

Arteterapia como vía para paliar el sufrimiento emocional en procesos de enfermedad y final de vida.

Art therapy as a way to alleviate emotional suffering in illness and end-of-life processes.

Silvia Fernández-Cadevall*

*Arteterapeuta, Educadora Social, Doctoranda Universidad de Barcelona

[*info@artepaliativo.org](mailto:info@artepaliativo.org)

LÍNEA TEMÁTICA: Formación y recursos en Pedagogía de la muerte para educadores (maestros, profesores, familias, etc.) y profesionales de las ciencias sociales y de la salud.

PALABRAS CLAVE: arteterapia, final de vida, muerte, enfermedad crónica, expresión artística.

RESUMEN: En el contexto de enfermedad crónica y final de vida, la arteterapia es un dispositivo terapéutico que ofrece un espacio de libertad, expresión emocional y elaboración de lo difícil, que trasciende el “no hay nada más por hacer” y se alinea con los objetivos señalados por la SECPAL respecto a ofrecer un espacio de autonomía y empoderamiento. Se centra más en la persona que en la enfermedad a través del lenguaje artístico y el proceso creativo.

La Fundación Artepaliativo es una entidad sin ánimo de lucro que se dedica a acompañar la dimensión emocional de personas que conviven con una enfermedad o se encuentran al final de la vida, a través de la arteterapia en sesiones individuales o grupales, en hospitales, centros sociosanitarios o domicilios.

El lenguaje artístico (dibujo, pintura, escritura, fotografía, escultura, entre otros) ofrece la oportunidad de expresar aquello que escapa a la palabra y que puede acompañarse de emociones y sentimientos difíciles y propios de un proceso de enfermedad o final de vida (tristeza, angustia, frustración, rabia...), de esta manera, el potencial del arte es utilizado para paliar y aliviar.

Desde hace 3 años, se desarrolla una investigación cualitativa que tiene por objetivo generar evidencia sobre el aporte de la arteterapia en procesos de enfermedad crónica compleja y final de vida, concretamente en el bienestar emocional de pacientes, familiares o cuidadores.

El trabajo realizado ha permitido identificar la necesidad de crear indicadores que permitan evidenciar el aporte de la intervención y seguir generando evidencia sobre sus beneficios, tales como:

Aprender y desarrollar recursos propios para el afrontamiento al proceso de enfermedad tanto quien la padece como quien cuida.

La expresión de emociones difíciles (miedo, ira, rabia, angustia...) favoreciendo el bienestar emocional.

La elaboración psicológica del proceso de enfermedad y de pérdida/duelo, no solo para quien sd4la padece, sino también para quien cuida.

La oportunidad de generar el legado.

Recuperar la autonomía, el control, la seguridad y el empoderamiento en un momento de vulnerabilidad.

Fortalecer el vínculo y mejorar la comunicación con cuidadores/familiares.

Ofrecer un espacio distendido de distracción y relajación desde una postura activa, como la que implica desarrollar un proceso creativo.

KEYWORDS: Art Therapy, End-of-life, death, Chronic illness, art expression

ABSTRACT: In the context of chronic illness and end of life, art therapy is a therapeutic device that offers a space for freedom, emotional expression and psychological elaboration, which transcends the “there is nothing more to do” and is aligned with the objectives outlined by SECPAL regarding offering a space for autonomy and empowerment. It focuses more on the person than on the disease through artistic language and the creative process.

Artepalativo Foundation is a non-profit organization dedicated to accompanying the emotional dimension of people living with an illness or at the end of life, through art therapy in individual or group sessions, in hospitals, health centers or homes.

The artistic language (drawing, painting, writing, photography, sculpture, among others) offers the opportunity to express which escapes the words and can be accompanied by difficult emotions and feelings, typical of an illness or end of life process (sadness, anguish, frustration, anger...), in this way, the potential of art is used to alleviate.

For the last 3 years, a qualitative research has been developed with the aim of generating evidence on the contribution of art therapy in complex chronic disease processes and end of life, specifically in the emotional well-being of patients, family members or caregivers.

The work carried out has identified the need to create indicators to demonstrate the contribution of the intervention and to continue generating evidence on its benefits, such as:

Learning and developing one's own resources for coping with the disease process for both the sufferer and the caregiver.

-The expression of difficult emotions (fear, anger, rage, anguish...) favoring emotional well-being.

-The psychological elaboration of the process of illness and loss/grief, not only for the sufferer, but also for the caregiver.

- The opportunity to generate a legacy.
- Regaining autonomy, control, security and empowerment in a moment of vulnerability.
- Strengthening the bond and improving communication with caregivers/family members.
- To offer a relaxed space for distraction and relaxation from an active posture, such as that involved in developing a creative process.