

LOS TRASTORNOS MENTALES EN LAS DIFERENTES MANIFESTACIONES
ARTÍSTICAS

JULIANA HURTADO GALLEGO
MARÍA JOSÉ RODRÍGUEZ GUTIERREZ
LISNEY YURANI SÁNCHEZ ALZATE

INSTITUCIÓN EDUCATIVA MADRE MARÍA MAZZARELLO.



NOMBRE DEL DOCENTE.
DARWIN VALMORE FRANCO GALLEGO.

FECHA.
6/09/2024.

Tabla de contenido.

Dedicatoria.	3
Agradecimientos.	4
Introducción.	4
Capítulo 1: Planteamiento del problema.	6
Formulación Del Problema .	6
Delimitación Del Problema.	8
Objetivo General.	8
Objetivos Específicos.	9
Justificación.	9
Antecedentes.	10
<i>Local:</i>	10
<i>Nacional:</i>	13
<i>Internacional:</i>	15
Capítulo 2: Marco referencial.	16
2.1 Marco Contextual	17
2.2 Marco Teórico	20
2.3 Marco Conceptual	23
Capítulo 3: Metodología de la investigación.	29
Hipótesis:	29
Diseño metodológico:	31
Población y muestra:	33
Técnicas e instrumentos de recolección de información:	34
Análisis de Resultados.	35
<i>Método 1. Encuesta</i>	35
	37
<i>Método 2. Entrevista.</i>	39
<i>Método 3. Proyecciones.</i>	44

Capítulo 4. Informe final	45
Propuesta.	45
Resultados.	46
Conclusiones.	48
Objetivos específicos.	50
<i>Exploratorio:</i>	50
<i>Metodológico:</i>	50
<i>Propositivo:</i>	50
Anexos.	51
<i>Producto:</i>	51
Referencias.	53

Dedicatoria.

Este proyecto va dedicado a cada una de las familias y amigos de las integrantes del mismo, a las estudiantes de toda la Institución, por haber inspirado este , ya que sin ellas este proyecto no habría sido posible. También expresar la gratitud a los docentes, quienes han guiado los pasos en este camino de descubrimiento. Finalmente, dedicarle este trabajo a la comunidad educativa, con la esperanza de que pueda contribuir al

avance y mejoramiento de la educación. Que este propósito sea un pequeño aporte hacia un futuro más iluminado y prometedor.

Agradecimientos.

Se le agradece a la población del proyecto, por su disposición y colaboración con el mismo, también a la Institución Educativa Madre María Mazzarello, por permitir el espacio y el uso de los materiales necesarios para llevar a cabo la investigación. Además, a los profesores Darwin y Gladys por su acompañamiento y compromiso.

Introducción.

La presente investigación se refiere al tema de los trastornos mentales presentes en las diferentes manifestaciones artísticas de las estudiantes de bachillerato de la Institución Educativa Madre María Mazzarello.

Entiéndase “trastorno mental” como una alteración médicamente significativa de la cognición (proceso mental que incluye el pensamiento, aprendizaje, memorización, conciencia del entorno y el sentido de realidad, también conocido como juicio), la regulación de las emociones o el comportamiento de un individuo.

Para analizar esta problemática, que tiene como raíz los trastornos mentales, es necesario mencionar sus causas. En realidad, existen muchos tipos de trastornos mentales, pero, en general, pueden desarrollarse debido a distintos factores individuales, familiares o comunitarios, dentro de los cuales se encuentran los psicológicos o biológicos. Es decir, una persona puede llegar a desarrollar algún tipo de trastorno mental

debido a las condiciones nocivas o difíciles de su entorno (pobreza, violencia, discapacidad, desigualdad, etc.), pero también puede desarrollarlo a raíz de su genética.

Por lo que, la investigación de esta problemática social y de salud, se realizó por el interés de conocer y analizar cuál es la incidencia de los trastornos mentales, que pueda tener una joven de bachillerato de la Institución, en el desarrollo, elaboración y/o resultado de una manifestación artística de su autoría, o de la cual ella sea partícipe (como baile, canto, dibujo, pintura, escultura...).

En el capítulo I, se realiza el planteamiento del problema, el cual se encuentra delimitado con la pregunta ¿De qué manera se evidencian los trastornos mentales en las diferentes manifestaciones artísticas de las estudiantes de bachillerato de la I.E.M.M.M? . El problema se formula a través de una espina de pescado, con las causas y consecuencias del mismo, acompañada de un texto que describe la problemática. Luego, se fijan los objetivos; general y específicos, se justifica el motivo por el cual es relevante realizar una investigación al respecto, y por último, se presentan los antecedentes local, nacional e internacional de dicha problemática.

En el capítulo II, se abordaron los antecedentes, métodos, teorías y conceptos que se utilizaron para la realización de la investigación; como la teoría del médico griego Hipócrates sobre “los cuatro humores”, o las del médico Thomas Willis y el filósofo John Locke, fundamentales en el proceso de construcción del término “salud mental”. Esto, por medio del Marco Contextual, Teórico y Conceptual.

En el capítulo III, se presenta la metodología de la investigación con su hipótesis, el enfoque, que para la presente es cualitativo, el alcance, que es descriptivo, el diseño no experimental y el método que es inductivo. Además, se describe la población y la muestra, junto con las técnicas e instrumentos de recolección de la información: una encuesta, una infografía y una serie de entrevistas.

La encuesta iba dirigida a todas las estudiantes de bachillerato, con preguntas perfiladas hacia el conocimiento de cuáles son las expresiones artísticas que les gusta practicar más, síntomas que pueden indicar la presencia de alguno de los trastornos mentales más conocidos y comunes (sobre todo en la población juvenil) : la depresión y la ansiedad, y si acuden a dichas formas de expresión artística como medio de desahogo para sentimientos negativos.

Dentro de la infografía, se encuentran diferentes elementos que representan a los dos temas entrelazados en la investigación.

Las entrevistas fueron realizadas a la docente de la Media Técnica en Diseño Gráfico (quien además es enfermera) y a la psicóloga de Entorno Protector de la Institución, centrándose principalmente en el análisis de esa parte psicológica, biológica y social que contiene el tema de la problemática.

Capítulo 1: Planteamiento del problema.

Formulación Del Problema .

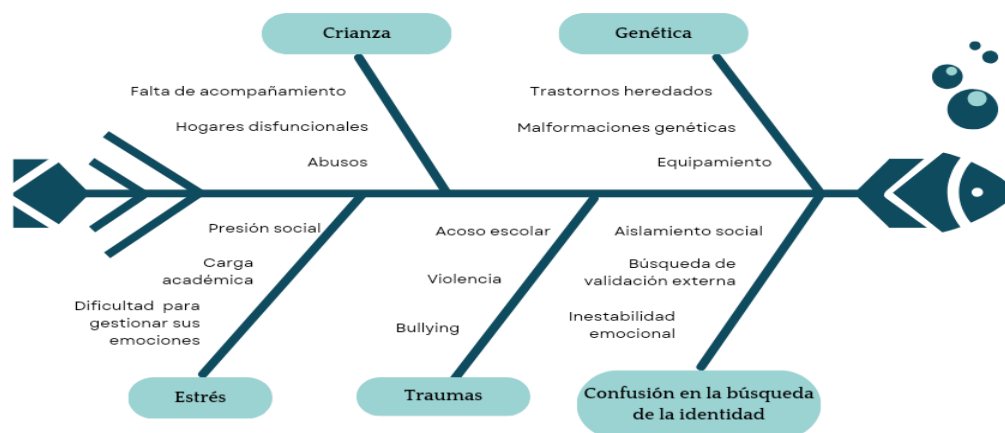


Ilustración 1.

No es fuera de lo común escuchar sobre personas que poseen ciertas patologías y/o trastornos mentales. Cuando se observa, se piensa que esos individuos "siempre han sido así", y es cierto que muchos de ellos han heredado estos trastornos. Sin embargo, hay otro grupo de personas que los ha desarrollado a lo largo de su vida o a partir de sucesos traumáticos.

Pero resulta preocupante que la mayoría de quienes no han heredado estos trastornos son los jóvenes.

La realidad que vive la juventud hoy en día los hace ser una "presa fácil" para sufrir diferentes trastornos mentales conocidos, como la ansiedad, depresión, bipolaridad, lo obsesivo-compulsivo, entre otros.

Esta realidad se encuentra marcada por la falta de acompañamiento en sus hogares, malos tratos por parte de sus cuidadores, rechazo y presión social, y otros factores que les han permitido desarrollar un sin número de traumas y confusiones que los asedian a tal punto de convertirse en patologías mentales que afectan su bienestar e interfieren dentro de su proceso de crecimiento y realización personal.

En la mayoría de los casos, estos jóvenes no comunican de manera directa lo que les sucede, sin embargo, si se presta atención a ciertos detalles, es posible identificar su estado, y uno de ellos, es su forma de expresarse por medio del arte, lo cual está directamente relacionado con la condición mental de un individuo.

Por lo tanto, estas diferentes manifestaciones artísticas podrían evidenciar la presencia de aquellos trastornos mentales en los jóvenes.

Delimitación Del Problema.

¿De qué manera se evidencian los trastornos mentales en las diferentes manifestaciones artísticas de las estudiantes de bachillerato de la I.E.M.M.M?

Objetivo General.

Identificar la manera en que se evidencian los trastornos mentales en las diferentes manifestaciones artísticas de las estudiantes de bachillerato de la I.E.M.M.M

Objetivos Específicos.

1. Analizar la incidencia de los trastornos mentales en las manifestaciones artísticas.
2. Desarrollar charlas y talleres con el respaldo del equipo de psicología de la institución para abordar de manera profunda la relación entre trastornos mentales y expresiones artísticas.
3. Establecer una "red de apoyo" conformada por estudiantes de la institución que deseen utilizar el arte como estrategia para comunicar sus emociones y estado mental.

Justificación.

Los trastornos mentales son un tema de gran relevancia en la sociedad actual, ya que afectan la salud y el bienestar de las personas que los padecen . Es crucial abordar este tema con seriedad y comprensión, desterrando estigmas y promoviendo la conciencia sobre la importancia de la salud mental.

En primer lugar, es fundamental reconocer que los trastornos mentales son condiciones que pueden afectar a cualquier joven, como en este caso serán la población a estudiar; sin importar su edad, género, nivel socioeconómico o cultural. Estas afecciones no son signos de debilidad personal, sino que son el resultado de una compleja interacción de factores biológicos, psicológicos y ambientales, interfiriendo con sus relaciones interpersonales, su desempeño académico y su bienestar general.

Por lo que,es vitalmente importante evidenciar la presencia del padecimiento de estos trastornos.Existen formas que expresan de manera significativa sobre cómo los pacientes (jóvenes) , pueden sentirse ante diferentes situaciones de su entorno,

evidenciando de qué manera afectan en su proceso mental y psicológico. Una de estas formas es el arte, por lo tanto, se quiere conocer el trasfondo psicológico que conlleva la relación entre las manifestaciones artísticas y los trastornos mentales.

Antecedentes.

Local:

“Estudio de Salud Mental Medellín 2019 Universidad CES. Realizado por: .

Realizado por: Yolanda Torres de Galvis,, Guillermo Castaño Pérez,, Gloria María Sierra Hincapié,, Carolina Salas Zapata, , José Bareño Silva”.

“Según la OMS, los adolescentes deben ser un grupo prioritario en el ámbito de la salud.

- Una de cada seis personas tiene entre 10 y 19 años. • Los trastornos mentales representan el 16% de la carga mundial de enfermedades y lesiones en personas de 10 a 19 años. • La mitad de los trastornos mentales comienzan a los 14 años, pero la mayoría de los casos no se detectan ni se tratan. • El suicidio es la tercera causa de muerte en jóvenes de 15 a 19 años. • El suicidio es la segunda causa principal de defunción en el grupo etario de 15 a 29 años. • Las consecuencias de no abordar los trastornos mentales de los adolescentes se extienden a la edad adulta, lo que afecta la salud física y mental y limita las oportunidades de llevar una vida satisfactoria como adultos. La adolescencia, 10 a 19 años, es un momento único y formativo. Si bien la mayoría de los adolescentes tienen buena salud mental, los múltiples cambios físicos, emocionales y sociales, incluida

la exposición a la pobreza, el abuso o la violencia, pueden hacer que los adolescentes sean vulnerables a los problemas de salud mental. Promover el bienestar psicológico y proteger a los adolescentes de las experiencias adversas y los factores de riesgo que pueden mejorar su potencial para prosperar no solo son críticos para su bienestar durante la adolescencia, sino también para su salud física y mental en la edad adulta. La adolescencia es un período crucial para desarrollar y mantener hábitos sociales y emocionales importantes para el bienestar mental, tales como adoptar hábitos de sueño saludables; hacer ejercicio regularmente; desarrollar habilidades para las relaciones interpersonales, para hacer frente y resolver problemas, y aprender a gestionar las emociones. Los ambientes propicios en la familia, la escuela y la comunidad en general también son importantes (...)

En todo el mundo se estima que entre el 10% y el 20% de los adolescentes experimentan problemas de salud mental, sin embargo, estos siguen sin ser diagnosticados ni tratados adecuadamente. Los signos de mala salud mental pueden pasarse por alto por varias razones, como la falta de conocimiento o conciencia sobre la salud mental entre los trabajadores de la salud, o el estigma que les impide buscar ayuda. Los trastornos emocionales comúnmente surgen durante la adolescencia. Además de la depresión o la ansiedad, los adolescentes con trastornos emocionales también pueden experimentar irritabilidad excesiva, frustración o enojo. Los síntomas pueden superponerse en más de un trastorno emocional con cambios rápidos e inesperados en el estado de ánimo y los arrebatos emocionales. Los adolescentes más jóvenes también pueden desarrollar síntomas físicos relacionados con la emoción, como dolor de estómago, dolor de cabeza o

náuseas. En el ámbito mundial la depresión es la novena causa principal de enfermedad y discapacidad entre todos los adolescentes; la ansiedad es la octava. Los trastornos emocionales pueden ser profundamente incapacitantes para el funcionamiento de un adolescente, afectando el trabajo escolar y ausentismo. Retirar o evitar a la familia, a los compañeros o la comunidad puede exacerbar el aislamiento y la soledad. En el peor de los casos, la depresión puede conducir al suicidio” (Torres, Castaño, Sierra, Salas, Bareño, 2019, pág. 47-50).

“Los trastornos con inicio en la infancia y la adolescencia, también clasificados como trastornos del impulso, presentan una prevalencia global de 3,2% en el presente estudio, sin cambio con relación al anterior(...) Comparada con la de otros países que hacen parte del Estudio Mundial de Salud Mental y comparten los criterios diagnósticos, mediante la aplicación del CIDI-OMS, como México con una prevalencia anual de 1,3%, y Argentina con 2,5%, la de Medellín es mayor, pero se encuentra por debajo de la encontrada para Estados Unidos con 6,8% (...) Los trastornos del grupo en estudio, presentan la mayor prevalencia anual en los adolescentes con 10,4% versus 2,2% en los adultos” (Torres, Castaño, Sierra, Salas, Bareño, 2019, pág. 315-316).

Lo anterior muestra la cantidad alarmante de casos de trastornos mentales presentados en los jóvenes de la ciudad de Medellín, los cuales, en su mayoría no son detectados ni tratados, como consecuencia de muchos factores que representan realidades latentes para

ellos como la falta de acompañamiento y atención por parte de los cuidadores, traumas familiares o el temor por parte de estos individuos de expresar su situación.

Se demuestra la forma en que estos trastornos afectan no sólo al joven en el desarrollo de su adolescencia, sino que llegan a repercutir peligrosamente en su vida adulta, por falta de una atención y cuidados necesarios a tiempo.

Nacional:

ANÁLISIS DEL CAMBIO PSICOLÓGICO EN JÓVENES DE UN GRUPO ARTÍSTICO-COLOMBIA. Revista Virtual Universidad Católica del Norte, 2022, Enero Fundación Universitaria Católica del Norte

El proceso de cambio psicológico y comportamental de los jóvenes del colectivo Nativos estuvo influenciado por diversos factores, cuya incidencia es diferente. En principio, el motivador principal fue la asistencia alimentaria, la cual no fue otorgada desde posturas asistencialistas para saciar el hambre de estos jóvenes con significativas carencias económicas, sino que dicha asistencia fue utilizada como un motivador psicológico para “engancha” los “usuarios” del programa, razón por la cual se recomienda hacer uso de estas estrategias en los programas con jóvenes, pero evitando adoptar posiciones asistencialistas que favorecen la dependencia y obstaculizan el empoderamiento de los sujetos. En segundo lugar, la empatía de los profesionales del programa favoreció la instauración de vínculos de confianza con los jóvenes, que permitieron a los primeros cuestionar los estilos de vida, el uso del tiempo libre y la proyección a futuro que tenían los miembros de Nativos al ingresar al programa, de modo que en vez de generar una resistencia ante tales cuestionamientos y, por ende, un

obstáculo en el proceso psicoterapéutico (o su deserción), se produjo una reflexión y análisis sobre el propio proceso de vida, lo cual condujo al reconocimiento de la necesidad de cambiar, de los beneficios que obtendrían al abandonar dichos estilos de vida disfuncionales y aprender artes y oficios que les permitirían transformarse como personas miembros de una comunidad, de una sociedad. Esta influencia de la empatía en los vínculos es más evidente cuando los procesos de identificación actúan; por ejemplo, el vínculo con el “Pa Omar”, fue más fuerte y estrecho que con los profesionales de Ciudad Don Bosco, debido a que este no solo fue usuario del mismo programa (como ellos), sino que también este hace parte de su comunidad, por lo cual lo consideran como “uno de ellos”. En ese sentido, el mecanismo psíquico de la identificación favoreció el cuestionamiento de la identidad yoica y psicosocial, según la concepción de Erikson, de modo que ante los factores de riesgo, ligados a los prejuicios, estereotipos y la marginación y exclusión que le son correlativas, las identificaciones gestadas con los trabajadores y profesionales del programa les ofrecieron la posibilidad de concebirse de forma diversa, de crear y creer en una nueva identidad que reconstruye la anterior, que estaba soportada con identificaciones previas a la figura del delincuente, del vagabundo, entre otros modelos identificatorios que abundan en el sector donde habitan. Sumado a lo anterior, el hecho de que el personal de la institución permitiera que los jóvenes fueron sujetos activos (en contraste con la visión médica del paciente), se apropiaran y empoderaran del programa que se les ofrecía como usuarios, creó un sentido de pertenencia con el mismo que favoreció el empoderamiento, pues reforzó la confianza depositada en los jóvenes y la posibilidad del cambio personal. De ese modo, aun cuando en el barrio las problemáticas psicosociales siguen presentes y continúan actuando como

factor de riesgo, de desmotivación para persistir en el cambio hecho, estas ya no tienen la misma influencia sobre los sujetos, pues en ellos se ha reconfigurado la estructura de personalidad, siendo más firme y estable, en contraste con la típica crisis de identidad que se experimenta en la adolescencia y que en estos jóvenes les llevó a identificarse inicialmente con roles psicosociales considerados negativos (el bandido, el vago, entre otros). Ahora está más consolidada la identidad personal, además de que está soportada sobre ideales socialmente valorados como positivos

Internacional:

DIMENSIÓN AFECTIVA DE PERSONAS CON TRASTORNO MENTAL
GRAVE A TRAVÉS DE LA FORMACIÓN ARTÍSTICA. ARTETERAPIA:

“PROYECTO EMOTION”. Realizado por: Moraleta-Ruano, A, Universidad Camilo José Cela, Martínez-Cabezón, A.C, Centro de Rehabilitación Psicosocial Menni, Arturo Soria (Madrid 2017).

En este proyecto se puede evidenciar la importancia de las emociones en la creación y desarrollo de una manifestación artística ya que dependiendo de estas se percibe la realidad de una manera diferente, del mismo modo, que lo imaginamos y creamos.

Según (Arturo Soria) La creatividad deriva del verbo crear, definido como la capacidad de producir algo de la nada, lo que demuestra la evolución como seres humanos, los beneficios de las artes eran ya reconocidos desde la antigua Grecia, quienes consideraban que las artes servían para sanar, equilibrar y armonizar el alma.

En este sentido, Botton y Armstrong (2013) apuntan que una de las enseñanzas inesperadas que nos aporta el arte es la de ayudarnos a sufrir mejor.

Las artes, por tanto, nos dan el soporte y el elemento a través del cual canalizar nuestras emociones y favorecer la manifestación de estas.

Una característica particular del arte, es que, generalmente, es una expresión emocional con carácter no verbal, en el sentido de que no se acude a la propia argumentación verbal de las emociones. Esta característica es precisamente su mayor cualidad en cuanto a aplicabilidad terapéutica se refiere.

Se puede percibir una concentración y sensibilidad especial en el periodo que va a entrar en una actuación, como si el estado mental del artista cambiará. Por otro lado, en el desempeño de la acción artística, las emociones son quizá uno de los mecanismos más potentes para expresar emociones. Eso es aplicable a las artes que conllevan un componente temporal de ejecución, como la música, la danza o el teatro; pues, en la pintura, por ejemplo, entendemos esa ejecución dentro del propio proceso de creación.

En definitiva, el arte es compartir emociones siendo una relación no lineal, es decir, una comunicación emocional como procesos sensoriales y cognitivos donde la percepción y expresión no tienen que ser necesariamente espejo (Moraleda, 2015).

Capítulo 2: Marco referencial.

El **marco** de referencia es un segmento fundamental que abarca los antecedentes, teorías y métodos científicos que se utilizarán para la realización de una investigación. Además, este apartado debe incluir algunas regulaciones y lineamientos que se tendrán en cuenta a la hora de buscar resultados.

2.1 Marco Contextual

“Un marco contextual, es aquel que indica la ubicación específica de donde será llevado a cabo el proyecto investigativo para abarcar y tener mayor conocimiento sobre una problemática. Se podrá tener en cuenta la zona de influencia y sus sectores cercanos para cumplir con el objetivo de tener suficientes fuentes de información” (Laura Jurado Estrada, Karen Yisela Núñez Martínez, Marisol Ruiz Cuero, 2023)

“El marco contextual permite identificar a profundidad la población a quien va dirigida el proyecto de investigación, tomando en cuenta factores tanto físicos, sociales y culturales, con el fin de determinar quiénes interactúan en esta misma”

El contexto en el que se desarrolla este proyecto es en la Institución Educativa Madre María Mazzarello, o la cual busca enseñar a las niñas y jóvenes desde una visión salesiana, tomando como referencia la propuesta metodológica de Don Bosco, quien dedicó toda su vida a ser sacerdote y educador, es reconocido por su amabilidad, amor y comprensión a la hora de enseñar, por esto mismo su labor se centró principalmente en brindarles oportunidades tanto académicas como espirituales a los jóvenes, con el fin de que pudieran tener un mejor futuro, formando de esta manera honestos cristianos y buenos ciudadanos.

Además de Don Bosco, Madre María Mazzarello posee una gran relevancia en esta institución ya que su forma de ser y enseñar ha tenido un impacto significativo en la educación y formación de las niñas y jóvenes, ella dejó un legado muy bonito ya que

gracias a su amor, dedicación y disciplina inspira a muchas personas a seguir por el camino de la santidad, del servicio, de la educación y del cuidado por los niños y jóvenes, ya que demuestra que desde el acompañamiento y amor todo es posible.

La población a la que va dirigida el proyecto es a la educación secundaria de la Institución Educativa Madre María Mazzarello, que comprende los años de sexto a once, donde interactúan jóvenes entre 11 y 18 años, quienes se encuentran en la etapa de la adolescencia.

En esta etapa los jóvenes viven experiencias que los hacen propensos a padecer trastornos mentales, como lo son la ansiedad o depresión.

La mayor parte de los trastornos son causados por traumas generados ya sea en la infancia o adolescencia, como lo son el bullying, la violencia o el acoso escolar, otro factor influyente en la causa de estos mismos, es la crianza debido a que esta es fundamental en el desarrollo de cualquier individuo ya que de una u otra manera es el ejemplo y la base de estos, sin embargo cuando carece de un acompañamiento, abusos físicos, mentales o sexuales, la persona es propensa a desarrollar trastornos, creando así una desconfianza hacia la sociedad.

Teniendo en cuenta lo mencionado anteriormente, la adolescencia es una etapa donde se presenta una dificultad para gestionar emociones, creando así un desbalance e inestabilidad emocional, llegando a ocasionar aislamiento social en el individuo.

Es una etapa en donde se presenta la búsqueda de la identidad y es muy común que los jóvenes busquen validación externa, con el fin de sentirse integrados y valorados, llenando así la necesidad de ser partícipe a un grupo o comunidad.

En muchas ocasiones se puede observar que gracias al miedo al rechazo los jóvenes se cansan emocionalmente, ya que buscan la aprobación de una comunidad.

Los jóvenes hoy en día se encuentran permeados por una sociedad llena de tecnología, donde las redes sociales cumplen un papel fundamental en la integración y socialización de los jóvenes, esta ha traído tanto beneficios como consecuencias ya que de una u otra forma eliminó ciertas tradiciones, como lo son los juegos callejeros, quienes fueron cambiados por juegos online, sin embargo, se puede observar que los jóvenes están aprovechando esta herramienta para compartir la importancia del arte en su vida cotidiana, demostrando los cambios que han tenido gracias a las manifestaciones artísticas, no obstante, principalmente comparten sus dibujos, pinturas, poemas y obras de arte donde tocan temas como lo son la anorexia, la depresión, la ansiedad, la dismorfia corporal, hasta el amor.

Esto demuestra que una gran parte de las estudiantes de la Institución Educativa Madre María Mazzarello les gusta el arte, usándolo como medio de desahogo, expresión y compañía, ya que como se menciona anteriormente, se encuentran en una etapa donde buscan validación por parte de los demás y de cierta manera ayuda a los demás jóvenes a sentirse identificados con estos significados.

Sin embargo, a menudo los jóvenes comparan su trabajo con otros, lo que provoca cierto desinterés en realizar este tipo de actividades.

No obstante, hay que tener en cuenta que la belleza es completamente relativa y cada individuo realiza su arte dependiendo de sus capacidades, forma de ver la vida, el

mundo, emociones, sentimientos y salud mental, demostrando así que toda manifestación artística es bella, ya que en los ojos correctos todo es arte.

2.2 Marco Teórico

Según Ana Zita Fernández, el Marco Teórico es la recopilación de antecedentes, investigaciones previas y consideraciones teóricas en las que se sustenta un proyecto de investigación .

Para consolidar los términos "salud mental" o trastornos mentales, se tuvo que atravesar por múltiples contextos históricos y culturales, dentro de los cuales predominaban teorías como la del médico griego Hipócrates de Cos (460 - 377 a.C), quien fue el primero en tratar de comprender las patologías mentales, de una manera natural. "Según él, el desequilibrio de alguno de los cuatro fluidos del cuerpo (la sangre, la bilis negra, la bilis amarilla y la flema), enfermaba a la persona" (Piñar, 2021). Con base en esto, postulaba que el predominio de uno de estos fluidos del cuerpo sobre los demás "constituye la predisposición hacia un tipo de temperamento: el sanguíneo, el flemático, el colérico y el melancólico" (Biblioteca del Congreso, Argentina).

A medida que pasaba el tiempo, la teoría de los temperamentos o "humores" se enriqueció. Se dijo que el porcentaje de cada uno de esos líquidos en el cuerpo humano cambiaba según la edad, y además se les adjudicó uno de los cuatro elementos de la naturaleza, cualidades cada vez más complejas y paralelismos con ciertos dioses olímpicos.

Por lo que, según esta teoría, se nace con una inclinación natural hacia el temperamento sanguíneo. Estas personas son alegres y sociables, pero al mismo tiempo con poco dominio propio. Dicho “humor” estaba relacionado con la primavera, que evoca la naturaleza húmeda y cálida de la sangre.

En la etapa de la juventud, el carácter cambia, y abre paso al temperamento colérico, en donde predomina la bilis amarilla, volviendo a la persona irritable y violenta, y se le relacionaba con el verano, por ser un carácter “seco”.

Cuando llega la madurez de la vida, simbolizada con el otoño por su frialdad, el sujeto se vuelve melancólico o “atrabilioso” (que pertenece a la atrabilis o bilis negra); dado a la reflexión. En su vida predomina la tristeza.

Por último, la vejez convierte a la persona en alguien flemático: lenta y apática, relacionando este tipo de temperamento con el invierno.

En este sentido, la teoría de Hipócrates “ya apunta a que existe una relación entre el comportamiento del paciente y su situación orgánica” (Piñar 2021).

Pasado este período y el de la Edad Media, en donde, a causa de la influencia del cristianismo, se creía que la locura era la posesión del demonio sobre el alma humana, y por otro lado, en donde la tradición popular asociaba a este tipo de patologías mentales con una piedra alojada en el cerebro, llegó la Edad Moderna y con ella dos personajes con teorías muy importantes para la construcción de los términos de “salud mental” y “trastorno mental”: el médico Thomas Willis y el filósofo John Locke.

Willis, es considerado como el padre de la neurología, pues reconoció la relación entre los nervios cerebrales y las patologías mentales. Luego está Locke, quien expresó la

influencia de los sentidos y la experiencia en el cerebro. Esto, lo realizó también por medio de la teoría a la que llamó “tabula rasa”, inspirado en Aristóteles y Santo Tomás de Aquino. Según Locke, un bebé no sabe nada al nacer, “su cerebro es una pizarra en blanco que es nutrida de conocimiento a través de las percepciones que obtiene de los sentidos y de la experiencia” (Rubio, 2023).

De esta manera, cada minuto de la vida del ser humano, se va llenando aquella pizarra en blanco, hasta que es capaz de hacer reflexiones propias, “ideas complejas (a veces complejísimas) haciendo asociaciones de ideas simples’ ” (Rubio, 2023).

Lo anterior, supone que “la salud mental de un individuo tiene mucho que ver con su contexto vital” (Piñar, 2021).

Dentro de este contexto histórico, la psiquiatría nace y es aceptada como especialidad médica por la comunidad científica. “La psiquiatría entiende que el origen de los trastornos mentales es genético o neurológico. Una teoría que se consolida durante el siglo XIX y XX, con las teorías de Sigmund Freud (...) Él es considerado el padre del psicoanálisis porque lo defendía como método terapéutico para las personas con un trastorno o enfermedad mental” (Piñar, 2021)

Por lo que, gracias a la influencia de pensadores como Freud, llega la "Psicología del arte" , la cual se encarga de elaborar teorías acerca de la actividad creativa y la perceptiva (es decir, de quien "aprecia" el resultado de aquella actividad creativa), basándose en conceptos y principios de la psicología científica.

Varios de los expertos que aportaron significativamente en esta disciplina fueron Fechner, Lev Vygotski, Howard Gardner y la escuela de la Gestalt.

Por otro lado "Según la Organización Mundial de la Salud (OMS), las artes son adecuadas para ayudar a comprender y comunicar conceptos y emociones" (National Geographic, 2024).

También postula la OMS que "el arte ayuda a desenvolverse emocionalmente en situaciones como el proceso de tratamiento de alguna enfermedad o lesión, a comprender emociones difíciles en momentos de emergencia y acontecimientos desafiantes y mejora la capacidad de resolución de conflictos mediante el desarrollo de habilidades cognitivas, emocionales y sociales" (National Geographic, 2024)

2.3 Marco Conceptual

“El marco conceptual hace referencia a los conceptos del objeto de estudio, se utiliza para dar un orden a las ideas y así tener una buena comprensión ante el proyecto investigativo”. (Sofía Aguirre Alzate, Valentina Higuera León, Sara Palacio Parra)

Este marco nos da una exhaustiva explicación de por qué están sucediendo la problemática, organizando la información y datos importantes para entender los factores que afectan y aportan a lo que está ocurriendo. Esto permite dar conclusiones más acertadas y significativas.

Proyecto

Uso de modalidades artísticas en terapia ocupacional en los contextos de atención en salud mental

Autor: Clara Natalia Coral Ramirez

Asesor: Diana Milena Ramirez Osorio

Escuela Colombiana de rehabilitación escuela de terapia ocupacional

Bogotá, febrero 2022

las modalidades artísticas se han empleado con diferentes poblaciones con necesidades de atención desde la perspectiva psicosocial, como solución terapéutica en grupos focalizados como: heridos de guerra, personas que experimentan trastornos mentales como esquizofrenia, trastornos de personalidad y ansiedad, así como en personas víctimas de la violencia, mujeres migrantes y población infantil con discapacidad cognitiva, principalmente ubicados en contextos comunitarios, entre los que se referencias: museos, fundaciones, asociaciones y organizaciones de base comunitaria, y clínicos como: hospitales generales, clínicas día, clínicas de salud mental.

Cabe concluir que las experiencias vividas por grupos que experimentan vulnerabilidades como consecuencia de crisis sociales, culturales y económicas, han incentivado la búsqueda activa de soluciones terapéuticas ligadas al arte, por su potencial para facilitar la expresión y gestión de emociones, mejorar la calidad de vida y salud de las personas, lo que ha sido asumido desde el ejercicio de la profesión de terapia

ocupacional de una manera intuitiva (como se refleja en los casos de guerra y revolución industrial) o desde una aproximación profesional.

Por otro lado que existe una lucha contra la reivindicación de derechos a través de las modalidades artísticas, de las personas con trastornos mentales, ya que estas han sido despojados de estos, por considerarse que generan una ruptura en los parámetros sociales establecidos y la concepción tradicional de la locura, que los encasilla como personas que deben ser apartadas y olvidadas de las sociedad, excluidas de sus derechos propios como seres humanos. Desde una perspectiva de promoción y prevención de la salud, las modalidades artísticas son un medio para mejorar el entorno de la vida cotidiana en contextos familiares, comunitarios y colectivos ya que pueden ser un vehículo para cubrir las necesidades de dichos entornos en aspectos como participación, recreación, necesidades afectivas, de identidad y de protección. La alusión al uso de las modalidades artísticas como complementarias de los tratamientos farmacológicos tradicionalmente arraigados a nuestras formas de atender en salud mental. Si bien es cierto que los tratamientos en salud mental están tradicionalmente arraigados a una perspectiva oficial que descansa en la formulación de fármacos, cabe agregar que existe la práctica de la aplicación de las modalidades artísticas y la interdisciplinariedad, en actividades terapéuticas complementarias que han demostrado la armónica adherencia a la medicación a través de la creatividad. Esto quiere decir que dichas modalidades son partícipes de la mejora del estado psíquico del paciente, reduciendo en el mejor de los casos, la necesidad de fármacos.

Los trastornos mentales pueden manifestarse de diversas maneras en las expresiones artísticas, como la pintura, la música, la literatura y el cine. En la pintura, por ejemplo, los trastornos mentales pueden reflejarse en la elección de colores, formas y temas, transmitiendo emociones intensas, dejando mucho que pensar. En la música, las experiencias personales de los artistas con trastornos mentales pueden influir en la letra de las canciones y en la composición musical, transmitiendo sus luchas internas y emociones complejas. En la literatura, los escritores pueden plasmar sus propias experiencias con trastornos mentales a través de personajes y tramas que exploran la psique humana de manera profunda. En el cine, los directores pueden representar de manera visual y emocionalmente impactante los desafíos que enfrentan las personas con trastornos mentales.

El arte ha sido una forma de expresión humana desde tiempos inmemoriales, sirviendo como un medio para transmitir emociones, ideas y experiencias a través de diversas formas creativas. Desde la pintura y la escultura hasta la música y la literatura, el arte ha desempeñado un papel fundamental en la exploración y comunicación de la condición humana. Una de las fortalezas del arte radica en su capacidad para trascender las barreras lingüísticas y culturales, permitiendo que las emociones y experiencias sean compartidas y comprendidas en un nivel fundamental. Las obras de arte pueden evocar una amplia gama de emociones en aquellos que las experimentan, desde alegría y asombro hasta tristeza y melancolía, lo que demuestra su poder para conectar a las personas a través de sus experiencias compartidas. Además, el arte ha demostrado ser una herramienta valiosa para fomentar la empatía y la comprensión en la sociedad. Al exponer a las personas a diferentes perspectivas y realidades a través de obras creativas, el arte puede promover un mayor entendimiento de las experiencias humanas diversas, lo que a su vez puede contribuir a la construcción de sociedades más inclusivas y compasivas.

Las manifestaciones artísticas de individuos que enfrentan trastornos mentales constituyen una poderosa forma de expresión que merece ser reconocida y valorada. A través del arte, estas personas encuentran una vía para comunicar sus emociones, pensamientos y experiencias personales de una manera única y conmovedora. La intensidad emocional presente en muchas de estas obras ofrece una mirada profunda a la complejidad de la condición humana, desafiando a los espectadores a reflexionar sobre la diversidad de las experiencias emocionales. Los temas recurrentes presentes en las expresiones artísticas de estos individuos revelan aspectos significativos de sus luchas internas. La soledad, el aislamiento, la confusión mental y el dolor emocional son temas que se manifiestan repetidamente en sus obras, ofreciendo una visión profunda de sus experiencias personales. Estos temas no solo reflejan su realidad, sino que también proporcionan una forma de conectar con otros que puedan estar pasando por experiencias similares.

Además, los estilos expresivos utilizados por estos artistas reflejan la complejidad de sus emociones y pensamientos. A menudo se observa un uso audaz de colores intensos, formas abstractas o composiciones caóticas que capturan la intensidad de su mundo interior. Estos estilos expresivos no solo son visualmente impactantes, sino que también ofrecen una mirada directa a la mente del artista.

Los trastornos mentales pueden manifestarse de diversas maneras a través de las expresiones artísticas. Algunas de las manifestaciones que pueden evidenciar la presencia de trastornos mentales incluyen:

1. Intensidad Emocional: Las obras de arte creadas por personas con trastornos mentales a menudo transmiten una intensidad emocional notable. Pueden reflejar emociones extremas, como la euforia, la desesperación, la ira o la tristeza profunda, de una manera que despierta una fuerte respuesta emocional en el espectador.

2. Temas recurrentes: Los temas recurrentes en las obras de arte, como la soledad, el aislamiento, la confusión mental, el dolor emocional o la lucha interna, pueden ser indicativos de experiencias personales profundas relacionadas con trastornos mentales.

3. Estilos Expresivos: Los estilos expresivos utilizados por los artistas pueden reflejar la complejidad de sus pensamientos y emociones. Esto puede incluir el uso audaz de colores intensos, formas abstractas o composiciones caóticas que capturan la intensidad del mundo interior del artista.

4. Cambios en el Arte: En algunos casos, los cambios significativos en el estilo o tema del arte de un individuo pueden indicar cambios en su estado mental o emocional. Por ejemplo, un cambio repentino hacia temas más oscuros o una alteración dramática en el estilo artístico pueden ser signos de dificultades personales.

Capítulo 3: Metodología de la investigación.

Hipótesis:

Los trastornos mentales son un tema muy candente en la sociedad moderna. Es importante comprender que estos trastornos no son simplemente “problemas de actitud” o “debilidades emocionales”; De hecho, tienen causas biológicas, psicológicas y sociales que están interconectadas de manera compleja. Biológicamente, los trastornos mentales son causados por desequilibrios químicos en el cerebro, anomalías genéticas o lesiones cerebrales. Por ejemplo, se ha descubierto que la depresión puede estar relacionada con niveles bajos de serotonina y la esquizofrenia puede estar relacionada con cambios en la estructura y función de ciertas áreas del cerebro. Estos hallazgos resaltan la importancia de los factores biológicos en la manifestación de los trastornos psiquiátricos y nos alientan a considerar tratamientos para estos trastornos, como la medicación.

Por otro lado, los factores psicológicos y personales juegan un papel decisivo en el desarrollo de los trastornos mentales. Teorías como el psicoanálisis de Freud sugieren que los conflictos inconscientes y las experiencias tempranas pueden conducir a estos trastornos. Según este punto de vista, los acontecimientos y traumas de la niñez pueden dejar profundas cicatrices que se manifiestan como trastornos mentales en la edad adulta. De manera similar, la teoría del aprendizaje postula que los trastornos son causados por patrones de conducta que se han aprendido y reforzado con el tiempo. Esto significa que los comportamientos disfuncionales observados y repetidos en el entorno pueden ser interiorizados por los individuos, contribuyendo al desarrollo de trastornos. Además, es importante tener en cuenta la influencia de factores ambientales y sociales en el desarrollo de los trastornos mentales. Los acontecimientos estresantes, los traumas, los abusos, la pobreza, la falta de apoyo social y las experiencias vitales adversas pueden aumentar significativamente el riesgo de problemas de salud mental. La exposición prolongada a situaciones estresantes y adversas puede reducir la capacidad de una persona para afrontar el estrés, aumentando la probabilidad de sufrir trastornos mentales. Además, es importante tener en cuenta la influencia de factores culturales y socioeconómicos. La cultura puede determinar la forma en que las personas perciben y afrontan los trastornos mentales, mientras que las condiciones socioeconómicas pueden limitar el acceso a los recursos y el apoyo necesarios para el tratamiento.

En conclusión, los trastornos mentales no tienen una causa única sino que son el resultado de una interacción compleja entre factores biológicos, psicológicos y sociales. Por tanto, es necesario considerar todos estos aspectos para comprender y tratar el trastorno de forma integral. El tratamiento eficaz de los trastornos mentales requiere un

enfoque multidisciplinario que incluya intervención médica, psicoterapia y apoyo social. Este enfoque integral puede mejorar significativamente la calidad de vida de las personas afectadas por trastornos mentales y promover una mejor comprensión y apoyo social para las personas con trastornos mentales.

Diseño metodológico:

La presente investigación cuenta con un enfoque cualitativo, ya que busca recopilar y analizar datos no numéricos para comprender conceptos, opiniones o experiencias, así como datos sobre experiencias vividas, emociones o comportamientos, con los significados que las personas les atribuyen. Por esta razón, los resultados se expresan en palabras (Santander Universidades, 2021). El *enfoque cualitativo* permite tener una visión amplia y no demasiado exacta de las diferentes opiniones que puede tener una persona sobre un tema en específico, buscando una conclusión en general, un término medio para dar así un resultado inclusivo con el recuento de todo.

Se utiliza el *enfoque cualitativo* porque al momento de recolectar información, guiado por el problema principal de investigación, será más apropiado el enfoque mencionado, ya que existe un espacio lo suficientemente grande como área de investigación, se pueden obtener diferentes respuestas e ideas sobre la causa. y se pueden proporcionar soluciones para completar el proyecto.

Dentro de este proceso, el nivel de una investigación puede tener diversos alcances que parten desde el nivel exploratorio, descriptivo, correlacional hasta llegar a un alcance explicativo, en dónde se busca una explicación del fenómeno que se está

investigando. Ramos Galarza, C. A. (2020), Los alcances de una investigación. CienciAmérica.

En este proyecto y de acuerdo con la problemática se aplica el *alcance descriptivo*, se espera lograr aquellos objetivos propuesto en torno a la problemática de las patologías y/o trastornos mentales y de qué manera se manifiestan por medio del arte, teniendo el conocimiento del tema, sus pro y sus contra, la afectación directa o indirecta física de las estudiantes de bachillerato. Todo por la falta muchas veces de un acompañamiento en los hogares.

En el alcance se quiere llegar a diferentes estudiantes de bachillerato, desde sexto a once, todas aquellas estudiantes que opinen y respondan las diferentes preguntas relacionadas a la problemática. Teniendo en cuenta esto se podría determinar junto a variables y objetivos, además la percepción de las estudiantes, el acompañamiento psicológico, las relaciones interpersonales, como ayuda el arte para la soltura de emociones y demás. Para así llegar a cumplir lo propuesto con los objetivos o parte de ellos, para la mejora de la problemática de los estigmas de trastornos mentales y las graves consecuencias del mal manejo de las emociones.

Entre el proyecto y los objetivos propuestos se evidencia la importancia incidencia de los trastornos mentales en las manifestaciones artísticas donde se puede dar un acompañamiento desde la psicología, teniendo en cuenta los inicios de cada trastorno, a pesar de la poca comunicación de los jóvenes y la experiencia de cada una, para la eficiencia del control de emociones en la institución.

En el *diseño no experimental* se analiza de una manera más alejada, es decir, más desde la parte de observación los procesos que se pueden ver a causa del poco acompañamiento en hogares de las estudiantes de la institución M.M.M , esto conlleva a mirar los casos posibles que se presentan dentro de las patologías y las consecuencias del mal manejo de emociones. Con este proyecto de investigación se quiere llegar a saber lo que sienten las estudiantes por medio del arte, buscando este como un escape seguro.

Por lo tanto, el *método inductivo* será el usado como punto de referencia para guiar la recolección de la información en la investigación, ya que este permite el acaparar todas las opiniones de las estudiantes interesadas, analizando cada una hasta llegar a concretar una posición en común y que de esta pueda generarse una solución que contribuya al bienestar común.

El método descriptivo es concluyente. Esto significa que recopila datos cuantificables que se pueden analizar con fines estadísticos en una población objetivo... Sin embargo, si se utiliza correctamente, puede permitir que una organización defina y mida con mayor precisión la importancia de un elemento en relación con un grupo de participantes y la población que representa. Espada Blanca (29 de abril de 2021)

Población y muestra:

Condori-Ojeda, P. "Población, elementos accesibles o unidad de análisis que pertenecen al ámbito especial donde se desarrolla el estudio. Muestra, Parte representativa de la población, con las mismas características generales de la población" (2020). En este caso la *población* son las estudiantes de educación secundaria de la institución M.M.M que comprende los años de sexto a once, donde interactúan jóvenes

entre 11 y 18 años, quienes se encuentran en la etapa de la adolescencia y la *muestra* son aquellas estudiantes interesadas en el desarrollo de sus habilidades motrices a través de las manifestaciones artísticas y su interpretación.

Entre las estudiantes, la población fue desarrollada por medio del método no probabilístico, de forma aleatoria, las cuales realizaron diferentes instrumentos propuestos, como lo son, la encuesta y la asociación, siendo esto voluntario.

Técnicas e instrumentos de recolección de información:

1. Técnica: Encuesta- Instrumento: Preguntas

Link de la encuesta.

<https://forms.gle/vRrXYT8eGWnjJzvY7>

2. Técnica: Proyectivas- Instrumento: Asociación

link de la infografía.

https://www.canva.com/design/DAGHImHFtWg/keJFtwWSjXJcDf4yjTgfYw/edit?utm_content=DAGHImHFtWg&utm_campaign=designshare&utm_medium=link2&utm_source=sharebutton

3. Técnica: Entrevista- Instrumento: Preguntas

Desde la psicología ¿Qué se entiende por “trastorno mental”?

¿De qué manera crees que los trastornos mentales pueden influir en la creación del arte y su recepción por parte del público?

¿Cuál es la relación entre los trastornos mentales y la evolución del estilo artístico del creador?

¿Cómo crees que la participación en manifestaciones artísticas puede contribuir a mejorar el bienestar emocional y la salud mental de los jóvenes?

Análisis de Resultados.

El análisis de resultados es el método donde se revisan las respuestas que dieron las estudiantes en las técnicas de recolección de información. En este caso tenemos, la encuesta, proyectivas y entrevistas.

Método 1. Encuesta

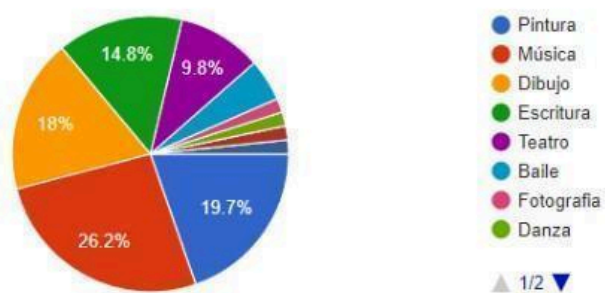
La encuesta fue respondida por las estudiantes de bachillerato, la cual fue resuelta por una muestra de 61 estudiantes.

Pregunta 1.

¿Cuál de las siguientes expresiones artísticas te gusta practicar más?

 Copiar

61 respuestas

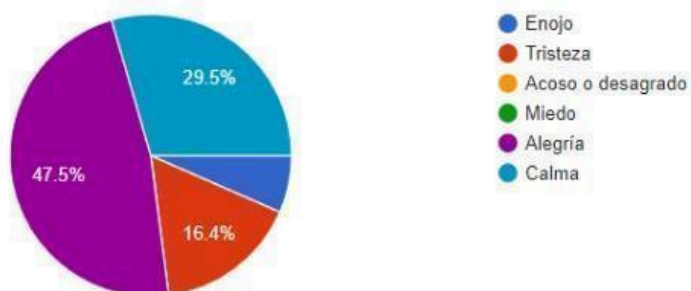


Pregunta 2.

¿Cuál de los siguientes estados de ánimos predominan en tu día a día?

 Copiar

61 respuestas

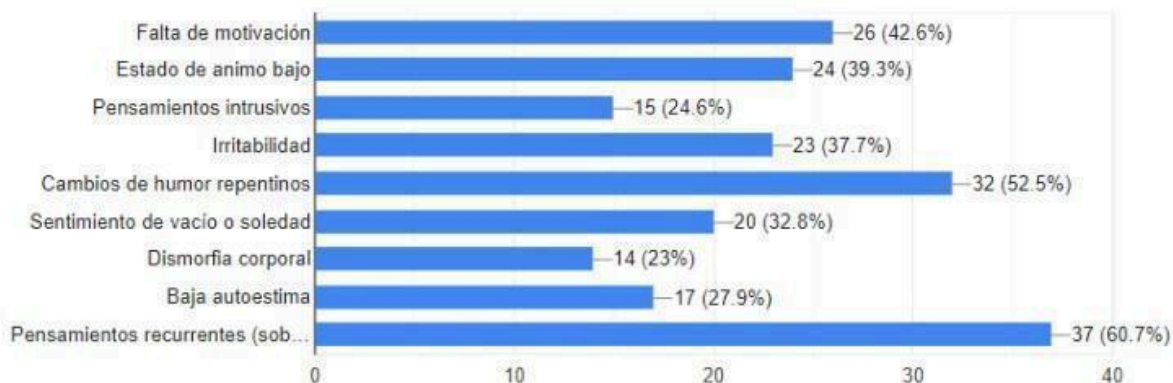


Pregunta 3.

¿En los últimos 6 meses has experimentado alguno de estos síntomas?

 Copiar

61 respuestas

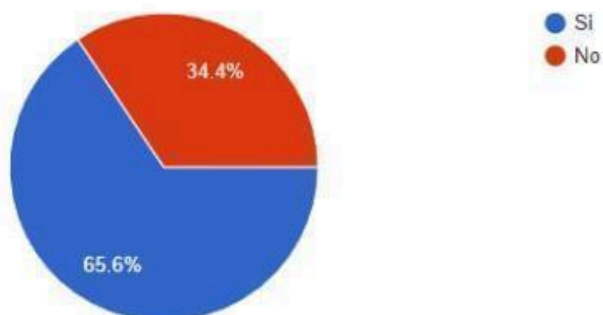


Pregunta 4.

Cuando te sientes triste, estresada, ansiosa, enojada... etc., ¿recuerdas al arte como medio de expresión o desahogo de tus sentimientos?

 Copiar

61 respuestas



Se puede analizar que las estudiantes de secundaria de la IEMMM de una u otra manera utilizan como herramienta de desahogo las manifestaciones artísticas,

mayormente la música ya que según la encuesta realizada anteriormente, esta cuenta con un 26,2%, la pintura posee un 19,7%, el dibujo posee un 18%, la escritura o poesía un 14,8%, el teatro un 9,8%, el baile un 4,9% y por último tanto la fotografía, el baile y como la danza dispone un 1,6%, esta pregunta demuestra que las estudiantes mayormente hacen uso de la pintura, el dibujo y la música, mientras que las actividades que requieren más de actividad física y ejercicio como lo son la danza y el baile son las menos utilizadas, continuando con las emociones predominantes en el día, se evidencia que la alegría cuenta con un 47,5% siendo la emoción influyente respecto a las demás, la calma cuenta con 29,5%, la tristeza posee un 16,4% y finalmente el enojo abarca un 6,6%, demostrando así que la mayoría de las estudiantes de bachillerato de la IEMMM poseen un buen estado de ánimo, influyendo de esta manera en su salud mental.

Al momento de preguntar sobre los síntomas que presentaron en los últimos 6 meses, se puede observar que se presenta una Falta de motivación en las estudiantes, ya que este posee un 42,6%, el Estado de ánimo bajo abarca un 39,3%, los Pensamientos intrusivos cuentan con un 24,6%, la Irritabilidad un 37,7%, los Cambios de humor repentinos son uno de los más frecuentes, teniendo un 52,5%, el Sentimiento de vacío o soledad un 32,8%, la Dismorfia corporal abarca un 23%, la Baja autoestima 27,9% y finalmente los Pensamientos recurrentes (sobrepensar) fueron los más comunes dominando un 60,7%, y por último se cuestiona a las estudiantes si recurren al arte como medio de expresión o desahogo de sus sentimientos y se puede identificar que un 65,6% de las estudiantes si recurren al arte, mientras que un 34,4% no, se puede observar que la mayoría de estudiantes utilizan como herramienta de desahogo las Expresiones artísticas, lo que demuestra que la "arte terapia" es un método efectivo

Método 2. Entrevista.

La entrevista es una técnica que resulta bastante útil para la investigación cualitativa, ya que se trata de una conversación propuesta con un fin determinado, por medio de preguntas previamente formuladas por el entrevistador con el fin de recopilar información esencial.

Hay distintos tipos de entrevistas, sin embargo la utilizada dentro del presente proyecto fue la entrevista estructurada, la cual sigue "al pie de la letra" un guión predefinido que está compuesto por un conjunto de preguntas estandarizadas que se repiten con cada persona con la cual se realice la entrevista.

Las entrevistas fueron aplicadas a la docente de Diseño Gráfico, Ética y Valores del grado 11 y Educación religiosa del grado sexto de la I.E.M.M.M y enfermera profesional Ana María Cuartas Hernández, y a la psicóloga de Entorno Protector de la Institución Alejandra.

A continuación se describen sus respuestas ante las preguntas aplicadas:

La docente Ana María Cuartas respondió:

- ¿Qué se entiende por trastorno mental?

"Se puede entender por una deficiencia, se puede entender por una enfermedad que sea degenerativa o que se adquiriera con el pasar de los tiempos o por alguna situación traumática".

- ¿De qué manera crees que los trastornos mentales pueden influir en la creación del arte y su recepción por parte del público?

"Pues como tal, muchos de los artistas más grandes de todos los tiempos han tenido algún tipo de trastorno, sea una depresión, sea una demencia, o incluso simplemente una degeneración de la mente, y pienso que el arte muchas veces es una forma de impactar o de transmitir esos desórdenes mentales con los cuales muchas personas pueden llegar a sentirse incluso identificados"

- Cuál es la relación entre los trastornos mentales y la evolución del estilo artístico del creador?

"En muchas ocasiones, se puede ver un desarrollo muy interesante, y puede ser un poco más atractivo para algún tipo de público, o simplemente se puede ver la degeneración de la mente en el transcurrir del tiempo".

- ¿Cómo crees que la participación en manifestaciones artísticas puede contribuir a mejorar el bienestar emocional y la salud mental de los jóvenes?

"Si usted tiene cómo plasmar lo que usted siente, lo que usted piensa, lo que muchas veces a usted le ha negado la sociedad o determinadas personas para poder expresarse, si usted lo puede plasmar, sea en una pared, sea en un cuadro, en un lienzo, eso le ayuda a hacer 'catarsis' "

La psicóloga Alejandra respondió:

- ¿Qué se entiende por trastorno mental?

"Por trastorno mental se entiende como unas afecciones que tiene el individuo que afectan el comportamiento, el pensamiento y su estilo de vida en general"

- ¿De qué manera crees que los trastornos mentales pueden influir en la creación del arte y su recepción por parte del público?

"El arte es una manera de que el individuo que tiene un trastorno mental pueda expresar su sentimiento. Esto va muy ligado dependiendo al tipo de arte en el cual él pueda hacer esa expresión".

-Cuál es la relación entre los trastornos mentales y la evolución del estilo artístico del creador?

" Me parece que es una manera 'bien' porque ya se ha dado una expresión de lo que esa persona que tiene una afección de un trastorno mental pueda expresar y dar a comunicar con el otro: cuál es su sentimiento, cuál es su pensamiento... y esto debe ser bien visto por la sociedad".

- ¿Cómo crees que la participación en manifestaciones artísticas puede contribuir a mejorar el bienestar emocional y la salud mental de los jóvenes?

"Me parece muy importante que se dé esta manifestación por medio del arte, ya que muchas personas son poco escuchadas o no se pueden expresar de una forma adecuada, y hacerlo por medio del arte les permite expresar esos sentimientos, esas emociones que están represadas y que de alguna u otra manera están inmovilizando su conducta".

Con respecto a la pregunta "¿Qué se entiende por trastorno mental?"

Se puede notar que ambas respuestas coinciden en afirmar que, cuando se habla de un "trastorno mental" se está haciendo referencia a una condición que afecta o

degenera la salud mental de un individuo. Por otro lado una llamó al trastorno mental "enfermedad" y otra como una "afección". También mencionaron cuáles pueden ser algunas de las causas del desarrollo de estos trastornos (si se adquiere en un determinado momento de la vida del individuo) y en qué ámbitos de la vida del individuo puede afectarle.

Con respecto a la pregunta: "¿De qué manera crees que los trastornos mentales pueden influir en la creación del arte y su recepción por parte del público?" Se encuentra que las personas que poseen algún tipo de trastorno mental son bastante propensas a tomar al arte como un medio de expresión de su situación interna y mental.

Con respecto a la pregunta: "¿Cuál es la relación entre los trastornos mentales y la evolución del estilo artístico del creador?"

Notamos que la docente fue quien respondió con mayor claridad ante esta pregunta, argumentando que, el desarrollo de estos trastornos mentales en artistas abren paso a una evolución "interesante" de su estilo artístico, puesto que generalmente plasmará lo que lleva en su interior y lo que siente, lo cual está guiado por su estado mental.

Con respecto a la pregunta "¿Cómo crees que la participación en manifestaciones artísticas puede contribuir a mejorar el bienestar emocional y la salud mental de los

jóvenes?" Ambas coincidieron en que realmente ven al arte como un medio de expresión positivo para las personas que padecen algún tipo de trastorno mental, en este caso los jóvenes, pues esto les ayuda a regular y hasta aliviar su condición mental.

Método 3. Proyecciones.

Se implementó una de las técnicas proyectivas llamada “asociación”, la cual consiste en presentar un estímulo a varias personas de la muestra que se desea investigar y por medio de este se le pide que responda una pregunta en donde su respuesta sea inmediata, ya que esto permite comprender que tanto asocia el estímulo con la pregunta y sus conocimientos.

Para ejecutar esta técnica se realizó una Infografía compuesta por imágenes relacionadas al tema investigado "los trastornos mentales y las manifestaciones artísticas", consiguiente a esto se le solicitó a un conjunto de personas de nuestra muestra palabras claves asociadas a esto.

Las palabras recolectadas fueron: pintura, dibujo, traumas, infancia, terapia, creatividad, depresión, vacío, melancolía, emociones, poesía, métodos de desahogo, sufrimiento, dolor emocional, sanación, libertad, tristeza, baja autoestima, estado crítico, salud, bipolaridad, salud mental, ansiedad, sentimientos, angustias, obsesiones y delirios.

Sin embargo las palabras más frecuentes fueron: traumas, salud mental y tristeza.

Esta técnica permite conocer a profundidad la muestra a trabajar, demostrando que aún hay desinformación al respecto, ya que los trastornos mentales son más que sentir tristeza o melancolía, sin embargo va muy de la mano con la salud mental, la cual en muchas ocasiones se ve afectada por los traumas causados ya sea en la infancia o adolescencia, repercutiendo así en una vida adulta, en donde frecuentemente no sanan completamente sus traumas, influyendo así en la toma de decisiones.

Los datos recolectados indican que se le debe dar más visualización a los trastornos mentales, con el fin de que las personas que sufren de estos mismos puedan hablar tranquilamente respecto a sus experiencias, sin ser juzgados o muchas veces tratados como “enfermos o raros” minimizando sus sentimientos y en repetidas ocasiones se suele pensar que lo hacen simplemente por llamar la atención, no obstante, hay muchos factores, tanto psicológicos como físicos que generan los trastornos mentales.

Capítulo 4. Informe final

Propuesta.

El Ebook titulado "Trastornarte" surge como una iniciativa para brindar a las estudiantes de bachillerato un espacio seguro y creativo donde puedan expresar y compartir sus emociones a través del arte. Este espacio no solo les permite liberar tensiones internas, sino también canalizar sus sentimientos de una manera constructiva y empoderadora.

El arte, en sus diversas formas, ha sido reconocido como una herramienta poderosa para la expresión emocional, especialmente en adolescentes que a menudo enfrentan desafíos

emocionales y psicológicos propios de su etapa de desarrollo. En "Trastornarte", se invita a las estudiantes a plasmar sus sentimientos y experiencias personales, que en muchos casos están relacionados con trastornos mentales como la ansiedad y la depresión.

La creación de este Ebook tiene varios objetivos importantes. Primero, busca sensibilizar y concienciar sobre la importancia de reconocer y tratar la salud mental desde temprana edad. Al permitir que las estudiantes compartan sus obras, se genera un ambiente de comprensión y empatía, donde las emociones de cada una son validadas y comprendidas por sus pares.

Además, "Trastornarte" funciona como un reflejo de la realidad emocional que viven muchas jóvenes, sirviendo como un recordatorio de que no están solas en sus luchas internas. La visibilidad de estas obras no solo ayuda a quienes las crean, sino también a quienes las leen, ya que pueden encontrar en ellas un espejo de sus propios sentimientos o descubrir nuevas formas de gestionar sus emociones.

Este proyecto, al integrar la tecnología con el arte y la salud mental, también facilita el acceso a estas manifestaciones artísticas a un público más amplio, tanto dentro como fuera de la institución. De esta manera, el Ebook no solo es una plataforma para la expresión personal, sino también un recurso educativo y de sensibilización para toda la comunidad.

Finalmente, "Trastornarte" representa un testimonio colectivo de las experiencias vividas por las estudiantes, y ofrece una valiosa oportunidad para que tanto ellas como el entorno educativo reflexionen sobre la importancia del cuidado emocional y la manera en que el arte puede ser una herramienta terapéutica y transformadora.

Resultados.

Trastornos mentales: Entrar a secundaria es una de las etapas más complejas que puede experimentar un estudiante, tanto por su crecimiento físico, como por su crecimiento

mental y personal, en esta etapa se encuentran muchas cosas, nuevos prospectos, nuevos gustos, ocupaciones y demás.

El o la adolescente puede volverse agresivo/a, rebelde, aislado/a e inestable.

- Experimentan cambios en los estados de ánimo, de repente sienten depresiones o rabia y luego felicidad.
- Crece la necesidad de sentirse admirado y valorado en los grupos a los cuales pertenecen.
- Empiezan a cuestionar las órdenes de sus padres, buscan libertad e independencia para escoger a sus amigos, amigas o pareja.
- Se sienten presionados a tomar decisiones con las que no están de acuerdo.
- Empiezan a sentir atracción erótico-afectiva por otras personas y a tener “amores platónicos”.

Todos estos cambios físicos y emocionales son normales, si tenemos en cuenta que están expuestos a fuertes cambios hormonales que los hacen sentir en crisis con el mundo. (Profamilia)

Se puede concluir que por sus nuevas etapas, experimentan varios conflictos, tales como, los constantes cambios de humor y emociones que se tienen en las diferentes edades y etapas.

Manifestaciones artísticas: Manifestaciones artísticas:

Normalmente por el aprendizaje que se está obteniendo, de cierto modo no hay una buena soltura de todos los sentimientos, sin embargo, por la época en la que se encuentra la actual juventud y las nuevas tecnologías, las estudiantes, han buscado miles de métodos para soltar todo esto de manera sana, una de estas maneras es el arteterapia, donde encuentran un lugar seguro lleno de paz y tranquilidad, con el fin de soltar aquellos problemas que se experimentan, teniendo en cuenta de que este mismo ayuda al desarrollo de la persona, colocando en juego factores como lo

son la expresión, comunicación y principalmente desahogo, ya que la misma permite crear un lugar seguro donde solo se encuentran las estudiantes y su manifestación, funcionando como renovación o reconstrucción, ya que la población que se desea estudiar expresa que son una sola con el arte, ya que este permite descubrir y explorar sus sentimientos y emociones de una forma asertiva, debido a que es mejor que usen el arte, quien no motiva a la autolesión, a hacer uso de las redes sociales o elementos cortopunzantes que alteren su salud tanto física como mental.

Un factor clave para intentar descubrir la raíz de los trastornos mentales es la etapa de la adolescencia ya que las jóvenes presentan cambios tanto físicos como psicológicos, donde en muchas ocasiones se observa un desbalance hormonal, provocado a veces por estrés y las estudiantes en repetidas ocasiones no cuentan con las herramientas necesarias para afrontar estas problemática, a lo que recurren a técnicas dañinas perjudiciales para si mismas, creando así un ambiente dañino.

Si bien realizan estas actividades para un desarrollo sano de su salud mental, es importante realizar un acompañamiento de expertos para mejor soltura de todo esto y un buen análisis de su arte, con la finalidad de encontrar algún padecimiento psicológico concurrente de las edades.

Conclusiones.

Se puede evidenciar que las estudiantes de la Institución Educativa Madre María Mazzarello hacen uso de recursos como lo son la “arte terapia”, la cual es una ayuda significativa para individuos que poseen ciertas dificultades sociales o personales, trastornos o problemas mentales, debido a que por medio de manifestaciones artísticas, como lo son la danza, el teatro, canto, pintura, escritura... entre otros, brindan libertad de pensamiento y creatividad lo que permite que las estudiantes plasmen sus sentimientos, pensamientos o emociones con total seguridad, en el caso de la pintura o escultura las perspectivas del espectador varían según su

sentir, es decir que una misma obra puede tener varios significados para cada persona, proporcionando así cierta incógnita.

El principal beneficio de “la arte terapia” es que no necesariamente se deben obtener resultados u obras que encajen el concepto de belleza planteado por la sociedad, debido a que la belleza en el arte es relativa, ofreciendo así total libertad, con el fin de soltar aquellos pensamientos intrusivos o negativos

Esta técnica es usada principalmente por personas que de alguna manera no han tenido formación en el manejo de emociones o se le dificulta la misma, adicionalmente hay casos donde las adolescentes no se sienten cómodas expresando sus sentimientos, creando así bloqueos emocionales o al momento de solución conflictos ya sea consigo misma o con otro individuo no se tomarán decisiones asertivas ya que como se mencionó anteriormente no cuentan con la capacidad de expresión, mejorando por medio de la misma: la comunicación, socialización y el autoconocimiento.

Adicionalmente al momento de dialogar con algunas estudiantes pertenecientes a la población de estudio, se pudo concluir que se le debe dar mayor visibilidad a esta técnica debido a que puede contribuir a la mejora y crecimiento personal de las estudiantes, ya que es un medio de desahogo y transmisor de sentimientos y pensamientos, ayudando a manejar sus emociones y problemas de una mejor manera en dado caso que el individuo no requiera ayuda psicológica.

Cabe recalcar que no a todas las personas les funciona la “arte terapia” debido a que esta va más arraigada a los gustos y preferencias de cada persona ya que se puede observar que hay estudiantes que prefieren realizar otras actividades, sin embargo, nunca es tarde para intentar implementarla y observar su funcionalidad en la vida de cada individuo.

Objetivos específicos.

Exploratorio:

Se puede evidenciar que las manifestaciones artísticas poseen cierta influencia en la mejora y superación de los trastornos mentales como la depresión y ansiedad, dado que funciona como medio de desahogo y tiene la capacidad de transmitir tanto emociones como pensamientos, brindando de esta manera tranquilidad y calma, ya que el arte da total libertad a la hora de realizar obras, permitiendo así dejar volar la imaginación y pensamientos del individuo que la ejerce, adicionalmente es posible observar que la mayoría de estudiantes que practican esta técnica la usan cuando sienten emociones intensas, ya sea felicidad, enojo o melancolía, sin embargo, recurren a la misma generalmente cuando están tristes o se sienten solas.

Metodológico:

El arte es muy subjetivo dependiendo de los sentimientos que esté plasmando la estudiante dentro de este y quizá en muchas ocasiones puede ocurrir algo más allá que un simple arte, por esto es supremamente importante tener en cuenta de qué manera se relaciona todo lo que se siente con lo que realizamos para soltar lo malo y hasta lo bueno. Por esta razón se toma como primordial unas charlas y talleres en torno al conocimiento de esta relación existente, acompañado de los diferentes expertos.

Propositivo:

La propuesta logra desarrollar y cumplir el tercer objetivo específico del proyecto, el cual se trata de establecer una "red de apoyo" conformada por estudiantes de la Institución, que deseen utilizar el arte como estrategia para comunicar sus emociones y estado mental. Esto es evidenciado en la manera en que varias de las estudiantes mostraron su arte, y se encontraron con obras o manifestaciones artísticas de otras compañeras, para las cuales también el arte juega un papel muy importante dentro de sus vidas y el bienestar de las mismas.

Esta red de apoyo está establecida virtualmente, para que toda la que desee pueda compartir sus creaciones artísticas allí, colgar algún tipo de reflexión o presentar el significado de ellas, y ver las de otras estudiantes. Esto fomenta el arte terapia como una buena alternativa para el tratamiento de trastornos mentales, como la ansiedad y la depresión, siendo los más comunes dentro de la población estudiada.

Anexos.

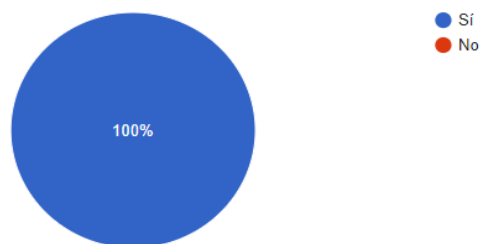
Producto:

<https://my.visme.co/view/x409xmq0-transtornarte#s1>.

A partir del desenlace de los objetivos y el producto, se creó una encuesta como parte de una retroalimentación de lo visto por parte de las estudiantes, de qué manera la arteterapia contribuye a la fluidez de toda emoción.

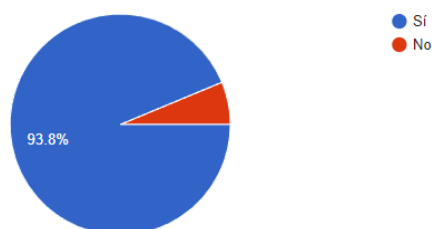
¿Consideras que el arte es un método efectivo para el manejo de tus emociones?

16 respuestas



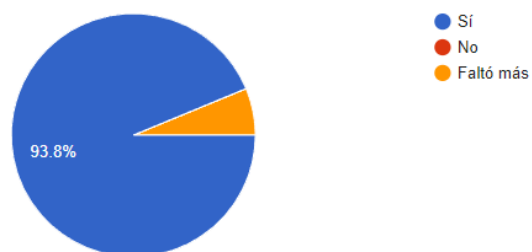
¿En alguna ocasión recomendaste la arte terapia como herramienta para el manejo efectivo de pensamientos y emociones?

16 respuestas



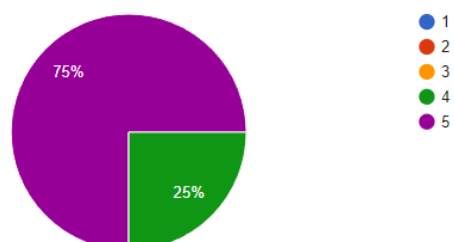
¿El producto empleado te permitió conocer y comprender la estrecha relación que existe entre el arte y los trastornos mentales?

16 respuestas



Del 1 al 5, ¿Cómo te pareció la calidad de este producto? Siendo 1 muy malo y 5 muy bueno

16 respuestas



Referencias.

- Uribe Aramburo, N. I., (2022). Análisis del cambio psicológico en jóvenes de un grupo artístico de Medellín-Colombia. *Revista Virtual Universidad Católica del Norte*, (65), 200-234.
<https://doi.org/10.35575/rvucn.n65a8>

Moraleda Ruano, A., & Martínez Cabezón, A. C. (2019, mayo). Dimensión afectiva de personas con Trastorno Mental Grave a través de la formación artística. Arte-terapia: "Proyecto E-Motion". *EDUPSYKHÉ. REVISTA DE PSICOLOGÍA Y EDUCACIÓN*, 16(1).

https://www.researchgate.net/publication/365678780_Dimension_afectiva_de_personas_con_Trastorno_Mental_Grave_a_traves_de_la_formacion_artistica_Arte-terapia_Proyecto_o_E-Motion.

Torres De Galvis, Y., & Castaño Pérez, G. (2019). *Estudio de Salud Mental*.

[https://repository.ces.edu.co/bitstream/handle/10946/5131/Salud Mental Medellin 2019 - CES.pdf?sequence](https://repository.ces.edu.co/bitstream/handle/10946/5131/Salud_Mental_Medellin_2019_-_CES.pdf?sequence).

Campodónico, N. (2023, marzo 21). Lecturas sobre la anorexia desde el psicoanálisis: una revisión sistemática. *Revista Mexicana de Trastornos Alimentarios*, 13(2).

<https://www.scielo.org.mx/pdf/rmta/v13n2/2007-1523-rmta-13-02-187.pdf>.

Mayo Clinic. (2023, diciembre 13). *Enfermedad Mental*. Mayo Clinic.

<https://www.mayoclinic.org/es/diseases-conditions/mental-illness/symptoms-causes/syc-20374968>.

Profamilia. "Adolescencia y pubertad." *Profamilia*,

<https://profamilia.org.co/aprende/cuerpo-sexualidad/adolescencia-y-pubertad/>. Accessed 21 August 2024.