguro y libre de prejuicios, que le proveen a la persona perspectivas alternativas sobre su vida y sobre la forma en que se relacionan con los demás. De igual forma, el arte terapia permite la manifestación artística de manera menos forzada y con privacidad, lo que les da la libertad a los pacientes de tener una expresión más profunda sobre sí mismo. El potencial terapéutico de la arteterapia se basa en la consideración de que todo individuo, independientemente si tienen o no formación de las habilidades artísticas, tienen la capacidad para proyectar sus conflictos internos por medio de su expresión desde el arte.

De igual forma se resalta el principio fundamental del arte terapia que es la importancia de la imagen u objeto visual en el proceso del aprendizaje humano. La imagen que es creada ya sea en pintura, dibujo, arcilla, etc. En la presencia de un terapeuta, permitiendo que el paciente se ponga en contacto con sus sentimientos tempranos y reprimidos teniendo en cuenta sus emociones del presente. El resultado dado por él paciente puede actuar como un contenedor de las emociones poderosas que no pueden ser fácilmente expresadas. Asimismo, este puede ser un medio de comunicación entre la persona y su terapeuta pudiendo servir para la visualización de las transferencias entre ambos, entendida esta como los sentimientos del pasado introducidos en el momento presente y que influyen la forma en que experimenta al otro. (Universidad de Chile, 2011)

## 1. Psicosis

Durante este capítulo se abordará la psicosis, teniendo en cuenta ¿qué es? ¿Cuál es su historia? y ¿por qué y cómo afecta a las personas? Con esta investigación se espera entender la enfermedad para saber si la pintura puede ser un método confiable y apto para ayudar con el proceso del paciente.

La psicosis es un trastorno de origen emocional o natural en el cual la capacidad del pensamiento de una persona, la respuesta emocional, los recuerdos, la comunicación, la interpretación de la realidad están lo suficientemente dañados como para interferir con la capacidad de hacer las tareas básicas que se dan día a día, de igual forma existe un fallo en la capacidad de analizar su entorno de manera objetiva y poder diferenciar entre el mundo exterior e interior. (De la Fuente & Heinze, 2018)

La psicosis afecta la manera en la que el cerebro procesa información. Esto causa que las personas pierdan el sentido de la realidad, puede crear alucinaciones auditivas y visuales. Esta puede ser causada por un trastorno mental, una lesión física, una enfermedad, abuso de sustancias, estrés extremo o el trauma. (Bhandari, 2021) . La psicosis es una enfermedad frecuente que afecta a más del 1% de la población, los primeros síntomas suelen aparecer habitualmente entre 18 a 28 años de vida, además puede afectar seriamente el funcionamiento de las personas que lo padecen. Esta afecta el cerebro, el cual produce cambios en los pensamientos, la percepción, los sentimientos y el comportamiento de la persona afectada. (consaludmed, 2008)

### 1.1 Historia de la psicosis

La psicosis se empezó a investigar en 1845 cuando originalmente estaba incluida en la lista de discapacidades mentales, pero después empezó a ser sinónimo de los términos “psicopatía” y “psiconeurosis”. La primera vez que la palabra psicosis fue utilizada por Karl Friedrich Canstatt (fue un médico y autor alemán muy reconocido de su época) quien lo usaba como una abreviación de “neurosis psíquica” cuando a la neurosis se le refería a cualquier enfermedad del sistema nervioso. Otro hombre llamado Ernst Von Feuchtersleben (quien fue un médico, poeta y filósofo austriaco) también fue ampliamente conocido por usar por primera vez el término en 1845, a cambio de los términos como la insanidad y manía.

Esta palabra se origina de las palabras griegas “psyche” que significa alma y “Osis” que significa una condición anormal.

El psiquiatra alemán llamado Emil Kraepelin a menudo es considerado el padre de la psiquiatría moderna y es particularmente conocido por dividir la psicosis de dos maneras diferentes: la locura maniacodepresiva y demencia precoz. El anterior incluyó todo un espectro de trastornos del estado de ánimo desde depresión clínica a desorden de bipolaridad. De igual forma el anuncio un nuevo acercamiento “clínico” para los problemas mentales al contrario del acercamiento que se le daba antes. Él reclasificó todos los problemas mentales de acuerdo con sus patrones que comparten de síntomas o síndromes, en vez de agruparlos basados en sus mayores síntomas. (Mandal, 2021)

En la segunda mitad del siglo XIX, el término psicosis fue largamente utilizado, aunque siguió siendo aplicado como sinónimo de términos como trastorno mental y locura. En 1859 Flemming ( fue un bacteriólogo conocido por su descubrimiento de la penicilina) retomó el término y lo usó para aludir tanto a los trastornos mentales con hallazgos orgánicos que se identifican, como a los trastornos del alma que se suponía, tenían una causa orgánica, además en 1877 Fleming mantuvo su enfoque nosológico en lo que Möbius (fue un matemático, astrónomo y teórico alemán) en 1875 denominó como psicosis endógenas y se abarcó el espectro de la histeria, melancolía, manía y paranoia. (Bürgy, 2008)

## 1.2 ¿Cómo se genera la psicosis?

La psicosis puede afectar a personas de cualquier edad, aunque suele suceder que el trastorno se comienza a manifestar a finales de la adolescencia y a los 25 años. No existe una causa específica por la cual se genere la psicosis, no obstante, una persona puede llegar a sufrir de psicosis sin que le lleguen a diagnosticar con esquizofrenia o cualquier otro trastorno mental, esto pasa porque existen otras causas que generan la psicosis aparte de tener un problema mental. (Departamento de Salud y Servicios Humanos de los Estados Unidos,

2022) Tales como, la falta de sueño, enfermedades médicas generales, algunos medicamentos recetados y el abuso del alcohol u otras drogas, también se puede generar por enfermedades cerebrales como el Parkinson, tumores o quistes cerebrales, Demencia, VIH u otras enfermedades que puedan afectar el cerebro, algunos tipos de epilepsia y accidentes cerebrovasculares. (Psicosis, 2022)

### 1.3 Síntomas de la psicosis

Las personas que experimentan psicosis pueden llegar a tener ilusiones y alucinaciones. Se puede presentar un estado de confusión, el hablar rápidamente, y cambiar de tema de forma abrupta. A menudo sucede que las personas pierden el hilo de sus pensamientos y se detienen sin terminar lo que estaban haciendo. Además de que la persona no es consciente de su comportamiento. Otros síntomas incluyen la dificultad en la concentración, ansiedad, agitación, aislamiento social, y trastornos de sueño (Diccionario Médico, 2022)

Los síntomas que experimentan las personas con psicosis pueden llegar a empeorar hasta el punto en el que la persona deja de tener control sobre su propia mente, los que les genera una dificultad en diferenciar la realidad de la fantasía, de igual forma predominan los pensamientos o las ideas perturbadoras, los sentimientos de temor o la desconfianza en las interacciones que tienen con las otras personas. Suele suceder a menudo que, para algunas personas, la experiencia de un episodio psicótico no es desagradable. Pueden llegar a experimentar un sentimiento de expansividad, una conexión espiritual con otros o incluso un poder o un propósito superior. A menudo, otros suelen estar más preocupados por ellos que por sí mismos y es muy posible que no estén en búsqueda de un tratamiento. El curso general de los trastornos psicóticos se puede describir de la siguiente manera:

- En riesgo: Las personas que no experimentan ningún síntoma, pero tienen factores de riesgo como; complicaciones genéticas, traumáticas, prenatales, perinatales o abuso de sustancias para desarrollar psicosis.
- Alto riesgo clínico: Las personas suelen tener algunos cambios en sus emociones, motivaciones, pensamientos, percepciones y/o comportamientos. Estos periodos pueden llegar a durar de 1 a 5 años, con un promedio de aproximado de 2 años. Esta es la fase en la cual la intervención temprana es clave para prevenir la progresión de la enfermedad.
- Psicosis aguda: La persona que sufre de síntomas como delirios, alucinaciones, pensamientos desorganizados, la reducción en la capacidad de mantener relaciones sociales, ya sea trabajo o estudios. En la mayoría de los casos, las personas necesitan hospitalización en esta fase.
- Recuperación: Sigue después de un episodio agudo y aunque los síntomas pueden disminuir con el tratamiento, puede llegar a tomar meses la recuperación de su funcionamiento y el bienestar. Muchas de las personas afectadas suelen experimentar alguna pérdida de funcionamiento en comparación con su nivel anterior. Las personas que buscan ayuda inmediatamente después de su primer episodio de psicosis aguda suelen tener mejores resultados.
- Recaídas: Hay recurrencia de episodios agudos después de un periodo de estabilidad. Mientras que algunas personas solo tienen un episodio psicótico en la vida, la mayoría de las personas llegan a tener otros episodios agudos periódicamente.

Cada episodio se demora más en resolver y se vuelve más difícil de tratar, y a menudo se producen problemas en el funcionamiento de la persona, creando una dificultad en realizar la tarea más básica. (Contra Costa Health Services, 2022)

#### 1.4 ¿De qué manera se puede tratar la psicosis?

Existen estudios que han demostrado que es bastante común que una persona presente síntomas psicóticos durante más de un año antes de recibir tratamiento. Es fundamental que las personas consigan el tratamiento lo más rápido posible, ya que esto puede significar una recuperación pronta de los pacientes. Hay diversas investigaciones que prueban una variedad de tratamientos para la psicosis temprana. Varios de los tratamientos pueden ser los siguientes:

- La psicoterapia individual o grupal, que generalmente se basa en los principios cognitivo-conductual. La terapia se adapta a las necesidades de cada paciente incluso hace énfasis en la capacitación para la resiliencia, el control de la enfermedad, y el desarrollo de capacidades para el afrontamiento.
- La medicación ayuda a reducir los síntomas de la psicosis. Se adapta tanto a la selección como a la dosificación de los medicamentos a los pacientes con psicosis temprana. (consaludmed, 2008)

Finalmente se puede concluir que la psicosis es un trastorno que a pesar de que no sea mencionado frecuentemente, es más común de lo que parece. Por esta razón, se deben buscar diferentes métodos de tratarlo ya que se suelen manifestar diferentes síntomas y suelen ocurrir a una temprana edad. Lo cual afecta el pensamiento cognitivo de las personas y crea mayores dificultades para la recuperación de las personas que lo padecen. Con la investigación que se realizó sobre la psicosis, se entiende que existe la posibilidad de que el arteterapia es un método útil y efectivo que brinda otro tipo de soluciones a la mano de la terapia tradicional y así generar una mayor efectividad en el manejo de los síntomas causados por el trastorno.

## 2. Terapias alternativas y tradicionales

En este capítulo se abordará el tema de las terapias alternativas y las tradicionales, con el fin de identificar ¿que son? ¿Qué tipo de terapias alternativas y tradicionales psicológicas existen? El uso de la terapia alternativa en pacientes con psicosis, efectos de la arteterapia en los pacientes con problemas mentales y cuando se utiliza el Arteterapia en los pacientes con problemas mentales. La intención de este capítulo es dar a entender cómo las terapias alternativas como la arteterapia pueden ser clave para la ayuda en los pacientes que sufren de psicosis y cómo puede ir de la mano de la terapia tradicional para crear un sistema balanceado y que el paciente pueda tener diversidad en su tratamiento

### 2.1 La terapia tradicional en pacientes con psicosis

“La terapia convencional es definida como el tratamiento que los profesionales de la salud aceptan y lo usan diariamente”. (Instituto Nacional del Cáncer, 2022) “De igual forma, se basa en el conocimiento científico y utiliza los tratamientos que se han probado eficaces científicamente”. (Children's Minnesota, 2022)

Para el tratamiento de la psicosis, muchas veces se recomienda utilizar la terapia cognitivo conductual, la cual consiste en conversar con un asesor de salud mental de forma organizada con una cantidad limitada de sesiones, ayudando a tomar conciencia de los pensamientos imprecisos o incluso negativos para poder entender situaciones exigentes y responder a ellas de manera más efectiva (Mayo Clinic, 2021) o la terapia dialéctica conductual (Es una terapia intensiva la cual está estructurada para ayudar niños y adolescentes con dificultades para manejar sus emociones más fuertes.) Esta terapia funciona gracias a la combinación de dos conjuntos de habilidades. La atención plena, ayuda a los

niños a entender y aceptar sus sentimientos más difíciles y el segundo se llama TCC la terapia cognitivo conductual, la cual enseña a modificar los sentimientos y los comportamientos.

(Garey, 2022)

Muchas personas encuentran útil el hecho de tener tratamientos complementarios y terapias alternativas para mejorar el manejo de sus síntomas, por ejemplo, el arte puede ayudar a expresar los sentimientos de manera más sencilla como con la pintura, música o la drama terapia. Estos son muy buenos para esta enfermedad en específico por si el paciente tiene dificultad de expresarse al hablar de sus sentimientos o en general. (Mind, 2022)

Además de que la experiencia del arte tiene la capacidad de integrar diversas funciones en un sentido, así reuniendo un potencial formativo y terapéutico, también enriquece la capacidad perceptiva, al intensificar la experiencia sensorial y con ello logra extender la consciencia de la realidad interna y externa. (Universidad de Chile, 2011)

A su vez en los tratamientos tradicionales se utilizan los antipsicóticos porque pueden ser un método efectivo para reducir o eliminar los síntomas de la psicosis. Estos suelen ser más eficientes para el tratamiento de las alucinaciones, las ideas delirantes, el pensamiento desorganizado y la conducta agresiva. Una vez los síntomas urgentes hayan desaparecido y dependiendo de la causa de la psicosis se espera que las personas afectadas sigan con el tratamiento para reducir la probabilidad de episodios futuros.

Los tipos de antipsicóticos se dividen en dos grupos:

- Primera generación (los antiguos, convencionales tiene más efectos secundarios que beneficios reales.)
- Segunda generación (los recientes, suelen tener menos efectos secundarios)

Últimamente ya se utilizan los de segunda generación con más frecuencia, ya que estos tienen una probabilidad menor a tener efectos adversos. De igual forma, pueden aliviar

los síntomas positivos (como las alucinaciones), los síntomas negativos (falta de expresión emocional) y la disminución de la capacidad de atención. (Tamminga, 2020)

## 2.2. La terapia alternativa en pacientes con psicosis.

El término de terapia alternativa es utilizado para describir cualquier tipo de tratamiento médico o intervención que no ha sido documentada o identificada científicamente como segura o efectiva para una condición o enfermedad específica. La terapia alternativa plantea una variedad de disciplinas que incluyen dietas, ejercicios, condiciones mentales, y cambios del estilo de vida. Estos tratamientos se han vuelto tan populares por el hecho de que muchas personas que padecen de enfermedades crónicas buscan respuestas a las preguntas que tienen sobre cómo pueden manejar sus condiciones. (Cleveland Clinic, 2022)

En la modernidad, sigue existiendo el misterio e inconformidad sobre terapias alternativas, ya que suelen ser un método de ayuda muy diferente a lo que se acostumbra, pero estos suelen brindar apoyo al paciente y a su proceso de sanación, así podemos ver la variedad de estas terapias que existen en el área de psicología y que pueden brindarle un apoyo a la persona que sufre de enfermedades mentales:

- Terapias de movimiento: son una expresión creativa que permiten con el movimiento darle un orden a la mente al igual que al cuerpo. La danzaterapia ya se está aplicando en muchas partes del mundo con bastante éxito para el trabajo con personas de todas las edades con cualidades del desarrollo de la creatividad, la estimulación de la inteligencia y el aprendizaje de los límites.
- Arteterapia: En este método se obtienen grandes beneficios psíquicos, físicos y espirituales, a través de la expresión artística. Existen cuatro tipos de terapias artísticas: la Drama terapia, Danza-Movimiento-Terapia, Musicoterapia y, por último, el Arteterapia. Esta última también es reconocida por psicoterapia por

el arte, incluye los medios artísticos del arte visual como la pintura, el dibujo, la escultura, la fotografía, creación de historias, etc.

Meditación: También es llamado mindfulness, el cual proporciona una mayor conciencia, desarrolla la creatividad y le da un estímulo a las zonas del cerebro que producen la felicidad. Le suele traer muchos beneficios a los pacientes que sufren de Trastornos de Ansiedad y Déficit de Atención (Psicología- terapias alternativas, 2016)

Según Dumas es su artículo “Los beneficios del arteterapia sobre la salud mental” se menciona los beneficios de la arteterapia es que cada una de las categorías dentro de ella, aportan diversas utilidades para cada tipo de problema mental, por ejemplo, en las artes visuales, proveen la posibilidad de una conexión con los colores y la estrecha relación con el universo afectivo. En el proceso, las emociones que son reprimidas por el paciente se llegan a transformar en una energía constructiva y se apunta a sintetizar las polaridades internas. También promueven la autoexpresión, la autoestima, y el manejo de las emociones bloqueadas, aliviando el estrés guardado.

También es una herramienta fundamental para la protección y refuerzo del sistema inmunológico, para prevenir enfermedades físicas y mentales, al igual que promover la salud. De la misma manera es una actividad que genera placer y el disfrute, también benefician el sentido de pertenencia, las estrategias de afrontamiento positivas, la tolerancia hacia las situaciones conflictivas y la atribución al sentido y significado de la vida. Además, el arteterapia enriquece la memoria y el lenguaje. (Dumas, 2013)

Se puede evidenciar como el arteterapia puede llegar a ser un proceso clave para el tratamiento de los pacientes con problemas mentales, ya que se pueden reflejar tantos beneficios que hacen la vida del paciente más sana y controlada. Creando así, un ambiente

estable entre la medicación y el proceso alternativo que lo esté acompañando ya que pueden mejorar la regulación de los síntomas de estas personas.

Finalmente se puede concluir que las terapias alternativas y las tradicionales pueden ser unas herramientas efectivas si se puede crear un ambiente en el que ambas funcionen de manera complementaria para compensar lo que a la otra le hace falta, dándole estabilidad al proceso del paciente y mostrándole las oportunidades que puede tener.

De igual forma, el arteterapia puede mostrarle una nueva perspectiva a las personas que sufren de psicosis, una forma en la cual se les pueda hacer más fácil el uso de la expresión, de la autorreflexión al expresar sus emociones de forma artística y al lograr liberar los sentimientos que se mantenían reprimidos inconscientemente.

### 3. Arteterapia

En este capítulo se abordará la historia del arteterapia y su uso en el siglo XXI y ¿En qué momento se aplica el arteterapia en pacientes con problemas mentales? Este capítulo se hace con el fin de profundizar en el arteterapia y no solo en la terapia alternativa, para que cada vez la investigación se acerque más a la pregunta que se hizo al principio y que se pueda comparar el uso del arteterapia en pacientes con problemas mentales, enfocado en personas que sufren de psicosis.

#### 3.1 Historia

La Arteterapia es un campo profesional que es relativamente reciente, tiene un carácter multi teórico y multiprofesional. Se empezó a utilizar después de la Segunda Guerra Mundial con aquellos soldados que venían del frente con problemas psíquicos, aunque en ese momento no hubo la necesidad de ponerle nombre o investigar más sobre ello, ya que para ellos solo era un tratamiento temporal. (divulgación dinámica, 2017) Con la necesidad que se tenía de recuperar a los soldados heridos, se crearon servicios de psicología especiales en los hospitales, donde se empezaron a utilizar terapias innovadoras como la terapia analítica de grupo, que incluía el psicodrama y el arte. (arteterapiaec, 2020) Se puede ver que este fue indagado con mucha más profundidad por un artista de Inglaterra en 1946 llamado Adrian Hill quien fue el que se dio cuenta de los beneficios que el arte le podría brindar mientras se recuperaba de tuberculosis (divulgación dinámica, 2017)

En el siglo XXI, el arte terapia es mundialmente conocida y no solo se utiliza para personas con problemas mentales, sino, de igual forma se emplea para el manejo de emociones para las personas en momentos de estrés, como lo es por ejemplo el caso de la pandemia, en el cual hubo un sentimiento colectivo de soledad y ansiedad por la falta de información. El apoyo del arteterapia le ayudo a muchas personas a sobrellevar la situación de la mejor manera posible. (Colegio Siglo XXI, 2022)

### 3.2 ¿Cuándo se utiliza la Arteterapia en pacientes con problemas mentales?

Existe evidencia de que la arteterapia puede ser aplicada en muchos contextos. Esta produce mejoras en el estado de ánimo de las personas, en las habilidades interpersonales, en la disminución del estrés y en la reducción de los eventos de confusión entre fantasía y realidad. En el caso de los trastornos psicóticos este promueve el desarrollo del Yo. Ya que, en los trastornos psicóticos, se genera la dificultad de la expresión y la comunicación verbal, así que pueden ser expresadas a través de las imágenes para simbolizar aquellas experiencias que les cuesta manifestar, al igual que posibilita la expresión directa de las emociones.

Se ha comprobado que durante la rehabilitación de los pacientes con trastornos psicóticos en estados graves que encuentren los recursos para que se contacten con su experiencia subjetiva y no solo que se fortalezcan las habilidades para obtener una introducción positiva en la sociedad. Además, el arteterapia tiene potencia sobre los propósitos de la rehabilitación psicosocial y de igual forma, ayuda a recuperar las capacidades disminuidas por el trastorno como la desorganización del pensamiento, el habla, aislamiento social, o incluso la depresión. Asimismo, se ha encontrado que la pintura presenta la posibilidad de congelar o grabar el momento de lo que sentía el sujeto, así brindándole a la persona y al profesional una ayuda en el procedimiento para ver la mejoría o el cambio que ha tenido a través de las sesiones y como ha desarrollado su manera de expresarse.

Las terapias por el arte se pueden realizar de manera directa e indirecta. La elección de estos es de acuerdo con lo que el arte terapeuta considere mejor para el paciente, respecto a la presencia o no de los objetivos, lo mismo ocurre con el empleo de los materiales.

El enfoque que apunta a direccionar el proceso se basa en una estructura que está previamente planeada, partiendo de los objetivos claros y haciendo uso de materiales usados previamente en la terapia. Por otro lado, el enfoque indirecto se pasa de las estructuras para

dar lugar a que el sujeto haga una organización libre del espacio terapéutico, esto permite que el paciente sea la persona que escoja los materiales que se van a utilizar.

La dinámica que se utiliza en la arteterapia tiene que ver con un trípode fundamental: la obra, el arte terapeuta y el paciente. Esta dinámica le da un sentido al proceso que se está haciendo y es importante darse cuenta de que las interpretaciones que se dan de las creaciones artísticas no son el principal enfoque de interés del Arteterapia, si no que su importancia esta puesta en el proceso de la creación, más que en el resultado que se da.

Ahora, los usos que se pueden hacer del arte en el ámbito de la salud mental pueden tomar diferentes direcciones: lo primero puede ser como un medio de entretenimiento para los pacientes, también se puede utilizar como un tratamiento a través del Arteterapia, permitiendo llegar a un diagnóstico y sus mejoras, de igual forma se puede utilizar como un medio de socialización, tanto como para las personas que están internalizadas en un instituto psiquiátrico, como las que no lo están, finalmente puede ser un medio de resistencia contra políticas involucradas en la salud mental. Ya sea cual sea la expresión que se utilice, el arte le permite al paciente un espacio lúdico y de recreación para estimular la reinserción social. (Telesca Farley, 2019)

Por último, después de este capítulo, se puede demostrar la posibilidad que tiene el arteterapia de ofrecer a las personas que sufren de psicosis. Sus beneficios son bastantes ya que a las personas que sufren del trastorno se les dificulta la expresión verbal, y con el arteterapia se puede crear un entorno en el que las personas se puedan sentir acompañadas pero sin ser juzgadas por los síntomas. De igual forma, el arteterapia puede darle la independencia que muchas personas suelen desear al expresar sus emociones o se crean grupos en los que se pueda compartir y socializar como se desee con personas que sufren de lo mismo y así se pueden sentir libre de prejuicios.

#### **4. Metodología**

De acuerdo con el proceso con el que se desea seguir en la recolección de información, se continuara con el enfoque de corte cualitativo. La investigación cualitativa es el enfoque en la descripción de las cualidades de un fenómeno. Este busca un concepto que pueda abarcar una parte de la realidad descubriendo tantas cualidades como sean posibles. En las investigaciones cualitativas se debe hablar de un entendimiento en profundidad en lugar de exactitud: Se trata de obtener el entendimiento lo más profundo posible. Al igual que la investigación se hace por medio de interacciones con los sujetos que estudian, es su instrumento de medida y los analizan dejando atrás los prejuicios y las creencias. (Mendoza Palacios , 2022)

##### **Población**

Para el desarrollo de esta metodología se llevará a cabo el estudio de esta población

1. Dos psicólogos que hayan tenido o tengan pacientes que sufrieran de psicosis y que tengan un conocimiento básico de la arteterapia.
2. Dos psiquiatras que hayan tenido o tengan pacientes que sufran de psicosis y que tengan un conocimiento básico de la arteterapia
3. Paciente, persona que haya asistido a sesiones de arteterapia

##### **Recolección de datos**

Para seguir con la metodología planteada, se pondrá en uso el instrumento denominado “entrevista” el cual será tipo semiestructurada. Una entrevista semiestructurada empieza con preguntas ya preestablecidas, pero no sigue estrictamente una lista formal de las preguntas; se hacen preguntas más abiertas, lo que le permite dar una discusión con el entrevistado en lugar de un formato de preguntas y respuestas. Al hacer las preguntas, no es necesario usarlas todas, o

manejarlas en el mismo orden que fueron escritas, más bien usándolas para guiar la conversación. (Elizalde, 2018)

### **Entrevista**

#### **profesionales**

1. ¿Cree usted que las terapias alternativas pueden ser un método efectivo para tratar a los pacientes con psicosis? ¿Alguna vez lo ha recomendado o intentado?
2. ¿Alguna vez ha considerado utilizar el arteterapia como acompañamiento en sus pacientes con psicosis? ¿Por qué si y por qué no?
3. ¿Cree usted que el arte terapia puede complementar el tratamiento y brindarle el apoyo necesario al paciente?

#### **Paciente:**

1. ¿Qué lo llevó a buscar ayuda en el arteterapia?
2. ¿Qué aspectos positivos cree que tiene el arteterapia?
3. ¿Puede el arteterapia complementar la terapia tradicional?
4. ¿qué cambios emocionales ha notado al asistir a sesiones de arteterapia?

## 5. Análisis:

A continuación, se realiza el análisis de las entrevistas realizadas a partir de la metodología propuesta anteriormente.

Profesional	Paciente
<ol style="list-style-type: none"> <li>1. “La terapia alternativa debe ser una herramienta de acompañamiento, no de terapia única, porque al volverse terapia única, no se ayuda al paciente totalmente, dejando a un lado el tratamiento que alivia sus síntomas.” Los sujetos 1, 2, 3 y 4 coinciden en que las terapias alternativas y las tradicionales son complementarias una de la otra.</li> <li>2. “El arte terapia puede acompañar el tratamiento de las personas con psicosis, aunque en Colombia es muy difícil recomendar esto, ya que la psicosis es un trastorno muy complicado el cual necesitaría el uso de un experto en arte terapia que este enfocado en la psicosis.” Los sujetos 1, 2, 3 y 4 concuerdan que recomendarían el uso del arteterapia para sus pacientes con psicosis, incluso muchos lo han hecho.</li> <li>3. “El arte terapia puede ser un complemento para los pacientes con psicosis, porque esto le puede brindar estimulación sensorial por las diferentes texturas que hay en la pintura y puede ayudar en las habilidades cognitivas sociales.” Los sujetos 1, 2, 3 y 4 afirman que el arteterapia puede ser un tratamiento complementario que le da la posibilidad de expresarse de una manera diferente con el experto para tener una mejor experiencia para el paciente.</li> </ol>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1.” Siempre he estado interesada en el arte, siento que el arte terapia fue el método que me dio una salida del mundo”</li> <li>2. “Considero que cualquier persona puede hacer uso del arte terapia, ya que la idea no es demostrar las habilidades artísticas, más bien es expresarse y entenderse a uno mismo, con lo que cada uno identifique.”</li> <li>3. “El arte terapia puede complementar la terapia tradicional, incluso puede ser un sustituto. Ya que en ciertas ocasiones hay emociones que no se pueden expresar de manera verbal, por lo cual se puede recurrir a la pintura.” Se puede evidenciar como el sujeto 5 está en completo desacuerdo con los otros sujetos, ya que considera que el arte terapia puede ser un remplazo de la terapia convencional.</li> <li>4. He notado como al mirar una obra, puedo sentirme con calma, ya que he avanzado mucho en mi proceso, porque al principio mis obras parecían estar llenas de ira, mientras que pasaba el tiempo, estas empezaron a tener muchos más colores y con simbolismos llenos de alegría.</li> </ol>

## 6. Conclusiones

- El arteterapia, es beneficiosa para las personas con psicosis porque esta le puede brindar una nueva perspectiva sobre la expresión, dándoles una oportunidad de entenderse y manifestar sus sentimientos sin necesidad de usar las palabras, ya que muchas personas con este trastorno mental suelen tener problemas para la socialización porque suelen aislarse.
- El arteterapia es un complemento de la terapia tradicional, debido a que las personas con problemas mentales necesitan tener algún tipo de medicación y al hacer uso único del arteterapia, no se están regulando los síntomas, lo cual empeora la situación de las personas en vez del objetivo que se está buscando al darles la oportunidad de usar el arteterapia.
- La pintura como terapia, ayuda a las personas con psicosis a manejar sus síntomas y a darles otro método de expresión en el cual las personas se puedan sentir más tranquilas y seguras, para que puedan asimilar sus pensamientos y crear conciencia de su estado mental, para que se puedan entender a sí mismos y coexistir con su enfermedad con ayuda de esta alternativa.
- En Colombia la pintura como complemento de la terapia tradicional es casi que inexistente, ya que los grupos de arteterapia y pintura que existen son solo enfocados en la regulación de emociones, pero no para personas con problemas mentales, para ayudar a estas personas, se necesita un experto en arteterapia y en estas enfermedades para generar un balance en el tratamiento.
- la pintura es un método terapéutico flexible pues permite la libertad de expresarse libremente, disminuye el estrés, se comprende los episodios en los que se confunde la realidad con las alucinaciones, le da la oportunidad a los

pacientes de tener elección en los materiales que usaran para expresarse, además refuerza la memoria y el lenguaje.

- Las enfermedades mentales actualmente, continúan con cierto tabú o sesgo por parte de la población mayoritaria, sería necesario educar y concientizar a la población frente a los trastornos mentales para que sean un apoyo y no un obstáculo para las personas que los padecen.

## Bibliografía

*arteterapiaec.* (9 de Mayo de 2020). Obtenido de el origen del Arteterapia:

<https://arteterapiaec.com/2020/05/09/el-origen-del-arteterapia/>

Bhandari, S. (26 de Julio de 2021). *Psychosis and Psycotic Episodes*. Obtenido de WebMD:

<https://www.webmd.com/schizophrenia/guide/what-is-psychosis>

Bürgy, M. (3 de enero de 2008). *The Concept of Psychosis: Historical and Phenomenological Aspects*. Obtenido de National Library of Medicine:

<https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC2632489/#bib16>

Children's Minnesota. (6 de abril de 2022). *Medicina Complementaria y alternativa*.

Obtenido de Childrensmn.org:

<https://www.childrensmn.org/educationmaterials/teens/article/12564/medicina-complementaria-y-alternativa/>

Cleveland Clinic. (26 de febrero de 2022). *¿Qué es la Terapia Alternativa?* Obtenido de

Cleveland Clinic: <http://www.clevelandclinic.org/health/sHIC/html/s8454.asp>

CNDIPI. (29 de junio de 2016). *Gobierno de México*. Obtenido de Consejo Nacional para el Desarrollo y la Inclusión de las personas con discapacidad.:

[www.gob.mx/conadis/articulos/la-equinoterapia](http://www.gob.mx/conadis/articulos/la-equinoterapia)

Colegio Siglo XXI. (8 de abril de 2022). *Arteterapia en tiempos de pandemia*. Obtenido de

colegio Siglo XXI: <https://www.divulgaciondinamica.es/blog/arteterapia/>

consaludmed. (2008). *consaludmed*. Obtenido de Guía de psicoeducacion para las familias de personas diagnosticadas con psicosis:

<https://consaludmental.org/publicaciones/Guiapsicoeducacionfamiliaspsicosis.pdf>

*Contra Costa Health Services*. (27 de febrero de 2022). Obtenido de cchealth.org:

<https://cchealth.org/firsthope/psychosis-es.php>

De la Fuente, J. R., & Heinze, G. (2018). *Salud Mental y Medicina Psicología*. Facultad de Medicina, UNAM.

Departamento de Salud y Servicios Humanos de los Estados Unidos. (26 de febrero de 2022).

*Cómo comprender qué es la psicosis*. Obtenido de National Institute of Mental Health: <https://www.nimh.nih.gov/health/publications/espanol/como-comprender-que-es-la-psicosis>

Diccionario Médico. (26 de febrero de 2022). *¿Qué es la psicosis?* Obtenido de TopDoctors: <https://www.topdoctors.es/diccionario-medico/psicosis>

*divulgacion dinamica*. (13 de septiembre de 2017). Obtenido de ¿qué es la arteterapia?: <https://www.divulgaciondinamica.es/blog/arteterapia/>

divulgación dinámica. (13 de septiembre de 2017). *¿Qué es el arteterapia?* Obtenido de divulgación dinámica : <https://www.divulgaciondinamica.es/blog/arteterapia/>

Dumas, M. y. (2013). *aacademia.org*. Obtenido de Beneficios del arteterapia sobre salud mental: <https://www.aacademica.org/000-054/212.pdf>

Elizalde, O. (21 de noviembre de 2018). *La entrevista semi-estructurada*. Obtenido de La maldita tesis: <https://www.lamalditatesis.org/post/entrevista-semi-estructurada>

Escalera, M. (Septiembre de 2016). *uvadoc*. Obtenido de MÁSTER EN ARTETERAPIA Y EDUCACIÓN ARTÍSTICA PARA:

<https://uvadoc.uva.es/bitstream/handle/10324/20861/TFM-G609.pdf?sequence=1&isAllowed=y>

Gamella, D. (21 de Marzo de 2022). *Colombia Unir*. Obtenido de Unir la universidad en internet: <https://colombia.unir.net/actualidad-unir/musicoterapia/>

Garey, J. (26 de febrero de 2022). *DBT: ¿Qué es la terapia dialéctico-conductual?* Obtenido de Child Mind Institute: <https://childmind.org/es/articulo/dbt-que-es-la-terapia-dialectica-conductual/>

- Instituto Nacional del Cáncer. (6 de abril de 2022). *terapia convencional*. Obtenido de cancer.gov: <https://www.cancer.gov/espanol/publicaciones/diccionarios/diccionario-cancer/def/terapia-convencional>
- Mayo Clinic. (29 de Julio de 2021). *Terapia cognitivo conductal*. Obtenido de Mayo Clinic: <https://www.mayoclinic.org/es-es/tests-procedures/cognitive-behavioral-therapy/about/pac-20384610>
- Mendoza Palacios , R. (26 de marzo de 2022). *Investigacion cualitativa y cuantitativa diferencias y limitaciones*. Obtenido de edumargen.org: [https://www.edumargen.org/docs/curso36-13/unid02/apunte01\\_02.pdf](https://www.edumargen.org/docs/curso36-13/unid02/apunte01_02.pdf)
- Mercedes Saizar , M., Sarudiansky, M., & Guido Pablo, K. (2013). *scielo*. Obtenido de SALUD MENTAL Y NUEVAS COMPLEMENTARIEDADES.
- Mind. (26 de Febrero de 2022). *Antipsychotics*. Obtenido de Mind: <https://www.mind.org.uk/information-support/drugs-and-treatments/antipsychotics/alternatives-to-antipsychotics/#>
- Psicología- terapias alternativas*. (27 de abril de 2016). Obtenido de psico.org: <https://www.psico.org/articulos/psicologia-terapias-alternativas>
- Psicosis*. (26 de febrero de 2022). Obtenido de Medline Plus: <https://medlineplus.gov/spanish/ency/article/001553.htm>
- Reula, L. (21 de Marzo de 2022). *Upo*. Obtenido de Dupo: <https://www.upo.es/diario/cursos-verano/2017/07/danzaterapia-para-reducir-el-estres-conocer-los-propios-limites-y-favorecer-la-comunicacion-con-los-demas/>
- Tamminga, C. (Mayo de 2020). *Fármacos Antipsicóticos* . Obtenido de Manual MSD: <https://www.msdmanuals.com/es-pe/hogar/trastornos-de-la-salud-mental/esquizofrenia-y-trastornos-relacionados/f%C3%A1rmacos-antipsic%C3%B3ticos>

Telesca Farley, D. (2019). *Arteterapia y sus aplicaciones en los trastornos psicóticos*.

Obtenido de repositorio.uca.

Universidad de Chile. (Junio de 2011). *repositoriouchile*. Obtenido de Universidad de Chile:

[https://repositorio.uchile.cl/tesis/uchile/2011/cs-vallejo\\_p/pdfAmont/cs-vallejo\\_p.pdf](https://repositorio.uchile.cl/tesis/uchile/2011/cs-vallejo_p/pdfAmont/cs-vallejo_p.pdf)

## **Anexo A**

Profesionales en psicología

### **Sujeto 1:**

#### **Pregunta 1:**

Yo pensaría que como única terapia no lo pensaría, más bien la consideraría, pero como un complemento, yo soy más de un modelo como biopsicosocial. Sobre las terapias alternativas, yo no conozco evidencias científicas que trate pacientes con psicosis, me parece que pueden ser un complemento, cuando ya el paciente este estabilizado con los medicamentos y sea un complemento el tema de la meditación, la acupuntura, la terapia neural, ósea todas las terapias alternativas que puedan generarle bienestar al paciente como complemento, pero cuando ya hay un trastorno psicótico debe de haber medicamentos psiquiátrico, finalmente yo de ese tema no conozco mucho.

#### **Pregunta 2:**

El tema del arteterapia me parece que, si puede complementar el tratamiento, en la medida que, a través del arte, pueden hacerse proyecciones de asuntos internos, entonces es una vía de expresión cuando hay muchas formas de hablar, ¿cierto? esta la vía del lenguaje, pero si de pronto la psicosis el lenguaje está muy desorganizado porque el pensamiento esta ilógico, esta incoherente, el arte es una manera de que el paciente pueda expresarse libremente y pueda proyectar asuntos internos, afuera. Entonces, en ese sentido teniendo en cuenta que el lenguaje es estructurante al ser humano esta vía de expresión podría complementar y favorecer que el paciente pueda expresar cosas que de pronto no pueda nombrar en otros espacios.

#### **Pregunta 3:**

En esta última pregunta, si, lo he utilizado como acompañamiento a los pacientes y como una vía de lenguaje, me parece que es una vía de expresión, también el tema del arte,

cuando se tiene en cuenta el arte terapia, también digamos que esto puede generar estimulación sensorial, a través de las texturas, a través de los colores y todo esto puede tener un efecto terapéutico en las personas, entonces por la importancia del arte, estoy de acuerdo, lo he utilizado y lo seguiría utilizando. Además, el arteterapia cuando hay una persona que organice esa experiencia de proyección, se le puede hacer una devolución al paciente, se le puede ayudar a detectar asuntos internos, a visualizar desencadenantes de pronto de una crisis, a conocer su historia.

**Sujeto 2:**

**Pregunta 1**

No específicamente para tratarlo porque no hace parte del tratamiento de primera línea, pero si puede ser una terapia coadyuvante en el manejo de terapia ocupacional y de psicoterapia que potencia el beneficio de los otros tratamientos para el paciente. Lo he recomendado a algunos pacientes, pero no se los he formulado concretamente, aunque si se los he recomendado si tienen la posibilidad de hacerlo.

**Pregunta 2:**

Sí, sí pueden complementar el tratamiento, hace parte de la recuperación ocupacional de los pacientes.

**Pregunta 3:**

Si, porque hace parte del manejo ocupacional, pero no es una terapia que elimine los síntomas psicóticos ni anula los síntomas de hecho, tampoco los reduce, pero si esta dirijo a apoyar el funcionamiento cognitivo del paciente y su funcionamiento ocupacional de manera que pueda retornar a la funcionalidad lo más pronto posible.

## **Anexo B**

Profesionales en psiquiatría

### **Sujeto 3:**

#### **Pregunta 1:**

Más que creer es pararnos un poco también en las experiencias y en la evidencia que se tiene con los pacientes que tienen psicosis. Tenemos que comprender que la psicosis es un síndrome donde la persona pierde el juicio de la realidad, donde puede tener alucinaciones o no, puede tener una construcción de delirios y la persona le cuesta entender finalmente el contexto de la realidad. Si nos vamos a pensar en que es real y que no, tendríamos que irnos muy lejos y tener una discusión muy filosófica que no se si venga al tema. Cuando hablamos de psicosis no podemos pensar en tratamiento, nosotros podemos palear ciertos síntomas, los síntomas psicóticos en sí, se pueden ir cuando son parte de un síndrome, pero los síntomas psicóticos, usualmente pueden generar tanta disfunción en el paciente y tener unas repercusiones no solamente del momento si no a futuro sobre lo cognitivo y sobre algo que puede hacer parte de la enfermedad llamada esquizofrenia que son síntomas negativos que generan mucha disfunción en las personas.

La psicosis es muy difícil de tratar si esta hace parte de enfermedades que son como un continuo, que se mantienen en el tiempo como la esquizofrenia o trastorno bipolar en cambio sí son episodios psicóticos puntuales como relacionados a algo, eventualmente si se pudieran tratar, en la medida que se pierde el tratamiento desde la mirada curativa, desde lo que la gente considera o cree que hace la medicina.

#### **Pregunta 2:**

Ahora bien, la psicosis genera tanta disfunción que el arteterapia podría ayudarle a contener a los pacientes a muchas de los síntomas que son muy disruptivos, que generan mucho ruido y mucho compromiso en la persona, pero digamos que la arte terapia como

monoterapia, como único tratamiento, no sería efectiva, ya que la psicosis tiene disfunciones bioquímicas muy fuertes y que incluso algunas personas pueden tener acciones peligrosas como para defenderse o tratar de evitar ser dañados por sus construcciones y sus delirios.

### **Pregunta 3**

He utilizado arteterapia, yo soy músico y claro, el arte como método es hermoso y le puede ayudar mucho a las personas a salir de ese hueco y les puede ayudar a tener luz. Si lo he considerado y de hecho no solo en mis pacientes con psicosis, con mis pacientes en general, es una constante y es demasiado necesario para ayudarles como en todos los aspectos cognitivos, sociales, en el tema de interacción de muchas otras cosas en las que el arte es un método genial. El arte siempre será parte y creo que, en gran medida, la medicina es un arte.

### **Sujeto 4:**

#### **Pregunta 1:**

Son múltiples las terapias alternativas que se han empleado en personas con psicosis. Algunas de estas terapias son: la horticultura, la musicoterapia, la construcción de títeres, la terapia escribiendo, la danza, psicodrama en pacientes psicóticos, la clowntherapy, entre otras.

#### **Pregunta 2:**

las he considerado y me encantaría como psiquiatra, poder recomendarle a los pacientes con psicosis e incluso con otros trastornos mentales menos graves como la depresión o la ansiedad, poder asistir a una arteterapia, pero no es sencillo primero porque no existen este tipo de ofertas en la ciudad de Medellín (puede que existan grupos de este tipo de actividades pero no dirigidos a personas con enfermedad mental y menos con algo tan grave como es la psicosis, además la persona que imparte el curso o taller o psicoterapia tendría que tener un entrenamiento especial, no solo en la técnica artística sino en el manejo de personas con psicosis y cómo manejar aspectos específicos relacionados con los síntomas y

descompensaciones que estos pacientes pudieran tener), segundo porque este tipo de actividades son costosas y las personas pueden no tener el dinero para acceder a ellas de forma regular para que den el efecto que se busca y porque las EPS no reconocen este tipo de terapias alternativas. Por tanto, si bien me gustaría considerarlas, no existe una oferta estructurada.

### **Pregunta 3**

Por supuesto que creo que la arteterapia, sería una excelente opción terapéutica complementaria (esto significa que además de la medicación y de la psicoterapia de tipo cognitivo comportamental o interpersonal, el paciente tendría lo que llamamos “terapia ocupacional” a través del arte), a su tratamiento psiquiátrico y psicológico convencional.

## **Anexo C**

Paciente en Arteterapia

### **Pregunta 1:**

Desde pequeña siempre he tenido mucho interés en el arte, me he identificado mucho con diferentes actividades como la música, la pintura, el tejer, toda la parte del diseño de ropa y todo por ese lado. Siento que más que arteterapia era como mi método, mi forma de salida desde hace muchísimo tiempo, hasta que la conocí, yo creo que eso fue más que todo lo que me llevo a buscar ayuda en el arteterapia.

### **Pregunta 2:**

Yo considero que es algo que cualquier persona lo puede hacer, independientemente de tus capacidades, gustos. Es algo que no tiene discriminación, entonces cualquier persona tiene su arte y eso es íntimo de cada uno. Cualquier persona puede acceder al arteterapia de su propia manera, con lo que más se identifiquen.

### **Pregunta 3:**

Claro que sí, incluso creo que no solo un complemento, si no que puede ser un sustituto de la terapia tradicional, porque hay cosas que no se pueden decir, uno no es capaz de expresarlo, pero si tiene la habilidad de manifestarlo a través de una pintura.

### **Pregunta 4:**

La verdad, he notado todos los cambios emocionales, uno como que esta más tranquilo porque sabe que no necesariamente tiene que ponerlo todo en palabras, si no que uno a veces mira sus obras y se siente en paz consigo mismo siempre y cuando haya avanzado en su parte terapéutica, yo pude notar que en mi primera obra, fue muy brusca, utilice colores muy oscuros y en las últimas obras, hice una cantidad de flores y utilice muchísimos más colores, entonces yo considero que estos cambios han sido muy positivos