

TERAPIA OCUPACIONAL Y EMPODERAMIENTO A TRAVÉS DE LA CREATIVIDAD EN TRASTORNO MENTAL GRAVE: PROYECTO DE INTERVENCIÓN

OCCUPATIONAL THERAPY AND EMPOWERMENT THROUGH CREATIVITY FOR ADULTS LIVING WITH SERIOUS MENTAL DISORDERS. AN INTERVENTION PROJECT



Laura Peralta-Pallarés *

Terapeuta ocupacional por la Universidad de Zaragoza. Máster en rehabilitación psicosocial en salud mental comunitaria por la Universidad Jaume I de Castellón. Zaragoza, España.

e-mail de contacto:
lauraperalta2107@gmail.com

*autora para la correspondencia

Objetivos: evaluar la efectividad de una intervención de terapia ocupacional dirigida a las ocupaciones de participación social y ocio y tiempo libre, utilizando la creatividad y el empoderamiento como medio y como fin. **Métodos:** para la recogida de datos se utilizará el perfil ocupacional inicial del modelo de ocupación humana, la escala de empoderamiento de Rogers et al, la escala de autoestima de Morris Rosemberg y la evaluación de la autoeficacia general de Schwarzer y Jerusalem. El proyecto tendrá una duración de nueve meses durante los cuales se llevarán a cabo las fases de evaluación, intervención y reevaluación. **Discusión:** se espera que, a través del empoderamiento y la creatividad, las personas puedan mejorar su autoestima, su autonomía y su autodeterminación y, con ello, su adaptación e inclusión comunitaria.

Objective: The aim of our project is to evaluate the effectiveness of an occupational therapy intervention in social participation, leisure and free time using creativity and empowerment as means and as ends. **Methods:** As tools for data collection we will be using the Model of Human Occupation screening tool, the Roger's Empowerment Scale, the Rosenberg's Self-esteem Scale and the General Self-Efficacy Scale – Schwarzer (GSES). The project will last nine months during which evaluation, intervention and reevaluation will be carried out. Discussion: We expect to improve self-esteem, autonomy, self-determination and social inclusion through creativity and empowerment.

DeCS Terapia ocupacional; Empoderamiento; Creatividad; Calidad de vida; Autonomía; Autodeterminación; Igualdad; Participación social; Ocio; Tiempo libre.

MeSH Occupational therapy; Empowerment; Creativity; Quality of life; Autonomy; Self-determination; Equality; Social participation; Leisure; Free time.

Texto recibido: 29/09/2020

Texto aceptado: 3/1/2021

Texto publicado: 31/05/2021

Derechos de autor



INTRODUCCIÓN

Las personas con trastorno mental grave son definidas por la Estrategia en Salud Mental del Sistema Nacional de Salud como "un grupo de personas heterogéneas, que sufren trastornos psiquiátricos graves que cursan con alteraciones mentales de duración prolongada, que conllevan un grado variable de discapacidad y de disfunción social, y que han de ser atendidas mediante diversos recursos sociosanitarios de la red de atención psiquiátrica y social". Además, el trastorno mental grave es un problema de salud pública ⁽¹⁾. Quizás por ello, hasta hace unos años, era competencia del personal sanitario decidir acerca de sus pacientes sin contar con su propia opinión ⁽²⁾. Sin embargo, actualmente son estos últimos quienes toman sus propias decisiones, garantizándose el derecho a decidir. Así, se puede definir el *empoderamiento* como la capacidad, la habilidad o la autonomía para tomar decisiones sobre tus derechos y reconocerlos ⁽³⁾.

Una manera de favorecer el proceso de empoderamiento en personas con trastorno mental grave es a través



COTOGA
 COLEGIO OFICIAL
 DE TERAPEUTAS OCUPACIONALES
 DE GALICIA

de la creatividad ya que la terapia ocupacional es una disciplina que utiliza una ocupación como medio (en este caso, la creatividad), para favorecer la autonomía, la integración social, la participación social y la calidad de vida y, con ello, lograr el empoderamiento de las personas ⁽⁴⁻⁵⁾. Se utilizará en este caso la creatividad como medio dado que busca, entre otras, la reflexión, la comunicación entre personas, la verbalización de sentimientos o emociones, y la construcción de su propia identidad más allá de la noción de enfermedad, sin olvidarnos de la capacidad para encontrar las mejores soluciones a problemas de la vida diaria ⁽⁴⁻⁷⁾.

En cuanto a los antecedentes y la situación actual de este estudio, mencionar que el concepto de empoderamiento surge en Latinoamérica, donde Paulo Freire habla de los conceptos de concienciación y de emancipación con los sectores marginados y económicamente pobres de la población. En los años 60 a partir de la educación popular y en los años 70 mediante un enfoque participativo trataba de reeducar la vulnerabilidad e incrementar las propias capacidades, con lo cual se favorecía el empoderamiento de la población ⁽⁸⁾.

A lo largo del tiempo, el concepto de empoderamiento se ha ido extendiendo hacia otros colectivos vulnerables como el colectivo de las mujeres, con quienes se plantea el empoderamiento como un cambio individual y acción colectiva que implica el cambio, o como el colectivo de las personas con trastorno mental, donde el empoderamiento se refiere al poder de decisión, grado de elección y control que la persona con un trastorno mental ejerce en su propia vida ⁽⁸⁾. En relación con este último colectivo mencionado, las prácticas actuales van enfocados a la participación comunitaria, a través del deporte, el ocio o la creatividad ⁽⁹⁾. Para que el ocio cumpla su objetivo terapéutico es necesario que el individuo lo realice de manera voluntaria con el fin de que se fomente la autonomía de la persona ⁽¹⁰⁾. En cuanto a la creatividad, el arte conecta las emociones, la creatividad y la expresión mediante los objetos, los espacios y el propio grupo. Asimismo, el ingenio por crear debe ser una de las elecciones en los procesos de rehabilitación e inserción. De esta manera, favoreciendo el poder de elección y decisión se favorece el proceso de empoderamiento ⁽⁹⁾.

Los resultados de este tipo de intervenciones podrían ayudar a ampliar conocimientos sobre sus efectos en la adaptación e inclusión comunitaria.

Hipótesis

El uso de la creatividad y el empoderamiento como medio y como fin en las ocupaciones de participación social y ocio y tiempo libre mejora la integración y la solución de desafíos cotidianos en personas con trastorno mental grave.

La combinación de la creatividad y el desempeño en ocupaciones como la participación social y el ocio y el tiempo libre favorece el empoderamiento y la inclusión social.

Objetivos

Generales

Evaluar la efectividad de una intervención de terapia ocupacional dirigida a las ocupaciones de participación social y ocio y tiempo libre, utilizando la creatividad y el empoderamiento como medio y como fin.

Específicos

- Favorecer la capacidad de tomar decisiones de manera autónoma.
- Facilitar la creación o aumento de una red de apoyo social.
- Entrenar las habilidades sociales.
- Adquirir estrategias de resolución de problemas.
- Favorecer la autoestima y la autoconfianza.

MÉTODOS

Este trabajo tendrá un diseño de ensayo clínico no controlado. No es posible determinar cuál será el tamaño muestral dado que debido a la situación actual del COVID-19 no ha sido posible llevar a cabo este proyecto.

Las variables de este estudio son las siguientes:

- Variable dependiente: el nivel de empoderamiento de las personas que participarán en el programa de intervención.
- Variable independiente: los talleres que se realizarán en el programa de intervención (taller de costura y



taller de teatro)

Para realizar este proyecto de intervención se llevó a cabo una recogida de datos relacionados con el tema mediante una búsqueda bibliográfica realizada en bases de datos como Pubmed, Dialnet, OTseeker, Scielo y Google Scholar. Para ello se utilizaron los siguientes descriptores: "terapia ocupacional", "occupational therapy", "empoderamiento", "empowerment", "salud mental", "mental health", "terapia en red", "práctica creativa", "creativity and mental health", "creatividad y salud mental", etc. También se realiza una búsqueda manual (real y virtual) a través de las bibliotecas de la Universidad de Zaragoza y de la Universidad Jaume I de Castellón, recopilando información de libros y revistas relacionadas con los descriptores anteriores.

Este proyecto de intervención podrá dirigirse a personas con trastorno mental grave que acuden a Centros de Rehabilitación Psicosocial de cualquier ciudad y zona de salud y que encuentran dificultades en la participación de actividades comunitarias, en la adquisición de habilidades sociales y en el establecimiento de relaciones interpersonales. La decisión sobre qué personas participarán en el programa de intervención será tomada en equipo, contando con la opinión de las posibles personas participantes y teniendo en cuenta sus objetivos individuales de rehabilitación y su evolución psicosocial.

Criterios de selección

Criterios de inclusión

- Personas con trastorno mental grave que acuden a un Centro de Rehabilitación Psicosocial.
- Personas con disponibilidad e interés suficiente para participar en el programa.

Criterios de exclusión

- Personas que presenten deterioro cognitivo que les impida seguir la actividad. Este deterioro cognitivo será evaluado a partir de la evaluación cognitiva de Montreal (MoCA) y mediante la observación de los profesionales.
- Personas que sufren inestabilidad clínica. Esta inestabilidad clínica será evaluada mediante Health of the Nation Outcome Scales (HoNOS), la cual será administrada a los usuarios y usuarias del centro de manera rutinaria.

Duración

El proyecto tendrá una duración de nueve meses, con un total de 40 sesiones (una por semana) de una hora y media cada una. Estas 40 sesiones estarán divididas en tres fases: una fase de evaluación, una fase de intervención y una fase de reevaluación. La planificación temporal de estas fases se muestra en la tabla 1.

Tabla 1: Organización del proyecto de intervención

		Mes 1	Meses 2-8						Mes 9
			2	3	4	5	6	7	8
FASE DE EVALUACIÓN	MOHOST	X							
	ESCALA DE AUTOESTIMA	X							
	EVALUACIÓN DE AUTOEFICACIA	X							
	ESCALA DE EMPODERAMIENTO	X							
FASE DE INTERVENCIÓN	TALLER DE MARIONETAS		X						
	TALLER DE CREACIÓN DE LA OBRA DE TEATRO			X	X	X	X	X	
	TALLER DE EXPOSICIÓN DE LA OBRA DE TEATRO								X
FASE DE REEVALUACIÓN	PERFIL OCUPACIONAL INICIAL DEL MODELO DE OCUPACIÓN HUMANA (MOHOST)								X
	ESCALA DE AUTOESTIMA								X
	EVALUACIÓN DE AUTOEFICACIA								X
	ESCALA DE EMPODERAMIENTO								X
	CUESTIONARIO DE SATISFACCIÓN								X

En la fase de evaluación y en la de reevaluación se utilizarán los instrumentos de evaluación validados y con propiedades psicométricas óptimas antes mencionado, añadiendo en la fase de reevaluación un cuestionario de satisfacción (anexo 1).

- MOHOST: mide la participación ocupacional del cliente, es decir, su participación en actividades de la vida diaria, en actividades productivas y en actividades de ocio y tiempo libre o juego.
- Escala de autoestima de Morris Rosenberg: pretende evaluar la autoestima de forma holística., a través de ítems que reflejan sentimientos generales sobre el self, ya que, de esta manera, la autoestima refleja la actitud global que una persona tiene con respecto a su valía e importancia.
- Evaluación de autoeficacia general de Schwarzer y Jerusalem: mide la percepción que tiene la persona respecto de sus capacidades para manejar en su vida diaria diferentes situaciones estresantes.
- Escala de empoderamiento de Rogers et al: recoge aspectos en relación con su autopercepción sobre la toma de decisiones
- Cuestionario de satisfacción: se realizará con el fin de conocer la opinión y la satisfacción de los/as participantes con el programa de intervención.

La fase de intervención contará con tres talleres que se realizarán uno a continuación del otro. En primer lugar, un taller de marionetas (taller prelaboral de costura), seguidamente la preparación de una obra de teatro de marionetas y, por último, la exposición de esta obra por diversos entornos comunitarios. La planificación temporal de esta fase se explica en la Tabla 2.

Tabla 2: fase de intervención

TALLER DE MARIONETAS	SESIÓN 1	Se reunirán usuarios/as y profesionales en la sala en la que se va a llevar a cabo el taller y manipularán los materiales y las herramientas para conocerlas y familiarizarse con ellas.
	SESIÓN 2	Se les pedirá que reflexionen en distintas ideas de personajes y temáticas para finalmente, decidir qué personaje realizar y con qué materiales.
	SESIÓN 3	Se llevará a cabo la elaboración de las marionetas. Durante todo el proceso de elaboración se les recordará la importancia de ofrecer ayuda y aconsejar a los compañeros cuando lo necesiten, favoreciendo un refuerzo positivo entre compañeros
	SESIÓN 4	
SESIÓN 5		
Objetivos del taller: favorecer la imaginación y la creatividad, mejorar la autoestima, entrenar la capacidad de seguir instrucciones, entrenar las habilidades sociales, favorecer la autonomía, entrenar la memoria a corto y largo plazo, favorecer la resolución de problemas y la flexibilidad mental, favorecer la motivación		
TALLER DE CREACIÓN DE LA OBRA DE TEATRO	SESIONES 1-8	Se elaborará del hilo argumental. Sesión 1: Se presentará el taller y la sala donde se realizará éste. Sesiones 2-4: Se decidirá la idea central sobre la que girará la historia. Para ello se realizará una lluvia de ideas y, finalmente, mediante una votación se decidirá la idea final. Sesiones 5-8: Se creará el hilo argumental de la historia, teniendo en cuenta los personajes creados. Para ello, se realizará un trabajo en equipo durante el cual cada uno de los participantes indicará un hecho que le gustaría que ocurriera en la historia y, a raíz de ahí, elaborar el hilo argumental.
	SESIONES 9-15	Se escribirán los guiones de la historia, teniendo en cuenta los personajes creados. Sesiones 9-12: Se comenzarán a escribir los guiones. Para ello se dividirán en grupos y cada grupo escribirá los guiones de unas escenas concretas. Lo realizarán trabajando en equipo, adquiriendo cada uno de ellos un rol dentro del mismo, y favoreciendo un clima de apoyo y respeto mutuo Sesiones 13-15: Se pondrán en común los guiones escritos por grupos y se modificarán cuando se considera mediante votación.
	SESIONES 16-17	Distribución de personajes: Se presentarán a los personajes y se preguntará a quien le gustaría interpretarlo. En el caso de haber más de una posibilidad por personaje, deberán ponerse de acuerdo mediante el dialogo y, en última instancia, se recurrirá a la votación.
	SESIONES 18-30	Los ensayos de la obra de teatro se realizarán de la siguiente manera: al comienzo de cada sesión se realizará un ejercicio de confianza de grupo para ganar seguridad y, seguidamente, un ejercicio de improvisación para aumentar la motivación y la autoestima. A continuación, comenzarán los ensayos, para los cuales se distribuirán en la sala para ensayar la obra por escenas y, para finalizar la sesión se realizará otro ejercicio de cohesión de grupo para fortalecer el trabajo en equipo.
Objetivos del taller: favorecer la imaginación y la creatividad, entrenar las habilidades sociales, favorecer la motivación, mejorar la autoestima, favorecer la resolución de problemas, favorecer el trabajo en equipo y el apoyo mutuo, mejorar la flexibilidad mental, favorecer la expresión de sentimientos y emociones, y favorecer el empoderamiento.		
TALLER DE PRESENTACIÓN DE	Contactar con centros comunitarios y acudir a ellos a estrenar su obra. Durante el estreno, primero	

LA OBRA DE TEATRO	se realizará una presentación de todos los participantes y de la obra de teatro para, seguidamente, dar comienzo a la obra. Una vez finalizada la obra se pedirá al público que realice todas las preguntas que considere y los/as participantes deberán responderlas.
Objetivos del taller:	entrenar la memoria a largo plazo, mejorar la autoestima, entrenar las habilidades sociales, favorecer el trabajo en equipo, entrenar la resolución de problemas y favorecer la comunicación y cercanía y, con ello, la reducción del estigma social.

No existe ningún riesgo para la integridad del paciente durante la realización de este estudio y las contraprestaciones económicas dependerán del tipo de materiales a utilizar para la elaboración de las marionetas.

Para el análisis estadístico de los datos se realizará un análisis descriptivo utilizando la media, la desviación típica y el porcentaje y la variable continua o categórica, utilizando para ello el programa SPS para Windows.

Consideraciones éticas

Previo al inicio del proyecto, se les explicará a todos los participantes que sus datos serán confidenciales, tal y como lo muestra la Ley Orgánica 3/2018 de 5 de diciembre de protección de datos personales y garantía de los derechos digitales. Para ello, se les proporcionará toda la información pertinente acerca del proyecto y se les pedirá un consentimiento informado por escrito. En el caso de que las personas que participen en el programa de intervención estén tuteladas, será necesario contar con el consentimiento informado del/ la tutor/a legal correspondiente.

DISCUSIÓN

Apoyar a las personas con trastorno mental grave en su camino por lograr el empoderamiento es muy importante a tener en cuenta entre el personal de salud mental. Esto es debido a que una persona o un colectivo no empoderado, al no tener el poder o las capacidades necesarias para hacer frente a los desafíos del día a día, acabará adquiriendo un papel pasivo en la sociedad, un rol de enfermo, y terminará aislándose de ésta. ⁽³⁾

Este trabajo está muy acorde con las líneas de investigación actuales por lo que la información y resultados que se obtendrán de este programa de intervención podrán aportar tanto al área de la rehabilitación psicosocial como a la disciplina de terapia ocupacional nuevas líneas de trabajo para así influir en la mejora de la calidad de vida de los participantes.

Limitaciones del estudio

La principal limitación de este estudio ha sido la incapacidad de poder llevar a cabo este estudio debido a la pandemia producida por el COVID-19. En cuanto a limitaciones metodológicas, sería importante mencionar la ausencia de un grupo de comparación con el que, persiguiendo el mismo objetivo, poder realizar, de forma paralela, distintas intervenciones. De este modo, se podría conocer la efectividad de la creatividad para lograr el empoderamiento y compararla con la efectividad de otro tipo de intervención. Considero que sería una posible línea de investigación futura.

AGRADECIMIENTOS

En el presente estudio no existen conflictos de intereses ni existe financiación.

DECLARACIÓN DE LA AUTORÍA

LPP presenta la autoría en referencia a la elaboración, redacción y diseño de este proyecto de intervención.

REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS



1. Cámara Izquierdo, C. and Lobo Satué, A. Guía de práctica clínica de intervenciones psicosociales en el trastorno mental grave. 2009. Madrid: Ministerio de Ciencia e innovación; 2009
2. Domene Navarro, G. Empoderamiento, terapia ocupacional y salud mental. TOG (A Coruña) [revista en Internet] 2015 [acceso 18 de agosto de 2020]; 22 (12). Disponible en: <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=5308788>
3. Confederación Española de Agrupaciones de Familiares y Personas con Enfermedad Mental. Empoderamiento, la clave de la recuperación. Rev Encuentro [revista en Internet] 2014 [acceso 19 agosto de 2020]; (1). Disponible en: <https://consaludmental.org/publicaciones/EncuentroN12014.pdf>
4. Prefasi S, Magal T, Garde F, Jimenez JL. Uso del arte y la creatividad en las terapias psicosociales. Estudio y valoración de resultados de la utilización de la fotografía con pacientes con un trastorno grave y crónico. Arte, individuo y sociedad. 2011; 23 (1): 45-54.
5. Saavedra Macías, FJ. La recuperación mutua en personas con trastornos psicológicos o diversidad funcional a través de la práctica creativa. Arte, individuo y sociedad 2016; 28(2): 339-354
6. Callejón Chinchilla, MD. El arte como recurso. Inic Inv [revista en Internet] 2015 [acceso 5 agosto de 2020]; (1). Disponible en: <https://revistaselectronicas.ujaen.es/index.php/ininv/article/view/2556>
7. Riascos Martínez VH. La creatividad [monografía en Internet]. Bogotá Colombia: Universidad Manuela Beltrán; 2007 [acceso 10 agosto de 2020]. Disponible en: http://virtualnet2.umb.edu.co/cursos/311_CE10000_091/tema1/pdf/mundo_creativos.pdf
8. Barrera Cabrera V. G. Trabajar desde y para el empoderamiento: Un desafío actual en Rehabilitación en Salud Mental [Trabajo Fin de Máster]. Universitat Jaume I;2017
9. García Gonzalo N, Esmerode Iglesias C. Creatividad Y Terapia Ocupacional: ¿Es Posible Empoderar Un Concepto? [internet].11. TOG (A Coruña); 2014 [2014;12 agosto2020]. Disponible en: <http://www.revistatog.com/mono/num6/mono6.pdf>
10. Cruz Fuentes E, De la Fuente YM. Ocio y tiempo libre en personas con enfermedad mental [Trabajo Final de Grado]. Universidad de Jaén; 2014

ANEXOS

¿Cómo te has sentido durante la realización de esta actividad en conjunto?

Excelente Muy bien Bien Regular Mal

¿Cómo te has sentido durante la realización del taller de marionetas?

Excelente Muy bien Bien Regular Mal

¿Cómo te has sentido durante la creación y los ensayos de la obra de teatro?

Excelente Muy bien Bien Regular Mal

¿Cómo te has sentido durante la exposición de la obra de teatro?

Excelente Muy bien Bien Regular Mal

¿Cómo te has sentido durante la realización de estas actividades con tus compañeros?

Excelente Muy bien Bien Regular Mal

¿Crees que esta actividad ha servido para mejorar tu estado de ánimo y para sentirte más motivado?

SI NO

¿Qué es lo que más te ha gustado de la actividad?

¿Qué otras actividades o talleres te hubieran ayudado a sentirte motivado?

Derechos de autor

