



ASOCIACIÓN
ESPAÑOLA DE ENFERMERÍA
DE SALUD MENTAL



Cuidar desde el arte: hacia una recuperación más plena

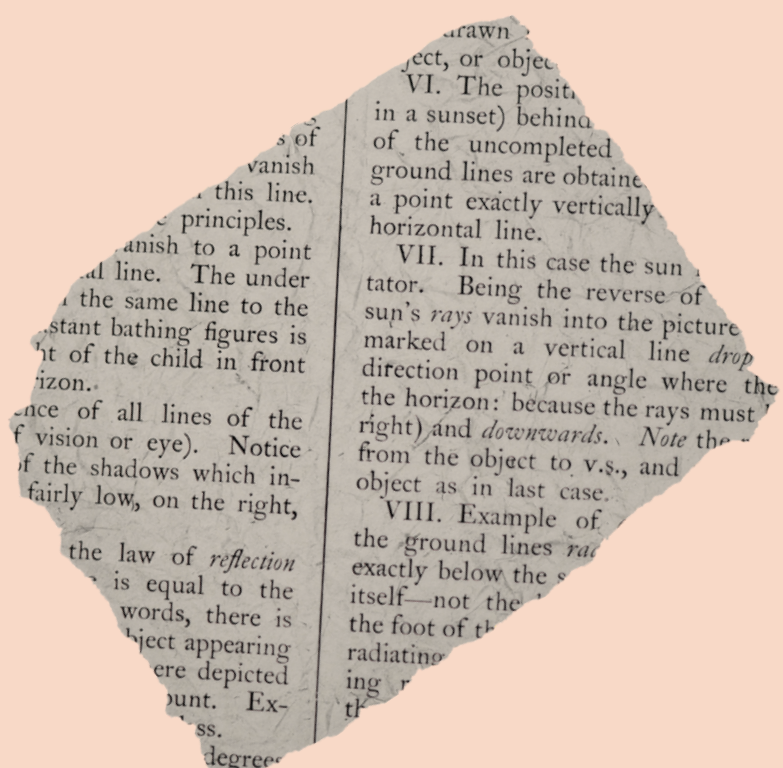
Quijano Garrido, Cristina; Fernández Moreno, David; Nuevo Zuil, Rocío



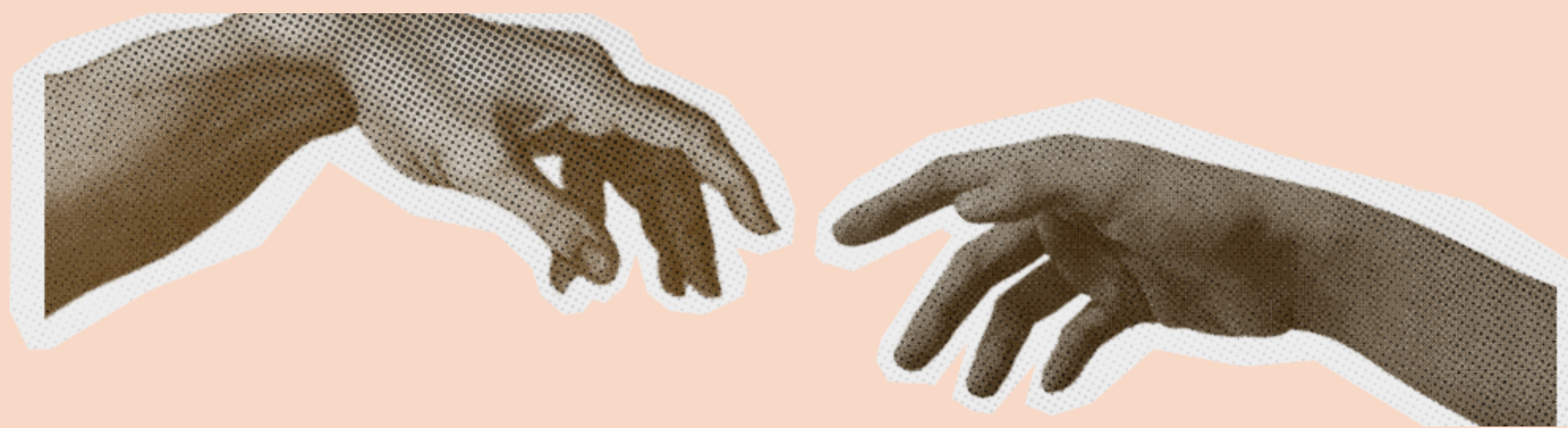
IPSMarañón

INTRODUCCIÓN

La participación en actividades culturales y artísticas es un factor clave para la salud mental y la inclusión social. La evidencia muestra que el arte mejora el bienestar emocional, la satisfacción vital y reduce síntomas. (1) Los grupos artísticos comunitarios fortalecen la cohesión social, el sentido de pertenencia y disminuyen el aislamiento, aspectos esenciales para la recuperación psicosocial. (2) Además, la participación cultural se asocia con mayor calidad de vida, autonomía y ejercicio de roles significativos cuando se integra en la rutina del paciente. (3) La enfermera especialista en salud mental juega un papel fundamental al facilitar el acceso, acompañar la participación y garantizar que el arte se incorpore de forma segura y significativa en los cuidados, promoviendo continuidad y vinculación comunitaria. (1-3)



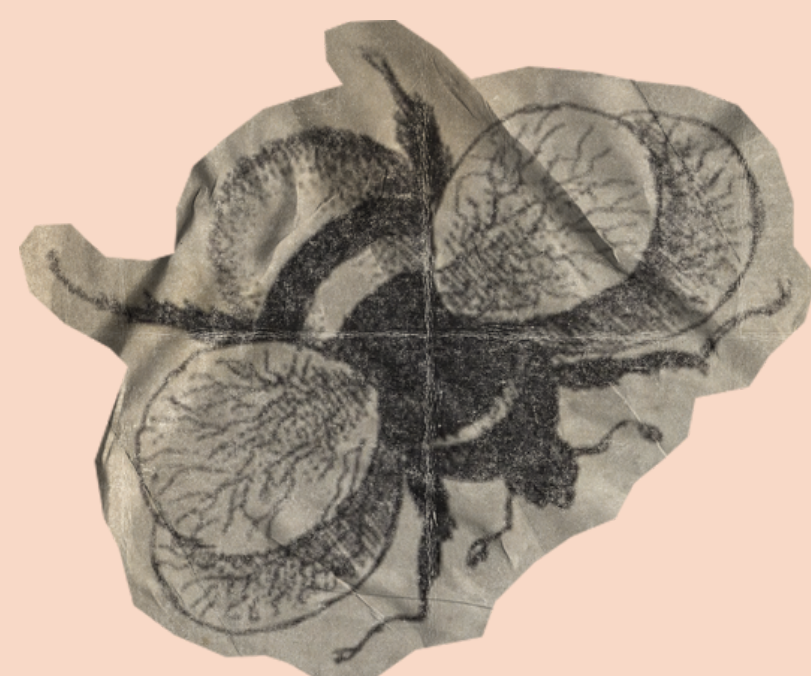
DESARROLLO



Los estudios revisados muestran que el arte ofrece un espacio donde el paciente puede explorar emociones, fortalecer identidad y desarrollar habilidades útiles para su vida diaria. La práctica artística activa se relaciona con mejoras en bienestar, motivación y capacidad de afrontamiento (1).

En el ámbito comunitario, las actividades artísticas permiten recuperar roles, participar en espacios abiertos y construir vínculos estables, lo que favorece una recuperación más conectada con la vida cotidiana y menos dependiente del entorno clínico. Los grupos artísticos comunitarios facilitan presencia social, interacción y sentido de pertenencia (2).

En este contexto, la enfermera especialista en salud mental actúa como mediadora terapéutica y enlace con los recursos comunitarios. Evalúa necesidades, adapta la propuesta artística a cada situación y acompaña al paciente en su incorporación a entornos culturales, garantizando accesibilidad y un entorno emocional seguro. La literatura reciente destaca que los proyectos artísticos comunitarios promueven autonomía, participación y empoderamiento (3), áreas donde la intervención enfermera resulta imprescindible para sostener el proceso y evitar rupturas en el cuidado.



OBJETIVOS

1. Mostrar el impacto positivo del arte en la salud mental, destacando mejoras en el bienestar emocional, la autoestima y la autonomía personal.
2. Presentar distintos tipos de intervenciones artísticas —desde terapia visual guiada hasta proyectos comunitarios— como herramientas terapéuticas efectivas.
3. Resumir la evidencia científica obtenida mediante revisiones sistemáticas, meta-análisis y estudios mixtos en contextos clínicos y comunitarios.
4. Visibilizar el rol del arte como espacio de expresión y conexión social, clave en procesos de recuperación y reconstrucción del sentido personal.



METODOLOGÍA

- Análisis de estudios clínicos con resultados cuantitativos.
- Recopilación de experiencias en grupos artísticos comunitarios.
- Encuestas y entrevistas para evaluar el impacto del arte en la recuperación.

CONCLUSIONES

- El arte es una herramienta terapéutica eficaz: mejora el bienestar emocional, reduce síntomas y favorece la calidad de vida en procesos de salud mental.
- La participación artística comunitaria potencia la recuperación psicosocial, promoviendo cohesión social, sentido de pertenencia y disminución del aislamiento.
- Integrar el arte en los cuidados de salud mental requiere acompañamiento profesional, garantizando continuidad, seguridad y significado en la experiencia del paciente.
- La evidencia científica respalda el arte como parte del plan terapéutico, con beneficios en autonomía, roles significativos y vinculación comunitaria.

BIBLIOGRAFÍA

