

El uso de arteterapia como herramienta terapéutica en pacientes adolescentes de salud mental: la papiroflexia

DANIEL PRINCE TORREGROSA
AL374002@UJI.ES

VÍCTOR MANUEL GONZÁLEZ CHORDÀ
VCHORDA@UJI.ES

Resumen

Introducción: Los pacientes de salud mental presentan una serie de necesidades que deben ser cubiertas, para ello se emplean actividades lúdicas y arteterapia. Mediante el uso de estos talleres se fomenta el desarrollo de la psicomotricidad fina. Esta se considera de vital importancia en pacientes menores, ya que incorpora aspectos somáticos y cognitivo-afectivos que repercuten positivamente en el desarrollo del paciente. Se pretende analizar el uso de la papiroflexia como arteterapia y su impacto en pacientes adolescentes de salud mental, en relación al tratamiento común. **Metodología:** La búsqueda bibliográfica se realizó mediante operadores booleanos a través de las bases de datos PubMed, Cochrane Library, Preevid, Epistemonikos, APA PsycNET, Google Académico y Scielo, utilizando las palabras clave *arteterapia*, *salud mental*, *adolescente* y *papiroflexia*. Se incluyeron 25 artículos tras aplicar criterios de exclusión. **Resultados:** Tras la lectura crítica de estos se extrae que existen opiniones enfrentadas entre los autores sobre la utilización de terapias con arte, predominando la idea de que estas influyen positivamente en la calidad de vida del individuo. En cuanto a la papiroflexia, a pesar de sus beneficios observados como el aumento de la motivación y reducción de la ansiedad en adolescentes, también existe una discrepancia entre los autores acerca de su uso, dada la posibilidad de insatisfacción de los pacientes. **Discusión y conclusiones:** En salud mental con adolescentes, esta herramienta ha sido utilizada en programas de hospital de día y estudiada por diferentes autores, quienes la consideran útil y terapéutica, a pesar de carecer de criterio científico suficiente.

Palabras clave: Enfermería; Estudiantes de enfermería; Salud mental; Terapia con Arte.

Abstract

Introduction: Mental health patients show a series of needs that must be fulfilled. For this purpose, ludic activities and art therapy are implemented. Through

the use of this type of workshop, the development of fine psychomotor skills is encouraged. These are considered of vital importance in underage patients, due to the incorporation of somatic and cognitive-affective aspects that have an impact on the development of the patient. It is intended to analyze the use of origami as an art therapy and its impact in teenager mental health patients, in relation with common therapy. **Method:** The bibliographic search was carried out using boolean operators throughout the PubMed Cochrane Library, Preevid, Epistemonikos, APA PsycNET, Google Scholar and Scielo databases using the following key words: *manual workshop*, *mental health*, *adolescent*, and *origami*. 25 articles were included after applying inclusion and exclusion criteria. **Results:** After performing the critical reading of these papers it is concluded that there are many opposing opinions between authors about the usage of art therapies, prevailing the idea that this influence positively in the life quality of the individual. Regarding origami, despite its observed benefits like the increase in motivation and anxiety reduction in teenagers, there is also a discrepancy between authors about its implementation, given the chance of dissatisfaction among the patients. **Discussion and conclusions:** In adolescent mental health services, this tool has been used in day-care hospitals and studied by many authors, who consider it useful and therapeutic, despite lacking strong scientific criteria.

Key Words: Nursing; Nursing students; Mental health; Art therapy.

1. Introducción

1.1. Relevancia del problema

Los pacientes de salud mental tienen identificadas una serie de necesidades que han de ser cubiertas. Existen dispositivos asistenciales destinados a cubrir estas necesidades de forma integral, en los cuales se utilizan una serie de herramientas destinadas a la reincorporación del paciente a su vida normal. Jiménez (2001) explica en la *Revista de la Asociación Española de Neuropsiquiatría* que algunos de los recursos utilizados actualmente son los talleres y las actividades lúdicas, especialmente destinados a pacientes que presenten brotes psicóticos o alteraciones en su mundo circundante que les impida la adaptación a su entorno social.

Se conoce que una de las habilidades más importantes a desarrollar mediante dichas actividades es la psicomotricidad fina (especialmente en menores), ya que integra tanto aspectos somáticos como cognitivo-afectivos, los cuales repercuten en un mejor desarrollo motor e intelectual del paciente (Díaz-Sibaja, Carmona, Aguilar y Pozo 2017). Esto sitúa a la arteterapia (terapia a través del arte) en un punto muy alto de la escala de prioridades en el tratamiento psiquiátrico, esperando hallar un impacto positivo en síntomas comunes hallados en la patología mental, principalmente en la ansiedad.

1.2. Papiroflexia como terapia

El origami (papiroflexia) es el arte antiguo japonés de doblar papel con las manos. Algunos sitúan sus orígenes en el psicoanálisis (Brooke 2007) (Edwards y Hegerty 2017). Algunos autores indican que los propios pacientes son demandantes de este tipo de talleres (Baker Gardiner, Pérez-Gil y Wood 1986). Ha sido demostrado por varios autores ser una herramienta terapéutica y educativa para todo tipo de pacientes (Wilson, Roden y Taylor 2008), (Andreass 2011) y (Lipnick 2013). Mediante esta actividad, en salud mental se pretende realizar un trabajo manual que fomente el desarrollo de habilidades como el desarrollo de la psicomotricidad fina, la relajación y la concentración, la motivación, la capacidad de abstracción, la satisfacción y la creatividad, entre otros (Andreass 2011). Los resultados esperados son que mediante el uso de talleres de papiroflexia se consiga al menos una mayor adherencia al tratamiento, como se sugiere en el XXVI Congreso Nacional de Enfermería de Salud Mental (XXVI Congreso Nacional de Enfermería de Salud Mental, 2009) y un desenlace positivo para la relación terapeuta-paciente, como identifica Brooke (Brooke 2007) en su libro *The Use of the Creative Therapies with Sexual Abuse Survivors*.

El objetivo general de este estudio es analizar la influencia de la arteterapia como parte del tratamiento no farmacológico en pacientes adolescentes de salud mental. Además, se plantea un estudio anidado cuyo objetivo es conocer el uso de la papiroflexia como arteterapia en pacientes adolescentes de salud mental y, en concreto, su impacto en el tratamiento de la ansiedad en estos pacientes, estableciendo conclusiones basadas en evidencia para la implementación adecuada de dichos talleres.

2. Metodología

2.1. Descriptores utilizados

Se llevó a cabo una revisión integradora de literatura científica utilizando los operadores booleanos AND, OR y NOT, haciendo uso de las herramientas de búsqueda avanzada de las bases de datos empleadas. Los descriptores de ciencias de la salud se han escogido en función a la relación con el tema. Principalmente se han utilizado los siguientes: arteterapia, salud mental, adolescente y la papiroflexia (tabla 1). En caso del último término no se ha hallado un descriptor oficial con el que realizar una búsqueda adecuada, de modo que se ha utilizado la palabra *origami*, pues es un concepto universal.

Tabla 1
 Descriptores de ciencias de la salud

| Lenguaje natural | Mesh | DeCS |
|------------------|---------------------------|------------------------|
| Arteterapia | Art therapy | Terapia con arte |
| Salud mental | Mental health | Salud mental |
| Adolescente | Adolescent | Adolescente |
| Hospital de día | Day Care, Medical | Centros de día |
| Ansiedad | Anxiety | Ansiedad |
| Psiquiatría | Psychiatry | Psiquiatría |
| Psicomotricidad | Motor skills | Destreza motora |
| Readaptación | Adaptation, Psychological | Adaptación psicológica |

2.2. Bases de datos utilizadas

Posteriormente se ha practicado la búsqueda bibliográfica pertinente en las bases de datos de PubMed, Cochrane Library, Preevid, Epistemonikos, APA PsycNET, Google Académico y Scielo. En total se ha recabado una suma de 837 artículos, a los cuales se han aplicado criterios de inclusión y exclusión, obteniendo definitivamente 25 publicaciones relativas al tema de estudio (figura 1).

Los criterios de inclusión empleados para llevar a cabo la revisión fueron artículos que registraran el impacto de la arteterapia y en concreto el origami en el ámbito biopsicosocial de pacientes sanos o con patología mental en adolescentes. Los artículos fueron excluidos de la revisión si fueron publicados hace quince años o más, se consideró que estaban dotados de una calidad metodológica insuficiente o si se trataron de cartas o reseñas informativas.

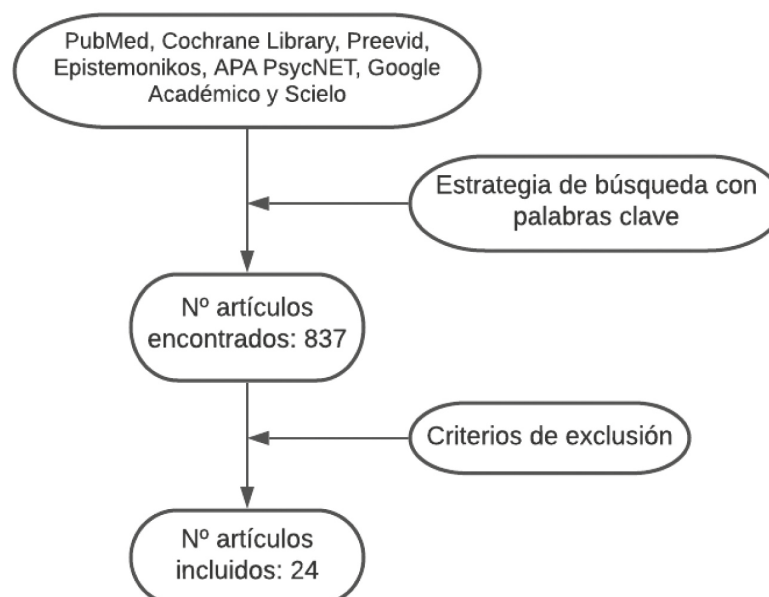


Figura 1. Diagrama de flujo de artículos incluidos en la revisión

3. Resultados

3.1. Arteterapia en relación a la salud

Ante la cuestión de si es mejor un tratamiento farmacológico o no farmacológico para pacientes de salud mental, el banco de preguntas Preevid responde indicando que, en el caso de estrés postraumático, la solución está en la combinación de ambas (Banco de preguntas Preevid 2008). Con tratamiento no farmacológico hace referencia a actividades como los grupos de apoyo y las terapias a través del juego y del arte. Por el contrario, autores como Ruiz ponen en cuestión la efectividad de la terapia con el arte y señalan que no está clara su validez. En concreto, Ruiz, Aceituno y Rada (Ruiz, Aceituno y Rada 2017) publicaron un metaanálisis que incluyó 20 estudios en el que concluyeron que la certeza de la evidencia de esta afirmación es muy baja en pacientes con esquizofrenia (utilizando el método GRADE).

Otros autores como Heenan (2006) aseguran que el trabajo de talleres manuales y arteterapia afectan significativamente la calidad de vida de los individuos y su habilidad para recuperarse de su enfermedad mental. En su estudio aleatorizado, entrevistaron cualitativamente a pacientes de salud mental entre 18 y 55 años. En la misma línea, Shorters (2011) afirma en su publicación de la revista *Mental Health Practice* que los talleres hacen sentir orgullosos a los pacientes y les ayudan en situaciones de distrés psicológico. Sin embargo, la metodología de este estudio pretendió recoger información de forma transversal y sin criterios rigurosos, de forma que no se puede entender como un estudio científico completo. En desacuerdo podemos hallar a autores como Ruddy y Milnes (Rudy y Milnes 2005), que tras realizar una búsqueda bibliográfica y ponerse en contacto con los autores pertinentes no alcanzaron una conclusión definitiva para sugerir esta terapia como tratamiento coadyuvante.

3.2. Beneficios de la papiroflexia

En cuanto al uso de la papiroflexia como herramienta terapéutica hay varios autores que abogan por su utilización. Desde el campo de la educación, encontramos a autores como Suárez (2009), el cual indica que es una herramienta de desarrollo integral (cognitivo, emocional y físico) que se está incluyendo en salud mental y fisioterapia. Según él, «es un arte que lleva a las formas puras y el pensamiento abstracto», a pesar de no aplicar este arte en su estudio a los cuidados de la salud. También publica en este ámbito Mogollón (2016). Ella recalca en su tesis doctoral la importancia del entrenamiento de la psicomotricidad fina en el niño mediante el origami, elevando sus habilidades motoras, concentración y memoria, pero reconocen que el 75% de los sujetos (alumnos) no trabajaron con satisfacción la técnica, fomentando aburrimiento y baja creatividad. La metodología usada en el estudio fue cualitativa, con una muestra de 75 alumnos, pero con un elaborado plan de recolección de información mediante cuestionarios contando con diez preguntas de carácter abierto. En el estudio de Arıcı y Aslan-Tutak (2013) (n = 184) se determina mediante un grupo control de 90 alumnos que este arte también aumenta significativamente la visión espacial y el razonamiento geométrico. El muestreo de este estudio fue semialeatorio. Otros autores discutieron

la relevancia de la papiroflexia mediante la aportación de los beneficios citados a continuación: reducción de los efectos secundarios de algunas medicaciones (Lockhart 2011), motivación (Bodero y Reyes 2018) o, como resaltan otros autores (Mathew y Daly 2018) en su diseño cuasi-experimental (n = 40), una significativa reducción de ansiedad gracias a la administración de esta terapia por parte de enfermería.

3.3. Papiroflexia como herramienta de tratamiento en salud mental

Paralelamente hallamos las publicaciones de los autores que apoyan el uso de la papiroflexia como tratamiento específico en salud mental. Como se ha comentado anteriormente, la papiroflexia ha sido estipulada por Brooke (2007) en su libro *The Use of the Creative Therapies with Sexual Abuse Survivors* como buena herramienta en el tratamiento con niños que han sufrido traumas infantiles. El objetivo de este fue establecer pautas de actuación para administrar terapia psicológica a supervivientes de abusos sexuales a través de la metodología de la revisión narrativa de los autores. Sin embargo, este no es el único autor que ha investigado sobre este aspecto. Buitrón y Echevarría (2012) concluyen en su estudio cualitativo (n = 12) que el uso de papiroflexia produce efectos positivos en niños y niñas con dificultad de atención (potenciando la memoria, creatividad y atención), además de tomar un papel importante en el desarrollo intelectual de los mismos. Estos utilizaron una metodología de entrevistas no estructuradas para recomendarlo como útil herramienta terapéutica y opinan que necesita un proceso de habituación para invitar a más profesionales y pacientes a beneficiarse del recurso (Buitrón y Echevarría 2012). De acuerdo con el estudio (n = 165) publicado por Baker y colaboradores (Baker Gardiner, Pérez-Gil y Wood 1986) sobre preferencias del tratamiento en pacientes de hospital de día, parece haber una prioridad hacia ciertos tipo de actividades por parte de los usuarios. Este estudio indica que ya en la década de los años ochenta los pacientes estaban interesados en la arteterapia a través del origami. Estos sugirieron el uso de origami específicamente entre otras manualidades en un cuestionario abierto. Tras realizar el análisis de los resultados, el origami pareció ser una actividad demandada por los propios pacientes. Asimismo, queda constancia de que tanto autores como Súcari et al. (2019) o Fábio y Táki (Tapia y Cordás 2003) ya lo utilizaban en sus programas terapéuticos para hospital de día de salud mental, tanto en el presente como en sus publicaciones de principio de siglo.

Finalmente hallamos autores que opinan estar de acuerdo con el punto de vista de Edwards y Hegerty (2017), los cuales destacan en su publicación *Where it's Cool to be Kitty: An Art Therapy Group for Young People with Mental Health Issues Using Origami and Mindfulness* la dificultad significativa de tolerancia al estrés para los adolescentes. Edwards y Hegerty ofrecen esta terapia con la intención de reducir la incidencia de ansiedad, estrés y depresión en estos individuos. Comentan también que este arte aporta una serie de características adecuadas para los pacientes de salud mental como la seguridad, la estimulación cerebral, las relaciones de apoyo, la creatividad y la practicalidad. En su estudio realizan un análisis de un grupo de adolescentes de 14 a 16 años con trastornos mentales. Lo hacen a través de dos cuestionarios pre-post durante 4 sesiones de origami y *mindfulness* que tuvieron en cuenta 6 variables: relajación, ansiedad, motivación, cansancio, estrés y confort. Los resultados obtenidos

les ayudaron a concluir que el origami fue útil para su tratamiento en todas las vertientes estudiadas (figura 2). Sin embargo, la interpretación de estos resultados ha de ser crítica, ya que tras contactar con las autoras de este estudio se acordó que, debido al tamaño muestral, la ausencia de un grupo control y el diseño cualitativo del proyecto, es posible que estos resultados no sean extrapolables al resto de población. Edwards y Hegerty aportan adicionalmente una serie de pautas y sugerencias para hacer efectiva la administración de este tratamiento.

Figura 2. Representación gráfica de los resultados del cuestionario anterior y posterior a la intervención a través de talleres de papiroflexia y *mindfulness* en pacientes de salud mental de 14 a 16 años.

4. Discusión y conclusiones

4.1. En relación a la arteterapia

De acuerdo con los autores aquí citados, podemos señalar una serie de conclusiones que nos llevan a contestar las expectativas del estudio. La mayor parte de la evidencia actual carece de criterios científicos rigurosos como para extraer recomendaciones terapéuticas definitivas, por lo que se recomienda estimular más allá la investigación en este ámbito para establecer conclusiones sólidas. Sin embargo, atendiendo a las orientaciones terapéuticas de los autores podemos inclinarnos hacia un lado de la balanza. Los documentos estudiados reclaman que el uso de la arteterapia parece ofrecer una serie de efectos beneficiosos documentados para el paciente de salud mental. Entre ellos hallamos los siguientes:

- Mejora de autoestima
- Reducción del estrés y de la ansiedad
- Desarrollo integral del paciente, tanto en áreas motoras como cognitivas
- Fomento de relaciones sociales
- Participación en terapia de grupo
- Aumento de la adaptación al entorno

4.2. En relación al origami

Por lo que concierne a la terapia a través de la papiroflexia, la evidencia estudiada no concluye aspectos suficientes como para considerarla una actividad terapéutica efectiva, pero tampoco dañina para el paciente. Además de las habilidades ya mencionadas, se pueden aislar una serie de características específicas de esta terapia que pueden ser beneficiosas en determinadas fases del tratamiento:

- Produce un desarrollo extraordinario de la psicomotricidad fina
- Aumenta la motivación
- Incrementa la adherencia al tratamiento
- Mejora el *rapport* terapéutico

- Genera interés en el paciente
- Estimula áreas cerebrales del aprendizaje y la memoria
- Eleva las estrategias de enfrentamiento de eventos a un mayor nivel de abstracción
- Juega un papel importante en la reducción de la ansiedad

Estudios insinúan el potencial impacto en la reducción de la ansiedad en pacientes adolescentes, pero la falta de calidad metodológica de estos impide trazar guías o recomendaciones sobre la utilización del origami como terapia para la reducción de la ansiedad.

4.3. Pautas generales

En resumen, se puede afirmar que la arteterapia es efectiva como parte del tratamiento no farmacológico del paciente adolescente de salud mental, y a pesar de no poder afirmar que el origami es una terapia, se puede concluir que tiene potencial para desarrollar habilidades clave y desencadenar varios procesos necesarios en el cuidado del paciente de estas características. Esto es, siempre y cuando se logre administrar un tratamiento efectivo evitando la monotonía y la insatisfacción en el paciente, permitiendo su autonomía en la realización del taller.

Por último, cabe destacar la necesidad de divulgación y habituación de las terapias a través del arte, pues hoy en día son únicamente realizadas en ciertos dispositivos de salud mental como fenómenos transitorios, a pesar de quedar demostradas como actividades que acercan al paciente a los objetivos del tratamiento de forma no farmacológica.

Referencias bibliográficas

- Andreass, Boruga. 2011. «Origami art as a means of facilitating learning». *Procedia - Social and Behavioral Sciences*, 11: 32-36.
- Arıcı, Sevil y Aslan-Tutak, Fatma. 2013. «The Effect of Origami-based Instruction on Spatial Visualization, Geometry Achievement, And Geometric Reasoning». *Int J Sci Math Educ.*, 13 (1): 179-200.
- Baker, G. H., Gardiner B. M., Pérez-Gil J. y Wood R. J. 1986. «Psychiatric day hospitals: the patients and their preferences in treatment». *Int J Soc Psychiatry*, 32 (4):64-72.
- Banco de preguntas Preevid. 2008. *Tratamiento psicoterapéutico más eficiente en mujer joven que presenta Síndrome de Estrés Postraumático tras accidente de tráfico*. Preevid.
- Bodero Muñoz, David Daniel y Reyes Merino, José Antonio. 2018. «La papiroflexia como recurso didáctico en el aprendizaje de áreas y volúmenes de cuerpos geométricos». Universidad de Guayaquil: Ecuador.
- Brooke, Stephanie y Thomas, Charles. 2007. *The Use of the Creative Therapies with Sexual Abuse Survivors*. Springfield (Illinois): Thomas Books.

- Buitrón Jácome, Pablo Andrés y Echeverría Tabango, Juan Gabriel. 2012. «Efecto Del Origami en las dificultades de atención en niños de 9 años de edad en la Unidad Educativa Municipal Alfredo Albuja Galindo. Guía de intervención en el aula con el Origami». Universidad Técnica del Norte: Ecuador.
- Díaz-Sibaja, M. A., Trujillo, A. A. y Peris-Mencheta, L.Y. 2017. «Hospital De Día infanto-juvenil: programas de tratamiento». *Revista de Psiquiatría y Psicología del Niño y del Adolescente*, 7 (1): 80-99.
- Edwards, Claire y Hegerty, Sarah. 2017. «Where It's Cool to be Kitty: An Art Therapy Group for Young People with Mental Health Issues Using Origami and Mindfulness». *Social Work with Groups*, 1-2 (41): 151-164.
- Heenan, Deirdre. 2006. «Art as therapy: An effective way of promoting positive mental health?». *Disabil. Soc.*, 21 (2): 179-91.
- Jiménez Pascual, Ana María. 2001. «Hospital de día psiquiátrico para niños y adolescentes». *Rev. Asoc. Esp. Neuropsiq.* 77: 115-124.
- Lipnick, R. 2013. «Origami: Artful interventions for a variety of settings and conditions». *OT Practice*, 17.
- Lockhart, Cynthia. 2011. «Origami creations bring peace and hope to patients in transplantation unit». *Clin J Oncol Nurs*, 15 (1): 106-7.
- Mathew, Christy Susan y Christabel, Daly. 2018. «Effectiveness of origami on hospitalized anxiety among children». *International Journal of Advance Research and Development*, 8 (3): 169-173.
- Mogollón Mena, Mariela Alexandra y Ortiz Freire, Flor Marlene. 2016. «La técnica del origami y el desarrollo de la precisión motriz en niños y niñas de 5 a 6 años de la Unidad Educativa "Nicolás Martínez" del cantón Ambato, provincia de Tungurahua». *Rep. Univ. Técnica de Ambato*.
- Ruddy, R. y Milnes, D. 2005. «Arteterapia para la esquizofrenia o las enfermedades similares a la esquizofrenia». *Cochrane Database of Systematic Reviews*, 19 (4).
- Ruiz, María Isabel, Aceituno, David y Rada, Gabriel. 2017. «Art therapy for schizophrenia?». *Medwave*, 17.
- Shorters, V. 2011. «Creating a hospital-based arts project for older people». *Ment. Heal. Pract.*, 15(3): 24-6.
- Suárez García, Sergio Abel. 2009. «Intervención comunitaria con la técnica del "ORIGAMI" en la ESBU "Ceferino Fernández Viñas" del municipio de Pinar del Río». *Revista de Ciencia y Tecnología en la Cultura Física*, 4 (4): 3735-3744.
- Súcari, Gisela et al. 2019. «En el mundo con otros: una experiencia de hospital de día de Buenos Aires/Argentina». *Rev Amaz Rev do Programa Pós-Graduação em Educ da Univ Fed do Amaz*, 30;4(1): 01.
- Tapia Salzano, Fabio y Athanássios Cordás, Táki. 2003. «Hospital-dia (HD) para transtornos alimentares: revisão da literatura e primeiras impressões do HD do ambulatório de bulimia e transtornos alimentares do IPqHCFMUSP (AMBULIM)». *Rev. Psiq. Clín.*, 30 (3): 86-94.
- Wilson, Lesley, Roden, Paul y Taylor, Yukiyo. 2008. «The Effectiveness of Origami on Overall Hand Function After Injury: A Pilot Controlled Trial». *The British Journal of Hand Therapy*, 1 (13): 12-20.
- XXVI Congreso Nacional de Enfermería de Salud Mental. 2009. *Los espacios pedagógicos del cuidado*. Alicante: Consejo de Enfermería de la Comunidad Valenciana.