

Arte en la discapacidad: un doble beneficio

Por Cynthia Borja

Cuando un niño tiene alguna discapacidad, a menudo se recomienda a los padres llevar a su hijo a terapias que involucren algún tipo de actividad artística, sea artes plásticas, producción de música, danza, teatro u otras. Aunque no se conoce por completo el proceso neurológico mediante el cual estas actividades pueden aportar al desarrollo de un niño con discapacidad, en general se considera que son de gran importancia para el desenvolvimiento apropiado de un niño, ya que no solo le brindan gran diversión sino que pueden, a su vez, proveer grandes beneficios para el desarrollo de las áreas de dificultad que pueda tener un niño con discapacidad.

Arte plásticas

Pintar, hacer esculturas, colorear, dibujar, entre otras, todas son actividades que tienen un doble beneficio. Primero que todo, para la mayoría de niños es muy divertido verse involucrado en estas actividades. Inclusive si un niño no se interesa mucho en hacer pinturas, o no tiene el talento de un Leonardo Da Vinci, puede mostrar muchas veces interés por hacer un platillo de arcilla, utilizar plastilina para hacer animales, o simplemente dibujar o moldear de forma libre.

Sin embargo, el arte no solo divierte a los niños, sino que también puede tener una serie de beneficios secundarios. A menudo se cita que las terapias basadas en artes plásticas pueden ser de gran beneficio para individuos con dificultades de motricidad fina, procesamiento espacial, atención, planificación y secuencias (Malchiodi, 2012). Se considera también que las artes plásticas y las terapias basadas en esta actividad pueden ayudar en aspectos socioemocionales del individuo, como por ejemplo la exploración emocional, el conocimiento del “yo” y la autoexploración en individuos con problemas de aprendi-

zaje (Freilich & Shechtman, 2010). En este aspecto también se considera que la terapia con arte puede incrementar el sentimiento de control y a su vez proporcionar una herramienta de expresión para individuos que no pueden hacerlo de otra forma (Malchiodi, 2012).

El arte no solo divierte a los niños, sino que también puede tener una serie de beneficios secundarios.

Música

Al igual que el arte, la música también parece brindar grandes beneficios para los individuos con discapacidad, no solo divirtiendo al individuo sino apoyando en muchas áreas de su desarrollo. ¿A qué niño no le divierte tocar de forma libre un tambor, pandereta o maraca? ¿Qué tan fácil es ver cómo hasta el niño más introvertido se ilumina cuando toca un instrumento con sus pares? Aunque muchas veces al inicio del trabajo con un niño su “música” parece ser más bien ruido, este “ruido” bien trabajado abre las puertas a increíbles cambios en las habilidades de un niño.

Se ha encontrado, por ejemplo, que aprender a tocar un instrumento o tener algún tipo de instrucción musical puede brindar grandes beneficios en las habilidades espaciotemporales (Črnčec, Wilson & Prior, 2006). En individuos con daños cerebrales traumáticos y que pueden desarrollar dificultades en el habla, el movimiento, al igual que en sus sensaciones, emociones, y pensamientos, se ha visto por ejemplo que la

terapia musical puede ayudar a recuperar habilidades perdidas, lo cual indica que la música podría tener efectos neuronales y apoyar el aumento de nuevas conexiones en el cerebro del individuo (Bradt et al., 2010). Otros estudios indican que la terapia musical puede mejorar las funciones ejecutivas y el manejo emocional en individuos con este tipo de daño cerebral (Thaut et al., 2009).

Resulta muy interesante también que la música parece no solo ser beneficiosa cuando un individuo la produce, sino también cuando la escucha. Se ha encontrado que escuchar música de fondo puede ayudar a que los individuos con necesidades de aprendizaje especiales puedan tranquilizarse y enfocarse en su tarea, incrementando de esta forma su aprendizaje de la lección (Črnčec, Wilson & Prior, 2006).

Danza, teatro y movimiento

Finalmente, las clases o terapias basadas en danza, teatro, o movimiento pueden también brindar esta dualidad de beneficios para un niño con discapacidad: diversión y apoyo al desarrollo. En torno a esta actividad podemos nuevamente imaginar a un niño que es socialmente retraído y que, al asumir un personaje, se convierte en ese personaje, sacando sus mayores talentos mediante la posibilidad de ser una persona que no es. A través de la obra y la actuación, termina socializando con los demás y convirtiéndose incluso en líder. De igual manera podemos pensar en un niño con dificultades del habla, que en clase no logra participar pero que en el escenario habla sin parar.

La danza es utilizada como método terapéutico porque se piensa que puede apoyar el desarrollo cognitivo, emocional, físico y social de un individuo, así como la integración social de un individuo con discapacidad (Strassel et al., 2011). Se ha sugerido que la danza y el

movimiento pueden ayudar a un individuo a moderar y controlar sus emociones y el estrés de una discapacidad, al igual que a escapar del estado emocional negativo que puede estar presente por su discapacidad psicológica o física (Hanna, 1995).

De forma similar que la danza y el movimiento, la terapia basada en el teatro parece mostrar beneficios en las habilidades de socialización y el desarrollo socioemocional de individuos con discapacidad. Por ejemplo, se ha encontrado que individuos con autismo pueden presentar niveles reducidos de estrés, mejorías en sus habilidades socioemocionales, así como mejorías en sus habilidades de identificación facial y desarrollo de empatía (Cobert et al., 2011). Se ha encontrado que otros individuos con trastornos relacionados con dificultades sociales (ej: autismo y trastorno de déficit de atención o hiperactividad) mejoran en áreas de percepción social, competencia social y conducta social.

El arte no lo es todo

No obstante, es importante dejar en claro que ninguna de estas actividades brindarán gran beneficio a un niño con discapacidad si no van acompañadas de otras intervenciones, como por ejemplo intervenciones académicas, lingüísticas, físicas o lo que el individuo nece-

site para que su desarrollo siga su curso y pueda alcanzar su máximo potencial.

Esto se vuelve más importante y notorio en el contexto en que las relaciones y conexiones directas entre el mejoramiento de las habilidades antes citadas y las habilidades académicas de un individuo no son claras ni han sido demostradas de forma directa aún (Črnčec, Wilson & Prior, 2006), y que los estudios hechos en el tema a menudo presentan metodologías débiles (Strassel et al., 2011). De igual forma, la relación exacta que existe entre estas actividades y los cambios neuronales que pueden haber en un individuo se mantienen inexploradas, por lo que no es claro si el beneficio que se ve en el desarrollo de un individuo es de naturaleza psicológica, neurológica o ambas.

Sin embargo, a pesar de no conocer la ruta mediante la cual estas actividades pueden llevar a mejorías en elementos sociales, emocionales y académicos de un individuo, lo que se conoce es que, al parecer, brindan un doble beneficio para el niño con discapacidad porque crean la oportunidad de vivir una gran cantidad de diversión y alegría (y todos los beneficios emocionales y neurológicos que se desprenden de ellas), al tiempo que proveen la posibilidad de apoyar el desarrollo de las áreas de más dificultad que puede tener un niño, sean éstas elementos físicos, emocionales, sociales o cognitivos.



Referencias:

- Bradt, J., Magee, W. L., Dileo, C., Wheeler, B. L., & McGilloway, E. (2010). Music therapy for acquired brain injury. *Cochrane Database of Systematic Reviews*, 7(2).
- Corbett, B. A., Gunther, J. R., Commins, D., Price, J., Ryan, N., Simon, D., ... & Rios, T. (2011). Brief report: theatre as therapy for children with autism spectrum disorder. *Journal of Autism and Developmental Disorders*, 41(4), 505-511.
- Črnčec, R., Wilson, S.J., & Prior, M. (2006). The cognitive and academic benefits of music to children: Fact and fiction. *Educational Psychology*, 26(4), 579-594.
- Freilich, R., & Shechtman, Z. (2010). The contribution of art therapy to the social, emotional, and academic adjustment of children with learning disabilities. *The Arts in Psychotherapy*, 37(2), 97-105.
- Hanna, J. L. (1995). The power of dance: Health and healing. *The Journal of Alternative and Complementary Medicine*, 1(4), 323-331.
- Malchiodi, C. A. (2012). The art and science of art therapy. En Malchiodi, C.A. (Ed.), *Handbook of art therapy* (pp. 1-5). Nueva York, NY: Guilford Press.
- Strassel, J. K., Cherkin, D. C., Steuten, L., Sherman, K. J., & Vrijhoef, H. J. (2011). A systematic review of the evidence for the effectiveness of dance therapy. *Alternative Therapies in Health and Medicine*, 17(3), 50.
- Thaut, M. H., Gardiner, J. C., Holmberg, D., Horwitz, J., Kent, L., Andrews, G., ... & McIntosh, G. R. (2009). Neurologic music therapy improves executive function and emotional adjustment in traumatic brain injury rehabilitation. *Annals of the New York Academy of Sciences*, 1169(1), 406-416.