



INTERVENCIÓN ENFERMERA: SESIÓN GRUPAL DE ARTETERAPIA CON ADOLESCENTES QUE PADECEN TRASTORNOS DE CONDUCTA ALIMENTARIA.

Raquel Rebollo Berlana (05467985B); María del Rocío Tirados Requejo (); Paula Nasarre Grasa (18058824Y)

INTRODUCCIÓN

Los trastornos de conducta alimentaria (TCA) son una enfermedad psiquiátrica, que presenta su inicio en la adolescencia y afecta mayoritariamente a mujeres. Las personas que padecen de esta patología pueden llegar a presentar un alto grado de perfeccionismo, baja autoestima, estilo de afrontamiento evitativo e incluso problemas en la regulación emocional. La expresión artística puede ser útil para indagar en todos estos aspectos.

La arteterapia, se considera una forma útil de intervenir en salud mental, cada vez se utiliza más en ámbitos grupales en los TCA, ya que en ocasiones hay emociones que no son capaces de expresarse en terapia de grupo, y que por el contrario expresan mejor desde la aproximación artística. De esta manera la arteterapia, se podría considerar un punto de encuentro o una oportunidad de comunicar. Además, con el abordaje grupal, se consigue que se identifiquen con sentimientos u obstáculos de otros compañeros.

Dentro de las intervenciones de enfermería, se encuentra la arteterapia [4330]. Por lo tanto, la enfermera especialista en salud mental será la que guíe la práctica, ya que podrá a través de la relación de ayuda, podrá acompañar a los pacientes en sus creaciones. Además, se ha visto que puede mejorar la relación terapéutica enfermera-paciente, pilar clave en la recuperación.

OBJETIVOS

Principales

- Fomentar la autoconciencia y autoconocimiento
- Reducir la ansiedad
- Expresar las emociones o conflictos emocionales
- Aumentar la tolerancia a la frustración
- Mejorar la interacción social
- Trabajar el autoconcepto, autoestima

Secundarios:

- Mejorar la relación enfermera-paciente

METODOLOGÍA

Se ha llevado a cabo una búsqueda bibliográfica a través de diferentes bases de datos: PUBMED, MEDLINE, SCIELO, haciendo uso de las palabras clave "arteterapia", "terapia artística", "trastorno de conducta alimentaria", "adolescentes" y "enfermería".

DESARROLLO: EL ÁRBOL DE LAS VIRTUDES

EL ÁRBOL DE LAS VIRTUDES

Fase 1: Preparación

- Se sienta en círculo alrededor de una mesa
- Se reparte el material que podrán utilizar (gran variedad de colores y materiales)

Fase 2: Instrucciones

- Se indica que dibujen un árbol en formato libre
- En la parte de abajo tienen que poner lo que considera que les sustenta
- En las hojas, las fortalezas o virtudes que consideren que presentan

Fase 3: Fomentando la creatividad

- Se selecciona música ambiental acorde a la actividad

Fase 4: Resolución de dudas o matices que vayan precisando (la enfermera va guiando el proceso)

Fase 5: Finalización del dibujo

Fase 5: Interacción social

- Se les indica que se levanten y den un paseo visitando el árbol de los compañeros
- En el árbol de cada compañero, deben poner si lo consideran virtudes que esa persona presente y no haya reflejado.
- Se pone en común la actividad, explicando cada uno su árbol y describiendo lo que le han puesto los compañeros

CONCLUSIONES

La enfermera especialista en salud mental es una figura clave en el acercamiento a las vivencias internas de las personas con trastornos de conducta alimentaria, ya que es la que le acompaña en el malestar y establece una relación de ayuda con un objetivo común, que es la recuperación. La arteterapia es un instrumento que puede dotar a la enfermera de mucha información del paciente, así como le posibilita trabajar aspectos afectados por la enfermedad (autoconcepto, autoestima, interacción social, perfeccionismo, etc.)

De esta manera se podría concluir que la arteterapia es una intervención enfermera, que mejora la relación entre la enfermera y el paciente. Por tanto, dota a la enfermera de más información con la que poder ofrecer cuidados de mayor calidad e individualizados, lo que repercute en la recuperación del paciente.

BIBLIOGRAFÍA

1. Rodríguez N, Novo M, Rodríguez J. Arteterapia Enfermera. Un sondeo de estado de la cuestión. Rev ENE Enferm. 2021;15(3):1-24.
2. Martín C, Gutiérrez A, Pastor J, Sepúlveda A. Integrando la arteterapia como herramienta terapéutica en los trastornos de comportamiento alimentario: Estudio Piloto de un programa de Intervención grupal. Informació Psicológica. 2018;116:32-49.
3. Nnnconsult.com [Internet]. Madrid: Nanda NOC NIC Consult: [citado 2023 Nov 19]. Disponible en: <https://www.nnnconsult.com>
4. Matzkin V, Gafare C, Valicenti N, Soto S, Ringel C. How is the patient with Eating Disorders weighed? Review of weight approach in treatments. DIAETA. 2022:1-13.