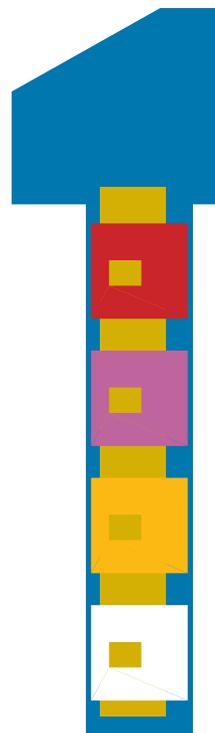


GUÍAS DE IMPLANTACIÓN

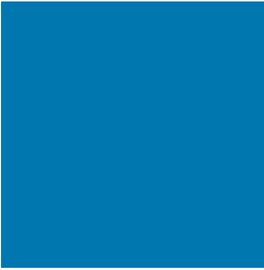
INTERVENCIONES NO FARMACOLÓGICAS

TALLERES DE CIANOTIPIA



TALLERES DE CIANOTIPIA





PROMOTOR:

Centro de Referencia Estatal de Atención a Personas con Enfermedad de Alzheimer y Otras Demencias de Salamanca (Imserso)

EDITA:

Centro de Referencia Estatal de Atención a Personas con Enfermedad de Alzheimer y Otras Demencias de Salamanca (Imserso)

AUTORES:

Noelia González Rabanillo

Enrique Pérez Sáez

NIPO:

686170155

1ª edición: 2017

© Instituto de Mayores y Servicios Sociales (Imserso).



ÍNDICE

I.	OBJETO DE LA GUÍA	7
II.	INTRODUCCIÓN	7
III.	LA EDUCACIÓN ARTÍSTICA EN LA DEMENCIA	8
IV.	¿QUÉ ES LA CIANOTIPIA?	11
	• BREVE HISTORIA DE LA CIANOTIPIA	11
	• INTRODUCCIÓN A LA TÉCNICA	11
V.	MATERIALES NECESARIOS	13
	• PREPARACIÓN DE LA EMULSIÓN	14
	• SOPORTES	16
	~ TIPOS DE PAPEL	16
	~ PIEDRAS	18
	• NEGATIVOS	19



VI.	PROCESO	20
VII.	ASPECTOS A TENER EN CUENTA	26
VIII.	ORGANIZACIÓN DE UN TALLER DE CIANOPIA	27
	• SELECCIÓN DE LOS PARTICIPANTES	27
	• EL ESPACIO	28
	• ACTIVIDADES COMPLEMENTARIAS	28
IX.	CONSEJOS PARA UN MEJOR DESARROLLO DE LOS TALLERES	30
X.	INVESTIGACIÓN SOBRE LOS EFECTOS DE UN TALLER DE CIANOPIA PARA PERSONAS CON DEMENCIA LEVE-MODERADA	33
	• INTRODUCCIÓN	33
	• MÉTODO	33
	• RESULTADOS	34
	~ ESTADO DE ÁNIMO	35
	~ AUTOESTIMA	35
	~ NPT-ES	36
	• DISCUSIÓN	37
XI.	CONCLUSIONES	38
XII.	REFERENCIAS	39



El objeto de esta guía es orientar en la práctica de los talleres de cianotipia para la implantación de un programa de educación artística en centros de atención a personas con enfermedad de Alzheimer y otras demencias.

Pretendemos ofrecer los conocimientos básicos de la cianotipia y su proceso de trabajo. Para ello, indicaremos qué materiales y espacios son necesarios y aportaremos nuestra experiencia práctica para acercar a otros centros esta asombrosa técnica artesanal.

INTRODUCCIÓN

En el Centro de Referencia Estatal de atención a Personas con Enfermedad de Alzheimer y Otras Demencias (CRE de Alzheimer) hemos desarrollado varios talleres especializados en la técnica de la cianotipia para personas con demencia y nos gustaría poder compartir las impresiones y los conocimientos acerca de esta técnica artesanal de positivado.

La técnica de la cianotipia es un proceso antiguo, sencillo y económico que utiliza sustancias químicas relativamente seguras y cuyos acabados resultan muy atractivos para los participantes debido a su gran calidad estética.

Se han realizado algunos estudios que han puesto de manifiesto que la realización de actividades de expresión artística con la técnica de la cianotipia con personas con demencia temprana contribuyen a mejorar su calidad de vida y su bienestar (Ullán, 2011; Ullán et al., 2013).



Estas actividades fomentan la expresión y la creatividad de los participantes, facilitan su socialización y el intercambio de experiencias y dan como resultado un aumento de su autoestima y de su sentido del logro.

A lo largo de este año, en el CRE de Alzheimer hemos realizado una experiencia de talleres de educación artística con la técnica de la cianotipia que nos ha servido para la recogida de datos y la elaboración de la presente guía.

EDUCACIÓN ARTÍSTICA EN LA DEMENCIA

La incorporación de personas con demencia a la realización de actividades relacionadas con el arte es relativamente reciente. Sin embargo, debemos considerarlas como actividades significativas que pueden tener un efecto positivo sobre el bienestar y la calidad de vida de estas personas. Se ha comprobado que las personas con demencia pueden producir arte con un considerable valor estético a pesar de mostrar cambios profundos en su estilo y contenido (Chatterjee, 2006). Además, existen múltiples casos que demuestran que tanto personas con experiencia artística como personas sin ella pueden participar en este tipo de actividades (para una revisión de esta evidencia anecdótica, véase Chancellor, Duncan & Chatterjee, 2014).

Debemos dejar de centrarnos en las deficiencias y las pérdidas de las personas con demencia para adentrarnos en un prisma en el que destaquemos sus potencialidades (creativas, artísticas, de relación con los demás, de vivenciar experiencias...). Hay autores que afirman que estudiar el arte y la demencia es un modelo para reconocer las fortalezas, y no solo las debilidades, de los pacientes (Cummings et al., 2008).



Podemos utilizar la educación artística en las personas con demencia como una herramienta que facilite el proceso creativo a través de la expresión de sensaciones y emociones; esto conseguirá no solo una mejora de su calidad de vida y de su bienestar, sino también de las habilidades que aún conservan. Actividades como la arteterapia y el desarrollo de la creatividad ayudan a reforzar y potenciar el funcionamiento cognitivo y el bienestar emocional. El arte como terapia se basa en la creencia de que el proceso creativo que participa en la realización del arte es curativo y mejora la calidad de vida.

Diversos estudios sugieren que la arteterapia puede ser efectiva para provocar alta implicación y atención sostenida a las actividades, proporcionar placer, mejorar el estado de ánimo y, en general, mejorar el bienestar de personas con demencia (Gross, Danilova, Vandehey & Diekhoff, 2015; Kahn-Denis, 1997; Kinney & Rentz, 2005; Peisah, Lawrence & Reutens, 2011; Rentz, 2002; Safar & Press, 2011; Wald, 1993). Además, varios estudios han demostrado que las terapias artísticas realizadas en grupo y centradas en la socialización han conseguido beneficios en la autoestima y en la comunicación (Stallings & Emporia, 2010), así como una reducción de la ansiedad, la agitación y la depresión (Stewart, 2004). Otros estudios han encontrado que la arteterapia puede ser efectiva para reducir la apatía y mejorar la calidad de vida de las personas con demencia (Hattori, Hattori, Hokao, Mizushima & Mase, 2011), así como para producir una mejoría en agudeza mental, competencia física, calma y sociabilidad (Rusted, Sheppard & Waller, 2006) (Para una revisión exhaustiva de los estudios de arteterapia en personas con demencia, véase Chancellor, Duncan & Chatterjee, 2014).



Son escasos los estudios que han utilizado la cianotipia como técnica artística en personas con demencia, pero, en general, los resultados indican que los participantes mostraron mucho interés por las actividades y por aprender cosas nuevas, al mismo tiempo que esas propuestas reforzaron su sentimiento de capacidad y su autoimagen (Ullán, 2011; Ullán et al., 2013). Los autores de este estudio concluyen que la demencia no representa un obstáculo para la participación en programas artísticos, que ofrecen oportunidades para la creatividad, el aprendizaje, el disfrute y la comunicación para las personas con demencia.



BREVE HISTORIA DE LA CIANOTIPIA

La cianotipia fue descubierta en 1842 por el científico inglés John Frederick William Herschel (1792-1871) cuando buscaba un sistema para copiar sus notas. Se caracteriza por la obtención de imágenes azules y fue un procedimiento bastante impopular entre los primeros fotógrafos. Sin embargo, una de sus variantes fue utilizada industrialmente hasta finales del siglo pasado para la obtención de copias de planos en arquitectura y en ingeniería mecánica.

Sería la botánica Anna Atkins quien lo pondría en práctica y lo popularizaría con la publicación de varios manuales de botánica ilustrados mediante este proceso. Por su serie *British Algae*, de 1843, Anna Atkins es considerada como la primera mujer fotógrafa.

Hoy en día, debido al interés en todas las técnicas antiguas de impresión fotográfica, la cianotipia ha entrado en una fase de renacimiento. Es una técnica extremadamente simple y versátil. Las cianotipias pueden realizarse sobre papel, tejido, piedra, metal e incluso vidrio.

INTRODUCCIÓN A LA TÉCNICA

La cianotipia se trata de una técnica de fotografía basada en la fotosensibilidad de la sal férrica que obtenemos al mezclar citrato férrico amónico y ferrocianuro potásico.



Cuando esta sal férrica se expone a una fuente de luz ultravioleta (la más accesible es la luz solar), se torna en sal ferrosa, que, al estar combinada con el ferrocianuro potásico, se vuelve insoluble al agua y adquiere su característica coloración azul.

El proceso para obtener cianotipias es muy sencillo: se preparan las dos soluciones químicas por separado, se juntan en la misma cantidad formando la emulsión, se extiende una capa de esta sobre un papel que, cuando se seca, se cubre con el elemento que se quiere representar (plantas, objetos o negativos) y se expone al sol.

Ya que el proceso fotoquímico es suficiente, basta con lavar con agua corriente el papel para que arrastre los restos de sal férrica y deje solo la sal ferrosa de color azul, que es insoluble.



MATERIALES NECESARIOS



Los materiales necesarios para la elaboración de cianotipias son enumerados a continuación:

- ◆ Compuestos químicos: citrato férrico amónico (polvo de color verdoso) y ferricianuro potásico (granulado de color rojizo)
- ◆ Guantes de látex
- ◆ Jarra medidora
- ◆ Balanza de precisión
- ◆ Agua destilada
- ◆ Agua oxigenada
- ◆ Dos botellas negras de fuelle etiquetadas como A y B
- ◆ Dos jeringuillas pequeñas (de 10 ml., por ejemplo), sin aguja, etiquetadas como A y B



- ◆ Cuenco o vaso para preparar la mezcla
- ◆ Bayetas, paños y papel para limpiar
- ◆ Pincel ancho, o rodillo, o esponja... lo que queramos usar para extender la emulsión
- ◆ Soporte con cristal
- ◆ Soporte (cartulina, piedras, madera, papel grueso, tela...)
- ◆ Negativos, plantas u objetos para crear fotogramas
- ◆ Secador de pelo para acelerar el proceso de secado
- ◆ Una cubeta grande o barreño para lavar
- ◆ Cuerda y pinzas para tender

PREPARACIÓN DE LA EMULSIÓN

Las soluciones para cianotipia se pueden adquirir en establecimientos de procedimientos fotográficos alternativos, pero es más barato si las preparamos nosotros mismos. El procedimiento es bastante sencillo y siguiendo las instrucciones no presentan problemas de toxicidad.

Debemos mantener los pasos y las medidas exactas, porque cualquier fallo puede hacer que los productos químicos no sirvan para nada.

Existen varias recetas para elaborar las emulsiones, incluso en algunas se utiliza formol para evitar la aparición de moho. Vamos a explicar la emulsión que hemos utilizado en nuestros talleres.

Trabajaremos con los dos químicos por separado y etiquetaremos las botellas de fuelle para no equivocarnos como A y B.



SOLUCIÓN A: CITRATO FÉRRICO AMÓNICO

- ◆ En un vaso de plástico pesaremos **90 gr de citrato férrico**, restando el peso del vaso.
- ◆ Lo pondremos en la jarra medidora y añadiremos **agua destilada** hasta completar los **250 centímetros cúbicos**.
- ◆ Lo mezclamos bien.
- ◆ Introducimos la mezcla en la botella de fuelle negra A.
- ◆ Lavamos bien la jarra medidora para volverla a utilizar.

SOLUCIÓN B: FERRICIANURO POTÁSICO

- ◆ En otro vaso medimos **50 gr. de ferricianuro potásico**, restando también el peso del vaso.
- ◆ Lo pondremos en la jarra medidora y añadiremos agua destilada hasta completar los **250 centímetros cúbicos**.
- ◆ Lo mezclamos bien.
- ◆ Introducimos la mezcla en la botella de fuelle negra B.



SOPORTES

Las cianotipias se pueden desarrollar en distintos soportes (papel, cartulina, tela, madera, piedra...). Únicamente es necesario que sean porosos para que absorban bien la solución. Los más recomendados son los soportes resistentes al agua.

Tipo de papel

Para realizar fotografías de alta calidad es muy importante elegir el papel adecuado. Debemos comprar un papel resistente que no se rompa después de un tratamiento largo en agua. El más adecuado es el papel de acuarela o papel de grabado.

Es importante tener en cuenta el grosor, un papel fino se puede deshacer con facilidad. También es muy importante la fórmula química del papel, que influye en gran medida en la permanencia de la imagen. Además, hay que tener en cuenta que la mayoría de los papeles artísticos tienen un lado «bueno» y otro «malo», la parte buena es más suave y de mejor calidad.

Existen papeles con textura lisa y rugosa: la fotografía en una superficie lisa aparece nítida, mientras que la fotografía en papel rugoso es suave y difusa, de apariencia difuminada. También tenemos que prestar atención a la capacidad de absorción: si el papel es demasiado absorbente, la imagen puede ser borrosa, pero si el papel no es bastante absorbente se pueden formar charcos de emulsión; en este caso, la imagen presentará un aspecto desigual.

Si se quiere realizar un taller económico, se pueden utilizar cartulinas normales. Existen en el mercado numerosos tipos de papel artísticos, por lo que lo más recomendable es que realicemos primero una prueba para ver el resultado.

Podemos también utilizar cartulinas de colores para conseguir acabados distintos.





Piedras

Es recomendable elegir piedras claras o casi blancas. De esta manera, podemos conseguir una imagen mucho más pronunciada que en las piedras manchadas u oscuras.

Una vez aplicada la emulsión, y estando completamente seca, ponemos sobre la piedra el negativo y lo prensamos con una placa de vidrio. Si queremos utilizar plantas, objetos o recortes de cartulina, la envolveremos con film transparente.



NEGATIVOS

Aunque se puede usar esta técnica para hacer fotogramas, por ejemplo, poniendo sobre el papel unas plumas de ave, plantas u objetos, lo que más impresiona a los participantes es obtener una fotografía. Para esto hay dos métodos: utilizar un negativo de buen tamaño o utilizar lo que se conoce como internegativo, que no es más que una imagen pasada a negativo en blanco y negro e impresa sobre acetato transparente.

Antes de nada, escogeremos las imágenes que queramos convertir en cianotipos y las invertiremos para conseguir un negativo en blanco y negro del tamaño deseado (este paso se puede hacer con un software de edición fotográfica). El paso final es imprimirlas en transparencias, ya sea en casa o en un centro de impresión. Es importante que la calidad de impresión del acetato sea buena, porque si tiene grano o trama se verá en el cianotipo resultante.



Vamos a explicar el proceso completo de creación de una cianotipia:

- ◆ Tendremos preparados todos los materiales necesarios para el trabajo.
- ◆ Comenzaremos mezclando la misma cantidad de ambas soluciones, A y B. Podemos utilizar tapones pequeños o jeringuillas marcadas como A y B también.

Al mezclar estas dos soluciones obtenemos una emulsión sensible a la luz. La mezcla tiene poca duración por lo que es mejor utilizarla toda para aprovecharla.

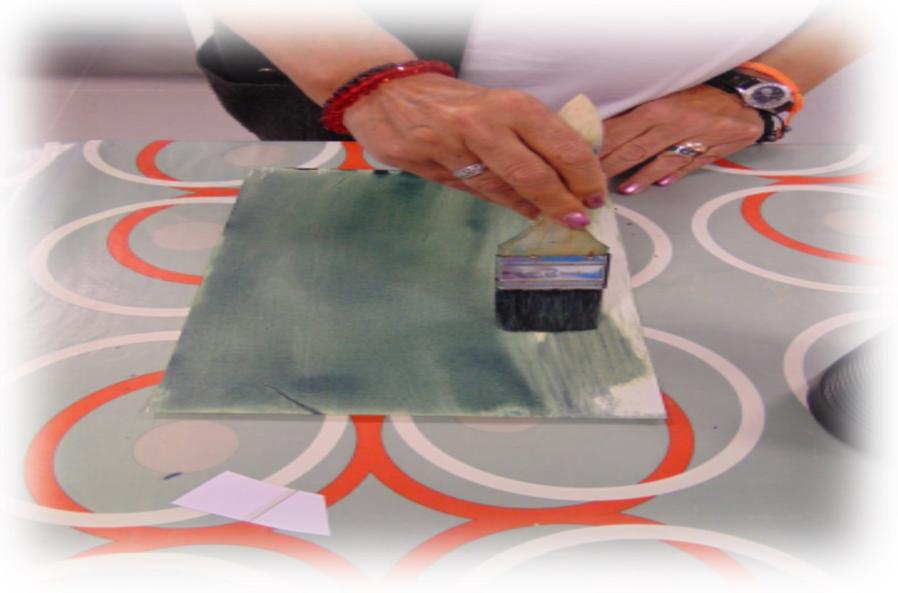
Podemos emulsionar papel que guardaremos en una carpeta opaca para otras ocasiones.

- ◆ Trabajaremos en un lugar con poca luz para que no se estropeen los cianotipos.
- ◆ Aplicamos la emulsión sobre el soporte (puede ser papel, piedra, tela...).

Podemos utilizar una brocha o rodillo utilizando muy poca cantidad y extendiéndola muy bien. Lo ideal es no empapar el papel sino «pintarlo», por lo que vamos cargando ligeramente la brocha y extendiendo de cada vez en pasadas largas y suaves, hasta que tengamos todo el papel pintado de manera uniforme, sin formar charcos ni dejar calvas.

También puede dar un resultado muy estético dar pinceladas o brochazos de forma desigual sin completar todo el papel.





- ◆ El químico ahora es de color amarillo por lo que es muy sencillo de extender. Una vez sensibilizado cada papel hay que dejarlos secar bien en algún sitio donde no les dé nada de luz solar.
- ◆ Una vez bien secos los soportes colocamos sobre ellos objetos o negativos realizando nuestra composición. Utilizaremos un marco que tenga pinzas para sujetar la madera y el cristal para evitar que el viento pueda moverlos y fijar así mejor la imagen.



Prepararemos un «sándwich»: primero ponemos la base del marco, encima el papel sensibilizado, sobre éste ponemos el negativo, los objetos o las plantas... y cubrimos todo con un cristal, para prensarlo y que quede bien pegado al papel.

- ◆ Para sacar nuestra composición a la luz solar podemos taparla con nuestro cuerpo o con una cartulina negra.
- ◆ Exponemos la fotografía a la luz ultravioleta de una lámpara o del sol. Es más atractivo utilizar la luz solar porque usar lámparas rompe un poco la magia del proceso, pero son útiles si se quiere realizar con mal tiempo. Los tiempos de exposición varían:

	PRIMAVERA	VERANO	OTOÑO	INVIERNO
SOLEADO	4-5 min.	1 min.	7-8 min.	15 min.
NUBLADO	9 min.	4-5 min.	15 min.	30 min.

Cuando veamos que el color ha cambiado de ese tono amarillento del principio, primero a un color azulado y después a un tono grisáceo, sabremos que las sales férricas han cumplido su función.



- ◆ Expirado el tiempo de exposición, desmontamos el cristal y el negativo y revelamos la cianotipia en agua en una cubeta.

El revelado es lo más sencillo, se prepara una cubeta grande con agua, se sumerge el papel y dejamos unos minutos mientras movemos el papel de vez en cuando. Se disuelven así las sales férricas sobrantes. Irá apareciendo la coloración azul característica, (ferricianuro ferroso) que es insoluble en agua, y se queda permanentemente fijada al soporte, es casi mágico.

El lavado habrá terminado cuando haya desaparecido el velo amarillento y las partes que estaban cubiertas recuperen el tono original del papel.

Si el resultado no queda muy contrastado podemos utilizar un poco de agua oxigenada directamente sobre la cianotipia, para subir el color, y aclarar después.

Opcionalmente podemos darle un golpe de contraste que a la vez oscurece un poco el tono azul: en la misma cubeta con agua limpia echamos un chorro de agua oxigenada, removemos y sumergimos el papel durante unos pocos segundos. Veremos cómo delante de nuestros ojos el tono azul se oscurece dando más contraste a toda la imagen.

Unos segundos es suficiente, sacamos, damos el último lavado y dejamos secar. No se debe tener prisa, estos procesos requieren paciencia y los mejores resultados se obtienen probando, errando y corrigiendo, es decir, experimentando.





- ◆ Pondremos las cianotipias a secar en una cuerda de tender con pinzas al aire libre y a la sombra, o podemos utilizar un secador. Si utilizamos soportes muy pesados podemos ponerlos en el suelo al aire libre y siempre a la sombra.



- ◆ Pondremos las cianotipias a secar en una cuerda al aire libre y a la sombra, sujetas con pinzas, o podemos utilizar un secador. Si utilizamos soportes muy pesados, podemos ponerlos en el suelo al aire libre, pero siempre a la sombra.



- ◆ Hay que tener mucho cuidado con no contaminar un químico con el otro ya que se echarían a perder. Por ello lo ideal es utilizar dos jeringuillas diferentes y etiquetarlas bien, así como los botes de los químicos.



- ◆ El papel sensibilizado tiene poca vida útil, lo ideal es usarlo en cuanto esté seco. Si queremos utilizarlo días después debemos asegurarnos que no le dé nada de luz y guardarlo en una carpeta opaca e incluso dentro de un armario.
- ◆ Los cianotipos son bastante perdurables, pero se pueden degradar si se exponen a la luz solar directa, por lo que si se quieren poner en una pared o balda lo ideal es buscar un sitio donde no puedan recibir luz solar directa.
- ◆ Al poner a secar las cianotipias pueden gotear y manchar por lo que podemos colocar unos periódicos para evitar manchas.
- ◆ Si manchamos nuestra ropa tanto con la emulsión como en el lavado no se quitará la mancha por lo que es conveniente que especialmente el profesional que enseñe el taller lleve una bata.



SELECCIÓN DE LOS PARTICIPANTES

Estos talleres están pensados para grupos poco numerosos, entre cuatro y seis participantes sería lo idóneo. Si se quieren realizar con grupos más amplios, es necesario que colaboren personas de apoyo junto con la persona que dirija el taller.

Nuestro criterio de selección fue únicamente que los participantes tuvieran una demencia entre leve y moderada; la participación era voluntaria y la podían finalizar cuando quisieran.

Recomendamos realizar una sesión de prueba con los posibles participantes para observar su reacción ante los distintos pasos del taller y para comprobar que su participación no provocará ninguna consecuencia negativa para ellos. Igualmente, se pueden dar casos de personas que nunca han mostrado ningún tipo de interés por actividades de expresión artística y que, sin embargo, responden muy bien a esta técnica.

Las partes del proceso en las que hay que trabajar con poca luz pueden provocar malestar, especialmente a aquellos que tienen problemas de visión.

Si los participantes tienen problemas físicos de movilidad, tenemos que tener en cuenta que para realizar el taller hay que salir a la calle o al patio y realizar tiempos de espera, tanto para la exposición como para el revelado, por lo que pondremos sillas para que puedan sentarse si se cansan. Si en el grupo hay varios participantes con problemas de movilidad, es mejor contar con la ayuda de algún profesional más.



EL ESPACIO

Para realizar talleres de cianotipia es necesario poder contar con:

- ◆ Una sala que tenga acceso al exterior o a un patio para exponer los trabajos al sol, para su posterior revelado con agua y para el secado.
- ◆ Disponer de un grifo para poder llenar de agua las cubetas. Es mejor colocar las cubetas en alto, sobre unas mesas que puedan mojarse o que estén cubiertas con plástico, para una mayor comodidad de los participantes.
- ◆ Las ventanas deben tener persianas o cortinas que nos permitan poder tener la sala con poca luz en los momentos que los trabajos se puedan velar.
- ◆ Disponer de mesas de trabajo con suficiente espacio para que puedan trabajar cómodamente todos los participantes.

ACTIVIDADES COMPLEMENTARIAS

Además de realizar la actividad de la cianotipia, podemos mejorar nuestros talleres con la propuesta de actividades complementarias que enriquezcan aún más el proceso creativo.

Los talleres que hemos realizado en el CRE de Alzheimer estaban divididos en tres partes:

- ◆ **COMENTARIO DE OBRAS:** mostrábamos a través de un proyector obras artísticas famosas y realizábamos una observación detenida, así como una descripción y un análisis de los elementos. La persona encargada del taller, para facilitar la participación, puede hacer preguntas sencillas a los asistentes.



Tenemos que ser conscientes de las múltiples reacciones que provoca en la mirada del espectador una obra de arte y aprovecharlas para conseguir favorecer en los participantes un acercamiento con la realidad social y cultural, estableciendo conexiones con su experiencia vital y trabajando el recuerdo y la memoria.

- ◆ **REALIZACIÓN DE LAS CIANOTIPIAS:** se realizaba todo el proceso de elaboración de las cianotipias, cada día con materiales y soportes diferentes.
- ◆ **INTERVENCIÓN DE LAS OBRAS:** dábamos a conocer distintas técnicas gráfico-plásticas para que los participantes pudieran dar a sus obras un toque final personal. Se pueden pintar las obras con acuarela, ceras, rotuladores, pinturas pastel... desarrollando su creatividad y disfrutando de un momento de distensión y relajación.



- ◆ Ya se comentó anteriormente la importancia de hacer una adecuada selección de los participantes. Se recomienda una sesión de prueba para comprobar cómo reaccionan a los distintos pasos del proceso. No debe darse nunca nada por sentado, hemos tenido participantes que no habían demostrado ningún interés por actividades de este tipo y que nos han sorprendido por su nivel de interés e implicación. También nos ha sucedido que personas a quienes les encanta pintar y realizar actividades de expresión plástica no han funcionado bien porque no eran capaces de trabajar con poca luz.
- ◆ Tener siempre los materiales preparados, limpios y ordenados antes de comenzar la sesión.
- ◆ Si realizamos la actividad de comentario de obras, podemos utilizar preguntas sencillas que nos sirvan para fomentar el diálogo y la aportación de experiencias y opiniones de los participantes. Nos sentaremos de manera que todos puedan ver bien las obras y que se favorezca la conversación y la escucha.
- ◆ Si utilizamos proyector, la imagen será más grande y podrán apreciar mejor los detalles; el único inconveniente es que tendremos que apagar las luces para poder ver mejor la imagen y esto puede producir que algún participante se adormile.
- ◆ En las primeras sesiones es mucho mejor darles los soportes ya emulsionados para facilitar el proceso y que el taller sea más ágil. Más adelante, podemos desarrollar una sesión en la que les mostremos cómo se realiza la emulsión y que sean ellos mismos quienes preparen sus soportes.



- ◆ Para secar las imágenes, podemos colgarlas con pinzas en una cuerda en el exterior, tenemos que tener cuidado con el aire. Podemos secarlas parcialmente con papel de cocina al extraerlas del agua o también utilizar un secador de pelo si queremos tardar menos.
- ◆ Durante el secado, podemos aprovechar para comentar las obras o ir preparando los materiales que vamos a utilizar para pintar.
- ◆ Debemos intentar que sean lo más autónomos posible en todas las partes del taller y ayudarles solo cuando creamos que lo necesitan.
- ◆ Se recomienda tener una carpeta para cada participante, marcada con su nombre, donde iremos guardando todas sus obras. De vez en cuando podemos sacar las carpetas para ver y comentar todos los trabajos que han realizado.
- ◆ Es importante preparar un esquema de las sesiones y de los tiempos que nos llevará cada parte del taller, aunque hemos de tener en cuenta que debemos ser flexibles y adaptarnos a las circunstancias del momento y a las características de los participantes. Si vemos que es conveniente alargar alguna sección porque es favorable para nuestros participantes, no hay ningún problema: ya acabaremos en otra sesión lo que no dé tiempo en esta.
- ◆ La duración de las sesiones dependerá mucho del grupo de trabajo que tengamos. Se recomienda que las sesiones no duren más de una hora y media, aunque hemos llegado a desarrollar talleres de dos horas.
- ◆ Aprovechar el trabajo en grupo para fomentar el diálogo y el intercambio de ideas.
- ◆ Transmitir a los participantes que lo importante es disfrutar de todo el proceso de elaboración de las obras y no prestar tanta atención a los resultados.



- ◆ Tener en cuenta que cada persona tendrá su propia forma de expresión; debemos respetarla y valorarla y nunca cohibir diciendo que está mal. Si queremos que desarrollen su capacidad de expresión, debemos dar libertad, y en muchas ocasiones nos sorprenderán los resultados.
- ◆ Probar diferentes materiales, técnicas gráfico-plásticas distintas, cambiar el formato del papel... En definitiva, usar la imaginación porque la cianotipia nos da la oportunidad de realizar multitud de actividades en una sola.
- ◆ Realizar una exposición con los trabajos realizados en los talleres aumentará la autoestima de los participantes y acercará sus obras a los familiares, amigos y visitantes en general.



INTRODUCCIÓN

Con el objetivo de evaluar el impacto de un taller de cianotipia sobre la participación y la experiencia en la terapia, la autoestima y el estado de ánimo de personas con demencia, llevamos a cabo una investigación piloto que utilizó un diseño de medidas repetidas sin grupo control ni asignación aleatoria.

MÉTODO

En esta investigación participaron diecisiete usuarios del centro de día y las unidades de convivencia del Centro de Referencia Estatal de Atención a Personas con Enfermedad de Alzheimer y Otras Demencias. Los participantes fueron seleccionados de acuerdo con los siguientes criterios de inclusión/exclusión:

- ◆ Personas con demencia en fase leve o moderada.
- ◆ Sin presencia de trastornos de conducta que dificulten el desarrollo de las sesiones.
- ◆ Que muestren interés en actividades artísticas y creativas.
- ◆ Sin alteraciones físicas o sensoriales que impidan su participación en la actividad.

Los participantes fueron divididos en tres grupos según su recurso en el centro (servicio de intervención ambulatorio, centro de día y unidades de convivencia).



La intervención consistió en once sesiones grupales de 60 a 75 minutos de duración a razón de una sesión semanal. La intervención se realizó en un espacio designado específicamente para la actividad y aislado de las unidades de convivencia y el centro de día.

Para evaluar los efectos del taller, se usaron estas escalas:

- ◆ Escala de autoestima de Rosenberg (Rosenberg, 1965): administrada pre y postintervención.
- ◆ Smiley-Face Assessment Scale: sistema de respuesta gráfico con cinco caras, que van de «muy infeliz» a «muy feliz», para la propia medición del estado de ánimo (Rosenberg, Parsa, Humble & McGee, 2010). Se completó al principio y al final de cada sesión pidiendo a los participantes que señalaran cuál de las caras representaba su estado de ánimo.
- ◆ Non Pharmacological Therapy Experience Scale (NPT-ES) (Muñiz, Olazarán, Lago & Peña-Casanova, 2011): escala que cuantifica la experiencia en el momento de la intervención. Evalúa la participación, el disfrute, la relación con otros, el placer y el rechazo en una escala que va de 0 (nunca) a 3 (siempre). Se completó al final de cada sesión con la valoración por parte del terapeuta de cada uno de los ítems en función de la conducta y la actitud del participante durante la sesión.

RESULTADOS

La muestra de la investigación estuvo formada por 17 usuarios del Servicio de intervención ambulatoria ($n = 6$), del centro de día ($n = 7$) y de las unidades de convivencia ($n = 4$) del CREA, 14 mujeres y 3 hombres con una edad media de 72.29 años (rango 50-89 años). Los usuarios asistieron a una media de 9.59 sesiones (rango 7-11).



Estado de ánimo (*Smiley-Face Assessment Scale*)

Las sesiones de cianotipia tuvieron un efecto positivo sobre el estado de ánimo, $t(16) = -7.318$, $p < .001$, 95% CI [-0.74325, -0.40935], $r = .88$, ya que este se incrementó de una media pre-sesión de 3.80 ($DT = 0.55$) a una media post-sesión de 4.37 ($DT = 0.41$) (**Ver figura 1**).

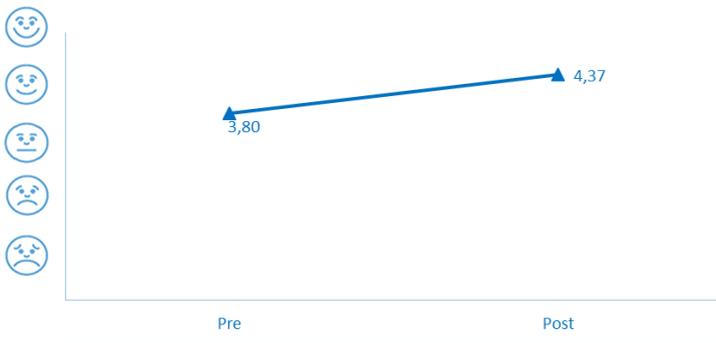


Figura 1. Media de las valoraciones pre y postsesión del estado de ánimo (*Smiley-Face Assessment Scale*).

Autoestima (Escala de autoestima de Rosenberg)

Tras la intervención se produjo un aumento significativo de la autoestima medida a través de la escala de Rosenberg, $t(15) = -1.761$, $p = .049$, 95% CI [-3.177, 0.302], $r = .41$, que pasó de una media preintervención de 29.06 ($DT = 4.42$) a una media postintervención de 30.5 ($DT = 4.10$) (**Ver Figura 2**).



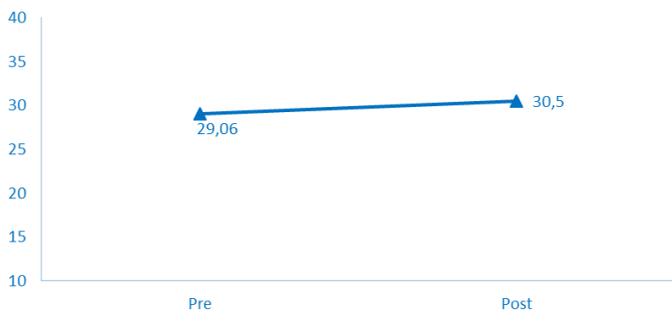


Figura 2. Media de las puntuaciones pre y post-intervención de la autoestima (escala de autoestima de Rosenberg).

Experiencia en la terapia (NPT-ES)

Durante las sesiones de cianotipia, los usuarios mostraron altas puntuaciones en todos los ítems de la escala de valoración de la experiencia en la terapia NPT-ES (**Véanse tabla 1 y figura 3**).

Tabla 1.

Media (M) y desviación típica (DT) de los ítems y el total de la escala NPT-ES.

Ítems NPT-ES	M	DT
Participación	2.87	0.28
Disfrute	2.86	0.28
Relación	2.99	0.02
Displacer	2.97	0.07
Rechazo	3.00	0.00
Total	13.67	1.31



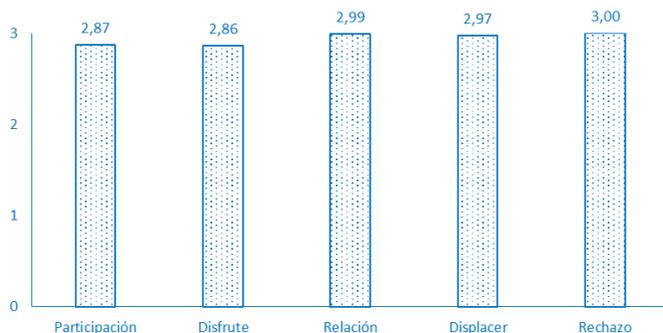


Figura 3. Medias de cada uno de los ítems de la escala NPT-ES

DISCUSIÓN

Los resultados de la investigación piloto indican que la participación en el taller de cianotipia tuvo un efecto positivo sobre la autoestima y el estado de ánimo de los usuarios. Además, la participación en sesiones de cianotipia dio lugar a una experiencia positiva de los participantes, que mostraron un alto disfrute, se implicaron en la actividad y establecieron relación con otros usuarios durante la sesión, mientras que apenas aparecieron manifestaciones de desagrado o rechazo a la actividad.

Esta investigación presenta múltiples limitaciones; sin embargo, los resultados indican que las actividades creativas, como un taller de cianotipia, pueden ser una terapia no farmacológica muy apropiada para personas con demencia, ya que, a pesar de sus limitaciones e independientemente de su grado de afectación, pueden disfrutar de la actividad, lo que genera un estado de ánimo positivo durante las sesiones y fortalece su autoestima.

Así pues, debemos considerar las actividades de arteterapia como intervenciones psicosociales posiblemente efectivas que, además, son factibles y fácilmente implementables en diversos entornos de cuidado (Peisah et al., 2011).



Tras las experiencias realizadas, podemos asegurar que las actividades de expresión artística con la técnica de la cianotipia ayudan a la persona con demencia leve o leve-moderada a mantener una mayor agilidad física y mental. Podemos decir que, incluso, van más allá y mejoran su autoestima, su estado de ánimo y refuerzan la imagen positiva de sí mismas. La cianotipia consigue que nos centremos en las capacidades de las personas dejando a un lado la enfermedad. Además, los resultados nos muestran el interés y la capacidad de implicación de los participantes en este tipo de actividades y cómo son capaces de disfrutar de la experiencia. Por eso, deberían formar parte de sus actividades cotidianas dentro de un programa continuo de propuestas de expresión artística y no solo sesiones aisladas. Si en tan poco tiempo de intervención ya se han notado efectos positivos, los resultados pueden ser mucho más notorios si esta se amplía.



Cummings, J. L.; Miller, B. L.; Christensen, D. D. & Cherry, D. (2008). Creativity and dementia: emerging diagnostic and treatment methods for Alzheimer's disease. *CNS Spectrums*, 13(S2), 1-20.

Chancellor, B.; Duncan, A. & Chatterjee, A. (2014). Art Therapy for Alzheimer's disease and other dementias. *Journal of Alzheimer Disease*, 39, 1-11.

Chatterjee, A. (2006). The neuropsychology of visual art: Conferring capacity. In F. C. Rose (Ed.), *International Review of Neurobiology* (p. 39-49): Academic Press.

Gross, S. M.; Danilova, D.; Vandehey, M. A. & Diekhoff, G. M. (2015). Creativity and dementia: Does artistic activity affect wellbeing beyond the art class? *Dementia*, 14(1), 27-46.

Hattori, H.; Hattori, C.; Hokao, C.; Mizushima, K. & Mase, T. (2011). Controlled study on the cognitive and psychological effect of coloring and drawing in mild Alzheimer's disease patients. *Geriatrics & Gerontology International*, 11(4), 431-437.

Kahn-Denis, K. B. (1997). Art therapy with geriatric dementia clients. *Art Therapy: Journal of the American Art Therapy Association*, 14, 194-199.

Kinney, J. M. & Rentz, C. A. (2005). Observed wellbeing among individuals with dementia: Memories in the Making, an art program, versus other structured activity. *American Journal of Alzheimer's Disease and Other Dementias*, 20, 220-227.



Kinney, J. M. & Rentz, C. A. (2005). Observed wellbeing among individuals with dementia: Memories in the Making, an art program, versus other structured activity. *American Journal of Alzheimer's Disease and Other Dementias*, 20, 220-227.

López Méndez, L. (2014). Educación artística en personas con demencia temprana. *International Journal of Developmental and Educational Psychology*, 1(1), 527-534.

Lucas, A. D. (1992). Health hazards associated with the cyanotype printing process. *Journal of environmental pathology, toxicology and oncology: official organ of the International Society for Environmental Toxicology and Cancer*, 11(1), 18-20.

Mrhar, P. (2014). *Cianotipia fotografía antigua y alternativa*. S.l.: CreateSpace Independent Publishing Platform.

Muñiz, R.; Olazarán, J.; Poveda, S.; Lago, P. & Peña- Casanova, J. (2011). NPT-ES: A measure of the experience of people with dementia during non-pharmacological interventions. *Non Pharmacological Therapies in Dementia*, 1(3), 241-251.

Pappne Demecs, I. (2015). The use of creative activities in dementia in residential aged care facilities in Australia: a crosssectional study. (Masters of Applied Health Sciences). Queensland University of Technology, United States. Recuperado de http://eprints.qut.edu.au/82146/1/Ilona_Pappne_Demecs_Thesis.pdf



Peisah, C.; Lawrence, G. & Reutens, S. (2011). Creative solutions for severe dementia with BPSD: A case of art therapy used in an inpatient and residential care setting. *International Psychogeriatrics*, 23, 1011-1013.

Pérez Barba, M. S. (2013). Evaluación de un programa de arteterapia en atención geriátrica. En R. Garrido & A. Arbúes (Eds.), *Arteterapia en el ámbito de la salud mental* (p. 199-230). Huelva: Asociación Andaluza de Arteterapia (ANASART).

Rentz, C. A. (2002). Memories in the making: Outcome based evaluation of an art program for individuals with dementing illnesses. *American Journal of Alzheimer's Disease and Other Dementias*, 17, 175-181.

Romagnoli Gil, M. D. S. (2013). «Arteterapia, identidad y expresión en personas con enfermedad de Alzheimer». (Trabajo de fin de máster). Universidad de Valladolid, Castilla y León. Recuperado de <http://uvadoc.uva.es/handle/10324/3890>

Román Martínez, R. (2013). «*Relaciones intergeneracionales y educación artística para la inclusión social de personas con Alzheimer en fase leve y moderada*». (Trabajo de fin de máster). Universidad de Valladolid, Castilla y León. Recuperado de <http://uvadoc.uva.es/handle/10324/2691>

Rosenberg, F. (2009). The MoMA Alzheimer's Project: Programming and resources for making art accessible to people with Alzheimer's disease and their caregivers. *Arts Health*, 1(1), 93-97.

Rosenberg, N. (1965). *Society and the adolescent selfimage*. Princeton, NJ: Princeton University Press.



Rusted, J.; Sheppard, L. & Waller, D. (2006). A multicentre randomized control group trial on the use of art therapy for older people with dementia. *Group Analysis*, 39, 517-536.

Safar, L. T., & Press, D. Z. (2011). Art and the brain: Effects of dementia on art production in art therapy. *Art Therapy*, 28, 96-103.

Stallings, J. W. & Emporia, K. S. (2010). Collage as a therapeutic modality for reminiscence in patients with dementia. *Art Therapy: Journal of the American Art Therapy Association*, 27, 136-140.

Stewart, E. G. (2004). Art therapy and neuroscience blend: Working with patients who have dementia. *Art Therapy: Journal of the American Art Therapy Association*, 21, 148-155. Recuperado de <http://files.eric.ed.gov/fulltext/EJ682599.pdf>

Ullán, A. M. (2011). Una experiencia de educación artística contemporánea para personas con demencia. *El Proyecto AR.S: Arte y Salud. Arte, Individuo y Sociedad*, 23, 77-88. Recuperado de <https://revistas.ucm.es/index.php/ARIS/article/viewFile/36745/35577>

Ullán, A. M.; Belver, M. H.; Badía, M.; Moreno, C.; Garrido, E.; Gómez-Isla, J. & Tejedor, L. (2013). Contributions of an artistic educational program for older people with early dementia: An exploratory qualitative study. *Dementia*, 12(4), 425-446.

Wald, J. (1993). Art therapy and brain dysfunction in a patient with a dementing illness. *Art Therapy: Journal of the American Art Therapy Association*, 10, 88-95.



