

ARTERAPIA PARA ADULTOS MAYORES.

VIVENCIAS EN EL CAMPO DE LA SALUD

POSTER LIBRE

10° Congreso de Medicina General y Equipo de Salud

Sociedad de fomento Mar del Tuyú Sud, Mar del Tuyú, 7108, Calle 3 7552

Agosto 2022

AUTORES: Colli María Julia; Profesora de artes.

Cali Jorge Mario; Médico general y de Familia

Desde un espacio de trabajo en terreno, que se gesta desde la unida sanitaria de Mar del tuyu, con la finalidad de compartir y acompañar aquellos adultos con ECNT(enfermedades crónicas no trasmisibles) se pone en marcha por pedido de los integrantes, un taller de pintura en la Sociedad de fomento Mar del Tuyú Sud, luego del confinamiento vivido por la pandemia del covid-19.

La práctica de este talle se organizó para afianzar las relaciones sociales y abrir nuevas vías de desarrollo de la creatividad y de intercambios de exigencias sin exclusiones ni limitaciones físicas o psíquicas de los participantes.

Se utiliza el dibujo y la pintura como medios de expresión, cada uno dentro de sus posibilidades,

Se aprende a ver de esta manera más allá de lo formal, aplicando el sentido de la perspectiva, el espacio, la luz y sombra, el color, las proporciones y sobre todo la capacidad motriz e cada uno.

La salud emocional se modifica disminuyendo el deterioro cognitivo y ayudando a un envejecimiento feliz y positivo, siendo este el objetivo principal.

Se absorbe a través de los sentidos una gran cantidad de información que se mezcla con la psiquis propia de cada uno y trasforma esos elementos nuevos incorporándolos para la expresión artística, siendo necesarios y útiles.

Los cánones clásicos del arte ya no son ejemplo a seguir, aunque sean importante conocerlos. Al descubrirse a través del arte terapia se requiere un ejercicio más agudo de la inteligencia y del entorno que se vive actualmente.

La realidad para los adultos mayores, viene de la experiencia adquirida al paso del tiempo lo que provoca una interpretación distinta en esta etapa de la vida.

El uso efectivo de la forma es el requerimiento de la cada uno para plantear el mundo que nos rodea y distinto a los demás, todos son válidos.

El saber se va haciendo con la práctica y se descubre al aprender a ver.

La creatividad tiene connotaciones terapéuticas, agudiza la sensibilidad, socializa y aprovecha las distintas expresiones del grupo para identificarse.

Se implementó este taller a pedido de un grupo de personas dispuestas a embarcarse en una actividad nueva.

Esta experiencia se implementó con un grupo pequeño dirigido por una profesora de arte.

Se utiliza como medio de comunicación y desarrollo personal, mejorando la calidad de vida y favoreciendo el desarrollo de la salud.

Se expresan sentimientos, recuerdos, conflictos usando como medio la expresión plástica.

En la actualidad los talleres del aprendizaje del arte han cambiado mucho, su forma libre facilita el acceso a nuevos bienes culturales y al fomento del ocio creativo.

Se ofrece de esta manera un marco de relaciones en lo cual se detectan las mezclas de cultura y experiencias de cada uno, obteniéndose de esta manera una adecuada coordinación motriz-visual y destreza para la actividad creadora llegando a una satisfacción plena.

El ambiente debe permitir el desarrollo continuo de los participantes y las tareas a desarrollar fueron con diversa técnicas y materiales tales como acrílicos, lápiz color, lápiz negro y acuarelas en todos los casos sobre papel o tela.

Es interesante reconocer que cada uno de los participantes en algún momento de sus vidas fueron atraídos hacia alguna manifestación del arte (pintura, lectura, danzas, música, etc.) y eso afecta la capacidad de emocionarse, aumenta la conciencia y la percepción de lo que se ve y se siente ante dichas manifestaciones.

Conclusiones

El arte necesita el uso del intelecto y las emociones. Esto favorece a las personas que lo incorporan a la rutina diaria.

Las personas mayores se sienten capaces de seguir desarrollándose personalmente, lo que ayuda a mejorar su afectividad y a redescubrir una faceta nueva trabajando sus emociones conflictivas, esto permite mejorar su autoestima.

Que se logra? Salir a la vida con un sentido distinto (más alegre y más útil).

Este proceso ayuda a aliviar la apatía e impide que se caiga en la depresión de la soledad.

Demás está decir que no se tienen en cuenta los posibles errores. Son ellos mismos los que los descubren y saben que son base para nuevos aprendizajes.

La comunicación es horizontal, lo que se promueve en todo tiempo para mantener clases constructivas y relajadas.

La mejora de la salud física al realizar trabajos que requieren esfuerzos y la salud mental al planificar los nuevos proyectos.

Cada uno puede reconocer sus capacidades únicas e individuales.

Se presentara texto con relatos de los participantes y fotos de trabajos realizados por los mismos.

Esquema del poster:

