



SALUD HOLÍSTICA

Estado del Arte en Salud Integrativa.

SALUD ENTRE PINCELES

*Dra. Deméter De Marchena P.

El arte, a través de la cual las personas expresan sus sentimientos, es utilizada con fines terapéuticos.

Sanar la mente, el espíritu y el cuerpo, eso es terapia a través del arte

En aquellos pacientes que padecen trastornos psiquiátricos la representación visual y artística de un objeto es utilizada para resolver conflictos. Los rehabilita y reintegra a la sociedad, es una forma de canalizar su verdadero sentir.

“Es un vehículo de comunicación en donde los pacientes pueden expresar todo aquello que no pueden poner en palabras y que al momento de hacer sus trazos, que en ocasiones no tienen alguna intención, los va llevando a reconocer sus emociones en lo que están haciendo”¹

“Lo importante de esta terapia, más allá de mostrar sus sentimientos, es manejar técnicas en conjunto como aprender a trabajar en equipo, socializar, comunicarse, cooperar ... después la obra nace del corazón”².

Otros hacen uso del arte cuando se retiran de la actividad laboral por edad, salud o accidente, en las postrimerías de su vida o senectud con la finalidad de reiniciar una vida con objetivos estimulantes, que tenga sentido.

“Mujeres que después de criar a sus hijos han optado por salir a la calle para encontrar en el arte la mejor manera de superar sus problemas, según cuenta Gloria Hernando Martínez, la profesora de manualidades. «Yo misma me refugié en este mundo cuando mis padres fallecieron hace 16 años. El arte evita que la gente tenga que ir al psiquiatra, pues hace que la mente esté ocupada y

sana. Además relaja mucho»”³

No olvidemos aquellos artistas que tomaron el pincel como profesión, no sólo como medio de vida, sino para expresar sus ideas a través de él; los que no utilizan palabras, sino imágenes para comunicarse, hablar de ellos y de sus sueños.

“La pintura es el medio por el cual un artista puede expresar sus sentimientos más profundos”, Ludi Díez.⁴

¹ Adelina Alcorta Garza, Jefa del Departamento de Psiquiatría del Hospital Universitario de Nuevo León. http://noticias.uanl.mx/descripcion.php?id_not=5752

² Berta Tijerina Hinojosa, colaboradora del Programa Arte terapia. Departamento de Psiquiatría del Hospital Universitario y el Hospital Psiquiátrico de Servicios de Salud de Nuevo León http://noticias.uanl.mx/descripcion.php?id_not=5752

³ Gloria Hernando Martínez, profesora de manualidades de la asociación de vecinos José Moreno de Mora El Balón <http://www.lavozdigital.es/cadiz/20080521/cadiz/pintura-como-terapia-20080521.html>

⁴ Ludi Díez. Pintora <http://www.nortecastilla.es/v/20100623/palencia/pintura-puedes-expresar-sentimientos-20100623.html>

*Oftalmólogo – Cirujano. Periodista.

