

**UNIVERSIDAD DE EL SALVADOR
FACULTAD DE CIENCIAS Y HUMANIDADES
ESCUELA DE ARTES**



TITULO

**ARTE Y TERAPIA COMO HERRAMIENTA DE SALUD MENTAL EN LA
COMUNIDAD UNIVERSITARIA DE LA UNIVERSIDAD DE EL SALVADOR
SEDE CENTRAL, SAN SALVADOR, EL SALVADOR 2024.**

PRESENTADO POR:

EDGAR ALEXANDER ELENA COREAS

CARNET

EC98003

**INFORME FINAL DEL CURSO DE ESPECIALIZACIÓN PARA OPTAR AL
GRADO DE LICENCIADO EN ARTES PLÁSTICAS OPCIÓN PINTURA**

DOCENTE DEL CURSO DE ESPECIALIZACIÓN

MAESTRA XENIA MARÍA PÉREZ OLIVA

COORDINADOR GENERAL DE PROCESOS DE GRADUACIÓN

LICENCIADO MIGUEL ANGEL MIRA MIRA

**CIUDAD UNIVERSITARIA, "DR. FABIO CASTILLO FIGUEROA", SAN SALVADOR, CENTRO 21
DE AGOSTO, 2024**

AUTORIDADES UNIVERSIDAD DE EL SALVADOR

MAESTRO JUAN ROSA QUINTANILLA QUINTANILLA
RECTOR

DOCTORA EVELYN BEATRIZ FARFÁN
VICERRECTOR ACADÉMICO

MAESTRO ROGER ARMANDO ARIAS ALVARADO
VICERRECTOR ADMINISTRATIVO

LICENCIADO PEDRO ROSALÍO ESCOBAR CASTANEDA
SECRETARIO GENERAL

LICENCIADO CARLOS AMILCAR SERRANO RIVERA
FISCAL GENERAL

LICDA. ANA RUTH AVELAR VALLADARES
DEFENSORA DE LOS DERECHOS UNIVERSITARIOS

AUTORIDADES FACULTAD DE CIENCIAS Y HUMANIDADES

MAESTRO JULIO CÉSAR GRANDE RIVERA
DECANO

MAESTRA MARÍA BLAS CRUZ JURADO
VICEDECANA

MAESTRA NATIVIDAD DE LA MERCEDES TESHÉ PADILLA
SECRETARIO

MAESTRA SANDRA LORENA BENAVIDES DE SERRANO
DIRECTORA DE LA ESCUELA DE POSGRADO

AUTORIDADES DE LA ESCUELA DE ARTES

DIRECTOR ESCUELA DE ARTES

LIC. MIGUEL ÁNGEL MIRA MIRA

COORDINADOR DE PROCESOS DE GRADUACIÓN

LIC. LUIS EDUARDO GALDÁMEZ CONTRERAS

DOCENTE DIRECTORA

MAESTRA XENIA MARÍA PÉREZ OLIVA

AGRADECIMIENTOS

Agradezco a la gran escuela de mi vida, mi alma mater a los docentes que plasmaron en mis los conocimientos a mi asesora Maestra Xenia y un especial agradecimiento a Dra. Yesenia Beatriz Martínez, jefa de Bienestar Universitario su apoyo incondicional en mi proyecto, gracias totales.

A mi padre por el apoyo y pieza clave en mi persona (el incondicional) que estuvo en las buenas y malas.

A mis amigos mis camaradas, Alex, Borro, William, Ricardo y Licda. Yanet de León.

Trabajo de grado presentado por:

Edgar Alexander Elena Coreas, Escuela de Artes, Facultad de Ciencias y Humanidades, Universidad de El Salvador.

Contenido

RESUMEN.....	7
INTRODUCCIÓN.....	9
1. CONTEXTO GENERAL DEL PROYECTO.....	10
1.1 BREVE DESCRIPCIÓN DEL PROYECTO	10
1.2 PROBLEMÁTICA Y ANTECEDENTES.....	10
2.1.1. Reglamento General de la Ley Orgánica de la Universidad de El Salvador.	14
2.1.2. Funciones de la Unidad.....	15
2.1.3 Programas o servicio que brinda a la población.....	15
2. OBJETIVOS.....	17
2.1 OBJETIVO GENERAL.....	17
2.2 OBJETIVOS ESPECÍFICOS.....	17
3. CONTENIDO GENERAL.....	18
3.1 FUNDAMENTACIÓN.....	18
3.2 DESAFIOS Y ESTRATEGIAS DE LA GESTIÓN ARTISTICA CULTURAL	23
3.2.1 Puntos positivos.....	23
3.2.2 Limitantes.....	24
3.2.3 Estrategias creativas implementadas y adecuaciones en la ejecución del proyecto.....	24
4. EJECUCIÓN DEL PROYECTO	25
4.1 ACTIVIDADES REALIZADAS.....	25
4.2. EVALUACIÓN DE RESULTADOS.....	35
V. CONCLUSIONES Y CONTINUIDAD DEL PROYECTO.....	36
5.1 CONTINUIDAD DEL PROYECTO.....	37
VI. RECOMENDACIONES.....	38
FUENTES DE INFORMACION.....	39

RESUMEN

En la presente investigación de trabajo de grado, se observan las diferentes estrategias que se pueden aplicar en el plan de estudio de la carrera de la Licenciatura en Artes plásticas, opción diseño gráfico, Escuela de artes, Facultad de Ciencias y humanidades, Universidad de El Salvador para poder incorporar el enfoque del diseño universal, con la idea de que los futuros profesionales del Diseño gráfico puedan desarrollar sus trabajos teniendo en cuenta la accesibilidad de todos. Así como conocer el contexto actual de la inclusión social en el país, en especial en la educación superior y con ello poder determinar las diferentes alternativas para poder desempeñar los docentes para el desarrollo de sus clases y en la enseñanza misma y poder recabar la información necesario para conocer cada detalle se realizó una etapa de entrevistas a diseñadores curriculares, docentes de la Escuela de artes, estudiantes y profesionales en el diseño gráfico para poder recabar experiencias e información de diferentes contexto para poder idear aportes para el plan de estudio.

Palabra clave: arte terapia, salud mental, salud emocional; psicoterapia

ABSTRACT

In this thesis research, the different strategies that can be applied in the curriculum of the Bachelor of Fine Arts, Graphic Design Option, School of Arts, Faculty of Sciences and Humanities, University of El Salvador are observed in order to incorporate the universal design approach, with the idea that future Graphic Design professionals can develop their work taking into account the accessibility of all. As well as knowing the current context of social inclusion in the country, especially in higher education, and thereby being able to determine the different alternatives for teachers to perform in the development of their classes and in teaching itself and to be able to gather the necessary information to know every detail. A stage of interviews was carried out with curriculum designers, teachers from the School of Arts, students, and professionals in Graphic Design in order to gather experiences and information from different contexts to be able to devise contributions to the study plan.

Keywords: art therapy, mental health, emotional health; psychotherapy

INTRODUCCIÓN

En la actualidad, las técnicas de expresión artística se están desarrollando con la posibilidad de usarse como herramienta terapéutica profesional, valorando la difusión de esta expresión al experimentar el poder terapéutico detrás del arte, como una herramienta de crecimiento y descubrimiento personal, como un potencial sanador aplicando el arte terapia.

Arte Terapia según la Asociación Chilena de Arte Terapia¹ es una especialización profesional que utiliza la expresión plástica como medio de comunicación, para explorar y elaborar el mundo interno de los pacientes en el proceso psicoterapéutico, con fines educativos y de desarrollo personal.

El presente proyecto que tiene como nombre: Arte y terapia como herramienta de salud mental en la comunidad universitaria de la Universidad de El Salvador Sede Central, San Salvador, El Salvador 2024, fue dirigido a la población estudiantil de la comunidad universitaria, de la Universidad de El Salvador, campus central, en edades de 17 a 30 años.

Tomando en cuenta a estudiantes que han presentado algún perfil de ansiedad, estrés, y que se han abocado a Bienestar Universitario en busca de apoyo, para enfrentar dificultades de salud mental; se pretendió desarrollar técnicas de arte terapia que contribuyan a disminuir los problemas de ansiedad y estrés a través del arte.

Este informe de resultados presenta: una descripción del proyecto, problemática y antecedentes, luego la fundamentación respectiva y el detalle de los objetivos, las actividades realizadas, las dificultades y las facilidades del proyecto, así como también, el modelo de gestión utilizado y como ha funcionado; las estrategias creativas que se han utilizado y las adecuaciones realizadas, para luego explicar los resultados alcanzados. Finalmente, se explican las conclusiones a las que se ha llegado en el referido proyecto y las recomendaciones vinculadas.

¹ ASOCIACIÓN CHILENA DE ARTE TERAPIA, (en línea) <http://arteterapia-chile.blogspot.com>

1. CONTEXTO GENERAL DEL PROYECTO

1.1 BREVE DESCRIPCIÓN DEL PROYECTO

El proyecto tiene como nombre: Arte y terapia como herramienta de salud mental en la comunidad universitaria de la Universidad de El Salvador sede central, San Salvador centro, El Salvador 2024, está dirigido a la población estudiantil de la comunidad universitaria, de la Universidad de El Salvador, campus central, en edades de 17 a 30 años, que han presentado algún perfil de ansiedad, estrés, y que se han abocado a Bienestar universitario en busca de apoyo. Para enfrentar dificultades de salud mental, se pretende desarrollar técnicas de arte terapia que contribuyan a disminuir los problemas de ansiedad y estrés, a través del arte.

Se trabajo en tres facultades que, de acuerdo con los estadísticos de la Unidad de bienestar universitario, poseen mayor demanda de este apoyo: Medicina, Ingeniería y Arquitectura y Ciencias y humanidades.

Se aclara que, al ser atención relativa a salud mental de las personas y el respeto a su privacidad, no se mencionaran nombres de pacientes o individuos particulares. asimismo, se solicitó los permisos respectivos como el consentimiento Informado, a fin de poder usar la información que interese al proyecto de forma ética y respetuosa.

1.2 PROBLEMÁTICA Y ANTECEDENTES.

A continuación, se describe el proyecto el arte terapia como herramienta de salud mental en la comunidad universitaria de la Universidad de El Salvador sede central, San Salvador, El Salvador 2024, el cual se realizará en 8 sesiones de trabajo encocadas a la salud mental, con una técnica artística, que se realizará con un equipo interdisciplinarios, dirigido a estudiantes universitarios, en el período de seis semanas, realizándose en los meses de junio y julio del año 2024. Con la finalidad de contribuir al fortalecimiento de la salud mental de los participantes.

Las problemáticas identificadas en Bienestar Universitario, referentes a la salud mental y base de este proyecto fueron:

1. Recurrencia en cuadros con diagnósticos de ansiedad, depresión y baja autoestima de los pacientes, evidenciando la necesidad de atender la salud mental.
2. La falta de iniciativas o proyectos alternativos para tratar dichos diagnósticos en Bienestar Universitario.
3. La falta de estrategias vinculadas al arte que puedan aportar a la mejora de la salud mental en el campus universitario.

Las consecuencias inmediatas de no atender estas necesidades, además de aumentar los diagnósticos de problemas de salud mental, se pueden mencionar: la deserción Universitaria, el bajo rendimiento académico, el desinterés por seguir una atención especializada; lo que, en un término extremo puede orillar al suicidio.

Es imperiosa la necesidad de aplicar células de apoyo para la salud mental en estas tres facultades y en estas células una de las aristas es el arte terapia el cual es importante para sanar el manejo inadecuado de la ansiedad, la depresión, baja autoestima, depresión, porque el arte terapia ayuda a sanar, a relajarte, al autoconocimiento, a encontrarse a sí mismo y al control de las emociones como tal.

En cuanto a los antecedentes, la Universidad de El Salvador fue fundada el 16 de febrero de 1841 por medio de un decreto emitido por la Asamblea Constituyente, que recién se había instalado, y suscrito por el diputado presidencial Juan José Guzmán y los diputados secretarios Leocadio Romero y Manuel Barberena. La orden de ejecución fue promulgada por Juan Nepomuceno Fernández Lindo y Zelaya, quien gobernó el país en su carácter de jefe provisorio de Estado del 7 de enero de 1841 al 1 de febrero de 1842.

La ejecución del decreto de fundación corrió a cargo del jefe de sección encargado del Ministerio de Relaciones y Gobernación, quien dispuso su impresión, publicación y circulación.

La Universidad de El Salvador, inició sus actividades hasta 1843 impartiendo matemáticas puras, lógica, moral, metafísica y física general.

En 1880, se subdividió en facultades, algunas de las cuales desaparecieron tiempo después, mientras que otras nuevas fueron creadas. El artículo 61 de la Constitución de la República de El Salvador de 1983 establece que la Universidad de El Salvador “goza de autonomía en el aspecto docente, administrativo y económico”. (web.ues.edu.sv/historia).

La Constitución también establece la obligación del Estado de “asignar anualmente una partida de su presupuesto para asegurar y acrecentar el patrimonio” de ésta. El funcionamiento de los órganos de gobierno de la institución está previsto en la Ley Orgánica de la Universidad de El Salvador, aprobada mediante Decreto Legislativo No. 597, del 29 de abril de 1999, publicado en el Diario Oficial No. 96, Tomo No. 343, del 25 de mayo de 1999. La Rectoría es la máxima autoridad ejecutiva de esta Universidad pública y tiene a su cargo ejecutar y hacer cumplir las resoluciones de la Asamblea General Universitaria y del Consejo Superior Universitario.

Actualmente la Universidad de El Salvador cuenta con aproximadamente una población de 55 mil estudiantes distribuidos en el campus central y las Facultades Multidisciplinarias.

La Universidad de El Salvador, de acuerdo con su estructura se rige por la Asamblea General Universitaria, Auditoría externa, Fiscalía, Defensoría de los derechos Universitario y Auditoría interna. Trabaja de la mano con: Secretaría general, Impresiones y reproducciones, Archivo general de rectoría y las Vicerrectorías académica y administrativa. La Vicerrectoría académica, en particular, tiene bajo su dependencia, la Secretaría de asuntos académicos, además de Administración académica central, Unidad de nuevo ingreso, Gestión de sistemas informáticos y tecnologías, Centro de cómputo central, Desarrollo Informático, Secretaría de arte y cultura, Secretaría de vida estudiantil, Inserción vida universitaria, Complejo deportivo, Bienestar universitario, Secretaria de docencia, Educación a distancia,

Unidad curricular, Instituto de formación y recursos pedagógicos, Editorial, Imprenta, Librería y Biblioteca central.

Por otra parte, la Universidad, cuenta con doce facultades, de las cuales nueve pertenecen al campus central y el resto a las multidisciplinarias: Facultad de Jurisprudencia y ciencias sociales, Ciencias económicas, Ciencias y humanidades, Ciencias naturales y matemáticas, Ingeniería y Arquitectura, Ciencias agronómicas, Química y Farmacia, Odontología, Medicina. Y tres facultades multidisciplinarias; Oriental, Occidente y Paracentral.

Asimismo, la institución en el campo investigativo posee la Secretaría de investigación y posgrado, que tiene bajo su dependencia al Centro de investigación Científica, los Posgrados de cada facultad, Unidad de medio ambiente, Instituto de ciencias del mar y limnología, vulcanología, Ciencias de la tierra, Consejo de becas Externas, Instituto de estudios historia y antropología; y el Centro de estudios de la Universidad de El Salvador. Finalmente, unidades como Secretaría de proyección social, Bolsa de trabajo. Secretaria de planificación, Comisión técnica de evaluación, Desarrollo físico, Mantenimiento. Centro de estudios de género, Secretaría de comunicaciones, Radio universitaria, El Universitario, Unidad de acceso a la información, Secretaría de relaciones nacionales e internacionales, Unidad financiera institucional, Unidad de estudios socioeconómicos y Gerencia general, son parte de la estructura universitaria.

De entre todas estas unidades, Bienestar universitario es la de mayor interés para este proyecto.

El actual Centro de salud universitario se inició como clínica de Bienestar estudiantil en 1964. Sus actividades estaban dirigidas a la atención curativa, en especial a los estudiantes, pero también atendía al trabajador universitario.

En 1973, inicia labores en la Universidad Nacional, donde la clínica de bienestar universitario comenzó a funcionar con su misma filosofía médica: Medicina curativa de la demanda espontánea, en el ala sur de la Facultad de Medicina.

Hacia 1978, se había formado la clínica de Bienestar universitario que atendía a la población universitaria. Se contaba en ese momento con dos médicos generales, un gastroenterólogo, un gineco-obstetra, un psicólogo, una secretaria, una enfermera graduada de la escuela de enfermería y una persona de servicios generales.

Actualmente, Bienestar universitario está entrando en una nueva era, donde integrará en su praxis un trabajo interdisciplinario y transdisciplinario, desde un enfoque biopsicosocial, dirigido específicamente a la comunidad universitaria y con el proyecto del arte terapia como herramienta de la salud mental, que se propone en esta iniciativa, se iniciará con un esfuerzo mayor con un público meta en tres facultades.

La unidad de Bienestar universitario tiene su base legal en las Leyes y reglamento que rigen a la Universidad de El Salvador. La actual gestión está bajo la dirección del Msc. Ing. Agr. Juan Rosa Quintanilla, como rector, establece en el Plan de desarrollo gestión 2023 - 2027; Área de gestión AG-4 "Universidad saludable", programa de trabajo 13 "Gestión integral de servicios" presenta las líneas de acción inherentes a la Unidad de Bienestar universitario.

Ley Orgánica UES Art. 39: "La Universidad proporcionará a los estudiantes que lo necesiten, los servicios indispensables de bienestar, recreación, deporte y asistencia social

2.1.1. Reglamento General de la Ley Orgánica de la Universidad de El Salvador.

Art. 16: Además de los establecidos en la Ley Orgánica, son atribuciones y deberes del Vicerrector Administrativo los siguientes) "Supervisar el funcionamiento de los programas de Bienestar universitario, y proponer reformas de estos"

Art. 36: Son atribuciones y deberes de las Juntas Directivas, los que señala la Ley Orgánica, y además los siguientes) "Garantizar en la Facultad los beneficios y políticas generales de Bienestar universitario;"

2.1.2. Funciones de la Unidad.

Las funciones de la Unidad de Bienestar Universitario se rigen bajo el reglamento general de la Ley Orgánica de la Universidad de El Salvador; acuerdo N° 70/99-2001 (VI).

Art. 62. - La Universidad organizará los servicios técnicos y de orientación especializados que sean necesarios con el objeto de contribuir a la solución de los problemas de orden médico, psicológico, social y económico que puedan interferir en el normal rendimiento académico de los estudiantes.

La Universidad evaluará periódicamente el desempeño de los servicios antes mencionados con la finalidad de garantizar la calidad y eficacia de estos; tomando acciones inmediatas cuando fuere necesario.

Los servicios médicos y psicológicos serán extensivos al personal académico y administrativo. El reglamento interno de nivel central regulará la organización y funcionamiento de los responsables de los servicios indicados.

2.1.3 Programas o servicio que brinda a la población.

1. Consulta de medicina general
2. Consulta de medicina interna
3. Consulta de especialidad en ginecología
4. Consulta de ortopedia
5. Consulta de oftalmología
6. Consulta de Urología
7. Consulta psicológica
8. Consulta de nutrición
9. Consulta de fisioterapia
10. Consulta de trabajo social clínico
11. Consulta de optometría
12. Laboratorio clínico

En los programas enfocados a la salud biopsicosocial se cuenta con los siguientes:

- Programa de VIH-VIH Y MAS
- Programa de salud mental
- Programa de planificación familiar
- Programa salud sexual reproductiva
- Programa de sustancias psicoactivas
- Programa de Prevención del Cáncer Cérvico Uterino (Toma de Citología)

Programa de atención y seguimiento de casos de violencia de género y primeros auxilios psicosociales

2. OBJETIVOS

2.1 OBJETIVO GENERAL.

- Fortalecer la salud mental de la comunidad universitaria atendida por Bienestar universitario de la Universidad de El Salvador con un proyecto de arte terapia como una herramienta de apoyo psicoemocional.

2.2 OBJETIVOS ESPECÍFICOS.

- Contextualizar el arte terapia como herramienta de apoyo psicoemocional para la comunidad universitaria en un proyecto artístico-cultural.
- Elaborar un diagnóstico de las necesidades de arteterapia para fortalecer la salud mental en la comunidad universitaria.
- Diseñar estrategias artísticas para la ansiedad, el estrés y el manejo inadecuado de las emociones con técnicas de arte terapia.
- Analizar los resultados obtenidos de las estrategias de arteterapia en Bienestar Universitario, a fin de dar continuidad del proyecto.

3. CONTENIDO GENERAL.

3.1 FUNDAMENTACIÓN.

La Organización Mundial de la Salud, define la salud mental como un “estado de bienestar en el cual cada individuo desarrolla su potencial, puede afrontar las tensiones de la vida, puede trabajar de forma productiva y fructífera, y puede aportar algo a su comunidad.

No hay salud, sin salud mental. La Organización Mundial de la Salud (OMS) reconoce la importancia de la salud mental. “La salud es un estado de completo bienestar físico, mental y social, y no solamente la ausencia de afecciones o enfermedades”.

Se considera la salud mental como parte fundamental de una persona, ya que puede afectar aspectos específicos de la vida escolar y laboral de los individuos, además de provocarles sentimientos de angustia.

La OMS creó el plan de acción sobre la salud mental 2013-2020 cuyos fines es “alcanzar la equidad a través de la cobertura sanitaria universal” con acciones claras, indicadores y metas para los estados miembros. Todo en un esfuerzo conjunto para aumentar la calidad de vida del personal. Por tanto, es importante la existencia de nuevos programas enfocados a la salud mental. (GACETA, 2018).

Con la nueva gestión de Bienestar universitario, se están gestando proyectos enfocados a fortalecer la salud biopsicosocial, en el marco del plan de desarrollo de la gestión 2023-2027, y Universidades saludables; de acuerdo con los estadísticos consultados en el área de psicología de Bienestar universitario, el perfil epidemiológico más recurrente de la población universitaria en el año 2023 es de acuerdo con el siguiente detalle:

Morbilidad, año 2023	Cantidad
Ansiedad	385
Depresión	295
Autoestima	165
Ánimo	69
Personalidad	55
Estrés postrauma	44
Sueño	25
Sexuales	9
Académica	6
Vocacional	2
Fóbicos	1

Fuente: elaboración propia

- La salud mental.

La salud mental es uno de los muchos valores humanos, no debe considerarse como el bien supremo, en sí mismo. No existe un concepto completamente aceptable y todo incluido para la salud física, de igual manera que no existe ninguno para la salud mental. Un ambiente o cultura social puede ser propicio para la enfermedad mental o la salud, pero la calidad producida es característica solo de una persona. Los estándares de comportamiento mentalmente saludable o normal varían con el tiempo, el lugar, la cultura, y las expectativas del grupo social. (Jahoda, 1958).

La salud mental juega un papel vital dentro de los factores afectivos en el desarrollo académico, por ejemplo, la felicidad conlleva el desarrollo de la creatividad. En este sentido, se debe garantizar la relación entre la educación y la salud mental del estudiantado. Además, la salud mental ha tomado un eje importante dentro de las investigaciones en un contexto educativo, cuyos resultados permiten aseverar que su inclusión genera beneficios a la población estudiantil, los cuales se ven reflejados en el comportamiento social y en el incremento significativo del rendimiento académico.

Otros aspectos relevantes del impacto de la salud mental en la educación que deben considerarse son los trastornos en la adolescencia, ya que tendrán efectos negativos en la salud mental de los adultos. Por tanto, deben tomarse medidas arriesgadas que reformulen la dinámica de interacción entre los problemas mentales y el comportamiento de las personas adolescentes con su rendimiento académico.

Los problemas de salud mental han ido en aumento y muchos países se han enfocado en identificar la relación existente con el aprendizaje. En el caso específico del Reino Unido, demuestran una asociación negativa entre presentar riesgo de mala salud mental y los resultados obtenidos en las escuelas, panorama en el que las mujeres presentan mayores problemas en la salud mental. Es importante que el profesorado y los profesionales de la salud trabajen en conjunto y presten atención a los síntomas manifestados por el estudiantado con el fin de mejorar su nivel educativo y calidad de vida. Además, el estudiantado universitario ha presentado síntomas de actitud depresiva superior a la población general y suelen sentirse emocionalmente perturbados. (Revista Electrónica Educare, 2022).

Con base a lo anterior, es apremiante que la Universidad de El Salvador cuente con equipo multidisciplinar trabajando en la salud mental del estudiantado, que abone a la transición de estudiante a profesional enfocados a fortalecer las habilidades y competencias de los futuros profesionales.

- Arteterapia.

El arteterapia es una forma de terapia expresiva que usa el proceso creativo del arte para mejorar el bienestar físico y psicológico del paciente.

Es una herramienta terapéutica muy efectiva para el tratamiento de patologías asociadas a la salud mental y al bienestar. Es, además, una nueva disciplina que pretende promover ciertos hábitos saludables, tanto psicológica como socialmente, a través de la expresión artística. Pero ¿cómo funciona la arteterapia? Este tipo de terapia se emplea como un medio de expresión, y puede ayudar a los pacientes a comunicarse, a reducir el estrés y a superar problemas emocionales.

La expresión de las propias emociones a través del arte puede ayudar a resolver problemas del pasado y puede ayudar a mejorar el autoconocimiento, la autoestima, el control emocional, reducir el estrés y la ansiedad, mejorar el estado de conciencia, la atención o la creatividad.

Para que alguien pueda beneficiarse de los aspectos positivos del arteterapia no es necesario que sea un artista con talento, ya que el objetivo de este tipo de terapia es la mejora del bienestar y la calidad de vida.

El arteterapia usa el proceso creativo para mejorar y realzar el bienestar físico, mental y emocional de individuos de todas las edades. Se basa en la creencia de que el proceso creativo ayuda a resolver conflictos y problemas, desarrolla habilidades interpersonales, manejo de la conducta, reduce el stress, aumenta la autoestima y la auto conciencia y se logra la introspección

El arteterapia funciona con pacientes que padecen trastornos mentales, para la rehabilitación de presos, para educar a jóvenes, para mejorar el bienestar de personas sanas, la salud mental, entre otros. Se emplea también, con individuos con estrés postraumático resultante de conflictos bélicos, abusos sexuales o desastres naturales; con individuos que sufren enfermedades físicas como el cáncer; con individuos que padecen autismo, demencia o Alzheimer, depresión y otros trastornos de índole psicológica.

Con la arteterapia los pacientes resuelven conflictos psicológicos, mejoran habilidades sociales y comunicativas y controlan conductas problemáticas mientras disfrutan de una terapia agradable y poco invasiva.

El arteterapia de combina dos áreas, la psicología, lo social y las artes. La psicología aporta el conocimiento de la mente humana y la conducta, para su vital desarrollo, a través de las bellas artes. El conocimiento sobre el arte es importante porque el arte terapeuta utiliza distintos medios y técnicas para trabajar con sus pacientes (pintura, dibujo, arte dramático, fotografía, escultura, etc.).

Dalley (1987), plantea que el Arteterapia se considera como el uso del arte en un contexto terapéutico, siendo lo más importante la persona y el proceso, donde el arte se utilizaría como un medio de comunicación no verbal.

Tras repasar los aspectos más importantes de la arteterapia, a continuación, se resumen de manera general los beneficios que aporta la terapia con el arte:

- Permite a la persona expresar sus sentimientos, pensamientos y emociones, por lo que actúa como una manera de liberación.
- Es una manera efectiva para ayudar a esas personas que tienen dificultades para expresarse y comunicarse.
- Promueve el autoconocimiento emocional y la regulación de la conducta.
- Es útil en áreas como la rehabilitación, educación y la salud mental.
- Ayuda a mejorar la calidad de vida.
- Es muy efectiva con personas que sufren problemas sensoriales, físicos, motores o de adaptación social.
- Es útil el uso con personas con Síndrome de Down, Alzheimer y Autismo.
- Funciona con niños y adolescentes que sufren problemas de aprendizaje.
- Puede emplearse para el tratamiento de fobias.
- Reduce el estrés y la ansiedad.
- Ayuda a mejorar los síntomas del déficit de atención con hiperactividad (TDAH).
- Es muy efectiva en trastornos de alimentación e imagen corporal.
- Se emplea eficazmente para tratar adicciones.
- Refuerza la autoestima y ayuda a pacientes que sufren depresión.
- Se ha demostrado su efectividad en la ayuda de pacientes con enfermedades terminales.
- Por último, el arteterapia mejora la gestión de las emociones, facilita la resolución de conflictos, ayuda en la superación de experiencias dolorosas y En general, el arteterapia permite dotar de sentido una tarea altamente estimulante que, además, resulta muy creativa.

3.2 DESAFIOS Y ESTRATEGIAS DE LA GESTIÓN ARTISTICA CULTURAL

A continuación, se describen los puntos más positivos que tuvo el proyecto de arteterapia, y las limitantes que implican la gestión y el desarrollo del proyecto.

3.2.1 Puntos positivos.

A partir de las formas terapéuticas, se llegó al objetivo mayor, el cual fue sensibilizar a las personas de las sesiones o de los talleres e intentar sanar o canalizar traumas a través de la dirección pura del equipo multidisciplinar.

Se tuvieron sesiones álgidas, de tal manera que con el dibujo a color, el dibujo a grafito y arcilla, y otras técnicas de arte; la sensibilidad de los participantes estaba a flor de piel y algunas personas descargaron sus emociones con el llanto, un momento, que es porque el proyecto fue satisfactorio, pues el taller ofreció un espacio seguro y de confianza, porque cuando esas personas expresan sus sentimientos con lágrimas es porque lograron canalizar o descargar sus emociones en el lugar y momento idóneo. Fue en el momento preciso de elaborar el dibujo, con ese lenguaje no verbal, cuando empiezan a explicarlo, hablando de sus traumas desbordados para comenzar a sanar esa emoción arraigada y abriendo paso a su sanación.

La gente no suele creer que, a través del dibujo, pudiese sensibilizarse a una persona que no puede aplicar la técnica; pero con el dibujo, el gestor del proyecto cree que es una disciplina artística altamente terapéutica en los bachilleres de cualquier facultad, siempre y cuando estén dispuestos a quererlo, sentirlo y aplicarlo con honestidad.

No puede haber arte terapia sin entrega, compromiso y dedicación personal a ese espacio y con una atmosfera artística. Es importante resaltar que se fortaleció la gestión, pues se tuvieron reunión tanto con dirección de bienestar universitario, así como también con el equipo multidisciplinar involucrado del área de Psicología y

Trabajo Social, permitiendo la reorganización de los contenidos, a la vez se logró la periodicidad de las sesiones como el trabajo en equipo.

Se creó un grupo de wasap para estar en comunicación con los estudiantes inscritos, en los cuales se les brindó orientación, se desvanecieron dudas e interrogantes, lo cual permitió que los participantes se sintieran incluidos y con avisos oportunos, permitiendo una sinergia del trabajo que se desarrolló.

3.2.2 Limitantes.

Los estudiantes inscritos en el curso no contaban con suficientes recursos económicos para comprar el material requerido para realizar las técnicas del arte, por lo que se tuvo que hacer gestión para la donación de materiales.

A pesar de no contar con un espacio que reuniera las condiciones para el desarrollo de las sesiones de trabajo, se realizaron las gestiones pertinentes para tener el espacio para ejecutarlas. Es por ello por lo que bienestar universitario se responsabilizó del local.

Otro factor que limitó el desarrollo del curso según lo planificado fue la condición climatológica por las lluvias, así como también la distancia de algunos estudiantes.

3.2.3 Estrategias creativas implementadas y adecuaciones en la ejecución del proyecto.

En primer lugar, se desarrollaron de forma híbrida las sesiones para los estudiantes que por la distancia se les dificultó presentarse y si tenían dudas se retomaban en el grupo de wasap y correos.

En segundo lugar, con el material para la ejecución de las prácticas se gestionó donaciones en dirección de bienestar universitaria, y el compartir con los participantes, así como también con el equipo interdisciplinar.

Y en tercer lugar se adecuaron las jornadas con el tiempo de la mayoría de los participantes, con la finalidad de que se completarán las sesiones y las prácticas.

4. EJECUCIÓN DEL PROYECTO

4.1 ACTIVIDADES REALIZADAS

Las técnicas más utilizadas, según Cathy Malchiodi en arteterapia, fueron las incluidas en el taller descrito en las páginas previas.

Entre las Técnicas artísticas que se desarrollaron en la ejecución del taller se detallan las siguientes; aclarando que estas se desarrollaron una por sesión.

- a) **El Collage**, utilizando recortes de revistas, fotos, cartas, invitaciones, etc. La ventaja de esta técnica es que permite quitar, poner, añadir, recortar. La idea es que la persona cree una narrativa visual sobre algún tema personal específico que se quiera tratar en la sesión y que las imágenes puedan decir más que las palabras. Es importante que la persona verbalice la imagen con collages que representen sus emociones o metas personales.

Comenzando el proyecto y teniendo afluencia de estudiantes; se aplicó esta técnica, la cual debe ser explicada en una narrativa no verbal y en donde las formas no tienen categorías estéticas de bueno o malo, bello o feo, sino una expresión subjetiva muy interna. Se aplicó la técnica con un grupo muy entusiasmado, se dieron las indicaciones respecto a realizar recortes de revistas y haciendo un proceso sensible donde se insistió a los compañeros que no se harían juicios de valor respecto al trabajo hecho. Es ahí donde fluye la historia subjetiva de los participantes, al exponer la creación del collage.



Figura. 1. Iniciando la jornada del taller.

- a) **La escultura familiar:** esta técnica trata de poner a la persona a trabajar con cerámica o plastilina para que cree figuras que representen cada miembro de la familia (mamá, papá, hermanos o cualquier otro familiar cercano que tenga influencia sobre la persona). El objetivo, no es realizar figuras realistas de cada familiar, sino reflejar, de manera abstracta, la personalidad de esa persona y su rol en la familia. Cuando todas las figuras están completas, el interesado las ordena y forma una escena dependiendo de la relación e interacción entre ellos en la vida real.

En esta técnica se aplicó la plastilina, que paso de su lado menos plástico a su forma más plástica con la manipulación de las manos de los compañeros, se habló de crear un personaje de la familia o del grupo familiar, pero que se enfocaran en un integrante, la cual se modeló, se graficó en dos dimensiones. No se trató de hacerlo figurativamente, sino con la abstracción del pensamiento, como piensa es ese familiar, tanto en forma como en colores de la plastilina.



Figura. 2. Aplicando la teoría del taller.



Figura. 3. El primer producto del taller.

b) **Dibujo libre:** esta técnica consiste en invitar a los participantes a dibujar o garabatear libremente sin restricciones ni expectativas. Este ejercicio puede ayudar a liberar tensiones, expresar emociones y fomentar la creatividad. En esta sesión se mostró mayor sensibilidad, porque la libertad que les dio el dibujo los permitió ese acto, en la búsqueda de mostrar sus historias más internas para sacarlas a flote por algunas participantes, vivieron un momento crítico a través del dibujo.



Figura. 4. Interacción entre participantes del taller.



Figura. 5. Practica en el taller.

- c) **Escultura de arcilla:** Trabajar con arcilla permite a los participantes dar forma a sus emociones y pensamientos tridimensionalmente. Pueden crear esculturas que simbolizen sus experiencias y sentimientos.

En esta técnica los compañeros/as manipularon arcilla tratando que sus emociones tuvieran un sentimiento, un despertar, cualquiera que fuese que tuvieran una representación a través de la arcilla; en pocas palabras, que hubiera un lenguaje no verbal para hablar y plasmar su problema emocional a través de la arcilla



Figura. 6. Facilitadores del taller.



Figura. 7. Modelos de productos del taller.

d) **Narrativa visual:** Se alienta a los participantes a crear una serie de imágenes o viñetas que cuenten una historia personal o representen un desafío específico que estén enfrentando.

En este ejercicio se les proyectó un video acerca de quién soy con imágenes de películas de Disney, https://www.youtube.com/watch?v=hOpnG_mF9UI

En el desarrollo del ejercicio se afloraron sentimientos y recuerdos, manifestando que habían recordado su infancia, que habían visto las películas

y no habían reconocido los mensajes que dejaban respecto a quien son, como puede doler el pasado, que no es bueno huir de los problemas, que se debe soñar, todas las personas tienen talento, que no nos debemos rendir, que podemos lograr muchas cosas con disciplina. Entre otras cosas.

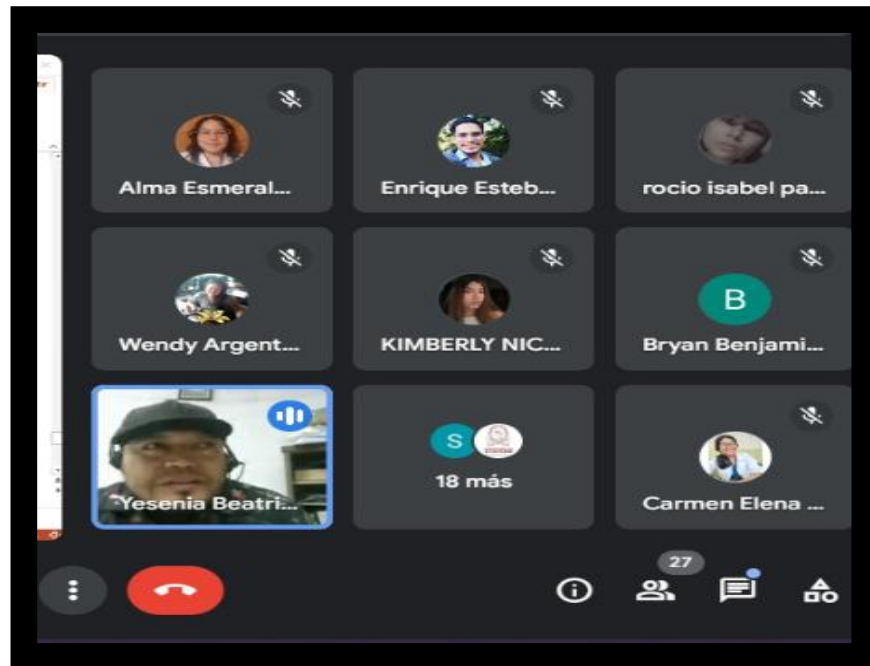


Figura. 8. En video conferencia con participantes del taller.

- e) **Mándalas:** Crear mándalas es una técnica de arte meditativa en la que los participantes dibujan patrones y formas concéntricas. Esta práctica puede ayudar a centrar la mente y reducir el estrés.

Fue una productiva y beneficiosa sesión, porque se les dijo que escogieran tres colores de su predilección que estuvieran en atención plena y con mucha concentración al mándala y luego aplicaron esos colores favoritos, desde fuera de la figura hacia adentro; con una suavidad que hacía un acto de relajación en su subjetividad. A través de la aplicación del ejercicio, se sintieron y percibieron completamente concentrados en su emoción. Fue una sesión larga porque una concentración fuerte y tardada. La sesión duró casi dos horas.



Figura. 9. Facilitador motivando a participantes



Figura. 10. Distintos productos del taller, elaborado por participantes.

- f) **Dibujo a color:** Los participantes pueden escribir cartas a sí mismos o a otros como una forma de procesar emociones y pensamientos difíciles. A menudo, se combinan con arte visual para enriquecer el proceso. (Tabi, 2023)

Se realizó un paisaje, que debía denotar una emoción como: tranquilidad, paz, euforia, furia, enojo, llanto o tristeza. Al realizar la técnica, una de las participantes dibujo un vestido con el que hubo un deslave en el volcán de San Vicente, y tenía

guardado ese vestido que perteneció a la mamá que falleció con ese vestido, narrando la historia de cómo fue, que nunca lo había expresado porque la tildaban de “loca” o la hacían sentir mal.



Figura.11. Explicación didáctica.



Figura. 12. Aplicando técnicas vistas en la teoría.



Figura. 13. Explicación de la actividad a realizar.



Figura. 14. Productos hechos por participantes.



Figura.15. Resultado de un participante



Figura. 16. Presentando material visual.



Figura. 17. Muestra de resultados del productos elaborados en el taller.

CLAUSURA DEL CURSO



Figura. 18. Entrega de Diplomas a participantes y responsables de la actividad.

También se les entregaron diploma a un total de 15 participantes que concluyeron el curso, que por motivos ajenos a su voluntad no pudieron estar presentes.



Figura. 19. Diploma a facilitadores del taller por parte de Bienestar universitario.

4.2. EVALUACIÓN DE RESULTADOS.

De acuerdo con el trabajo realizado es importante denotar que se concluyó con lo plasmado ejecutando el 100%, del proyecto, dando cumplimiento al cronograma de trabajo, realizando las adecuaciones pertinentes tomando en cuenta lo emergente, así como también las gestiones realizadas para realizar de buena forma las actividades a ejecutar.

V. CONCLUSIONES Y CONTINUIDAD DEL PROYECTO.

Posterior a esta hermosa y maravillosa experiencia, es importante acotar lo que contribuyo al éxito del proyecto:

En primer lugar, la colaboración de Bienestar Universitario, y el equipo interdisciplinario, que jugó un papel fundamental en la sinergia del trabajo y el éxito alcanzado, contribuyendo a la salud mental de los estudiantes universitarios.

En segundo lugar, los espacios gestionados relacionados con el local, el material, y la disposición de equipo, que fueron un soporte para el aprendizaje y desarrollo del proyecto.

Como tercer punto, la disposición de los estudiantes en tiempo y seguimiento del curso, así como también la confianza mostrada a la hora de exponer su situación emocional y aflorando sus sentimientos, generando motivación de parte de los facilitadores de trabajar con mayor empeño en la facilitación de las jornadas formativas.

A pesar las dificultades del clima, la distancia y tiempos de los estudiantes mostraron perseverancia e interés por tal razón se generó el aprendizaje de manera híbrida presencial y virtual, en algunas ocasiones se hicieron de forma simultánea para favorecer a los que no se podían presentar.

Además, se denota que se cumplieron los objetivos propuestos, no sin antes mencionar que ha sido parte del compromiso, la dedicación y el esfuerzo invertido por el equipo interdisciplinario y el apoyo de dirección de Bienestar Universitario que ha contribuido al alcance de éstos.

5.1 CONTINUIDAD DEL PROYECTO.

Durante los dos meses en los que se desarrollaron los talleres en donde se han aflorado sentimientos después de las herramientas elaboradas de arte terapia, se forjaron lazos de cooperación, compañerismo, y sin faltar exponer situaciones que en tiempos anteriores no podían exponer, lo que ha contribuido a su bienestar.

Los resultados han sido fabulosos pues se promovieron estrategias de salud mental cautivando a los participantes, generando habilidades para la vida, promoviendo la disciplina del arte combinado con la psicología y lo social.

El interés y la participación de los involucrados, sin duda son inspiración para continuar con este proyecto, a pesar de los obstáculos encontrados, se superaron y los participantes enfrentaron diversos desafíos para sacar situaciones difíciles que les afectan su salud mental.

Por tanto, se puede señalar que la réplica de este taller a futuro es urgente para que más estudiantes universitarios se beneficien del arte terapia y generen habilidades y estrategias de salud mental.

VI. RECOMENDACIONES.

Con base a la experiencia y los resultados obtenidos en el curso arte y terapia como herramienta de salud mental en la comunidad universitaria de la Universidad de El Salvador sede central, San Salvador, El Salvador 2024.

Es importante retomar las siguientes recomendaciones:

Considerar hacer una convocatoria amplia por lo estudiantes que desertan del curso, así como también, flexibilidad en los horarios y la duración de las sesiones.

Seguimiento individualizado de cada participante para que el equipo multidisciplinar le lleve el caso de su situación expuesta en el tema de salud mental.

Contar con recursos para las técnicas de artes, las cuales se pueden gestionar con anticipación para que los participantes que no puedan acceder al material cuenten con ellos.

Se debe aplicar en cada facultad la Células de la promoción de salud mental a partir de bienestar universitario. Que cuenten con este proyecto del arte terapia, contratando a un equipo multidisciplinar, Artes, Psicología, Trabajo social.

FUENTES DE INFORMACION.

- Amaya, F. (2021). *Las plataformas virtuales como medio de promoción exhibición e interacción cultural para las artes visuales en El Salvador*, año 2020.
- Besa Torrealba, D. (2023). *Arteterapia. Actos y procesos de sentido*: (1 ed.). Ediciones Olejnik. <https://elibro.net/es/lc/biblioues/titulos/251852>
- Gomez Uriarte, A. (2024). Imágenes semilla, arteterapia desde la perspectiva junguiana. *Arteterapia*, 19, 1–11. <https://doi.org/10.5209/arte.90094>
- González Romo, R. A., Reyna Martínez, M., & Cano Rodríguez, C. D. (2009). "Los colores que hay en mí": una experiencia de arte-terapia en pacientes oncológicos infantiles y cuidadores primarios. *Enseñanza e Investigación en Psicología*, 14(1), 77-93.
- López, M. C. (2021). *Arteterapia y resiliencia: técnicas y talleres para todas las edades*: (ed.). Editorial Maipue. <https://elibro.net/es/lc/biblioues/titulos/174866>
- León Barua, Raúl, & Berenson Seminario, Roberto. (1996). *Medicina teórica.: Definición de la salud.. Revista Medica Herediana*, 7(3), 105-107. Recuperado en 13 de marzo de 2025, http://www.scielo.org.pe/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1018-130X1996000300001&lng=es&tling=es.
- Mendoza, A. (2020). *Análisis y propuesta de medición de la innovación tecnológica en El Salvador, un enfoque desde la Macro y Microeconomía*. 380.
- Puerta Polo, J. V., & Padilla Díaz, D. E. (2011). Terapia cognitiva - conductual (TCC) como tratamiento para la depresión: una revisión del estado del arte. *Duazary*, 8(2), 251-257.
- Ramos, C. (II.). (2025). *Manual de arteterapia: vínculo y creación*: (1 ed.). Herder Editorial. <https://elibro.net/es/lc/biblioues/titulos/280482>
- Torrecilla, F. J. (2019). Artee, ciencia, tecnología y sociedad. Un enfoque para la enseñanza y el aprendizaje de las ciencias en un contexto artístip. *Revista Iberoamericana de arte, tecnología y sociedad.*, pág. 15.