

ESTUDIO PILOTO SOBRE EL IMPACTO DE LAS ACTIVIDADES CREATIVAS (taller de cerámica) EN EL BIENESTAR DE PERSONAS CON DEMENCIA

Pérez Sáez, E.¹; Cabrero Montes, E.¹; Llorente Cano, M.²; Caselles Saucedo, S.³; Díaz Romero, A.³

(1) Neuropsicólogo, (2) Logopeda, (3) Alumna. Master de Psicogerontología. USA

Centro de Referencia Estatal de atención a personas con enfermedad de Alzheimer y otras demencias. Imserso | E-mail de contacto: info@crealzheimer.es

Introducción

Existen pocos estudios que hayan explorado el efecto de la arte-terapia (AT) sobre el bienestar de las personas con demencia (PCD). Estos estudios sugieren que la AT puede ser efectiva para aumentar el interés, atención sostenida, placer y autoestima (Kinney y Rentz, 2005), así como mejorar el estado de ánimo, aliviar alteraciones de conducta, mejorar la comunicación y reducir la ansiedad, agitación y depresión (Chancellor, Duncan y Chatterjee, 2014).

Los talleres de artes creativas pueden considerarse como actividades significativas, que ofrecen a los participantes una oportunidad para la estimulación a través de actividades recreativas y de ocio. Se ha comprobado que las actividades significativas pueden mejorar la calidad de vida, retrasar el declive cognitivo y promover la autoestima (Marshall & Hutchinson, 2001). Así mismo pueden generar placer y bienestar, ayudar al restablecimiento de la dignidad, proporcionar tareas significativas, restaurar roles y promover la socialización.

HIPÓTESIS

- Las personas que realicen el programa de terapia creativa mediante cerámica mejorarán sus puntuaciones en la escala de Autoestima de Rosenberg.
- La participación en las sesiones de terapia creativa:
 - Mejorará el estado anímico de los participantes según la escala Smiley-Face (pre-post sesión).
 - Generará un alto bienestar en los participantes según la herramienta de observación del bienestar GCCWBOT. Concretamente se obtendrán puntuaciones altas en los dominios de *Interés*, *Atención sostenida*, *Placer*, *Autoestima* y *Normalidad*, así como puntuaciones bajas en los dominios de *Afecto Negativo* y *Tristeza*.
 - Generará una alta implicación de los usuarios que se reflejará en puntuaciones altas en el dominio *Atención sostenida* de la escala de observación del bienestar y en los tiempos de permanencia en la sesión.

Materiales y método

PROCEDIMIENTO

El estudio utilizó un diseño de medidas repetidas sin grupo control ni asignación aleatoria. Se llevaron a cabo 11 sesiones de 45 minutos de duración en las que los usuarios realizaron con la ayuda de los facilitadores las actividades propuestas que consistieron en la fabricación de diversas piezas de cerámica que posteriormente eran cocidas por los facilitadores en su taller para ser entregadas a los usuarios en la siguiente sesión. Durante las sesiones dos observadores registraron la presencia de los indicadores de bienestar de 3 usuarios cada uno.

PARTICIPANTES

Todos los usuarios del CREA (centro de día y unidades de convivencia), cuyas limitaciones no impidieran la realización de la actividad o interfirieran en la realización de trabajo grupal, fueron propuestos para su participación.

Finalmente 46 usuarios fueron asignados a 5 grupos de intervención en función de su grado de demencia y el servicio de atención directa prestado. Dado que no era posible el registro observacional simultáneo de todos los participantes se seleccionaron aleatoriamente 6 usuarios de cada grupo para la investigación.

Así, la muestra de la investigación estuvo formada por 30 usuarios del centro de día (n = 18) y las Unidades de Convivencia (n = 12) del CREA, 22 mujeres y 8 hombres con una edad comprendida entre 57 y 93 años (M = 79.97, DT = 8.273), con enfermedad de Alzheimer y/o demencia vascular y en menor medida otras demencias. Los participantes se encontraban en un estadio de gravedad de la demencia GDS 4 (n = 14), GDS 5 (n = 12) o GDS 6 (n = 4).

MATERIALES

Tabla 1. Tabla de variables, instrumentos y modo de aplicación, utilizados en el estudio.

Variable	Instrumento	Descripción	Modo de aplicación
Autoestima	Escala de autoestima de Rosenberg (Rosenberg, 1965)	10 preguntas, puntuables entre 1 y 4 puntos, lo que permite obtener una puntuación mínima de 10 y máxima de 40.	Valorada Pre y Post intervención, mediante entrevista con el usuario.
Estado de ánimo	Smiley-Face Assessment Scale	Instrumento autoinformado con un sistema de respuesta gráfico con cinco caras que van de «Muy infeliz» a «Muy feliz» para la medición del estado de ánimo de los participantes (Véase figura 1).	Valorada Pre y Post sesión pidiendo directamente a los participantes que valoren su estado de ánimo según la escala.
Bienestar	GCCWBOT Greater Cincinnati Chapter Well-Being Observation Tool (Kinney & Rentz, 2005)	Herramienta de registro observacional del bienestar que incluye 7 dominios (<i>Interés</i> , <i>Atención Sostenida</i> , <i>Placer</i> , <i>Afecto Negativo</i> , <i>Tristeza</i> , <i>Autoestima</i> y <i>Normalidad</i>) medidos a través de indicadores (Dos para <i>Placer</i> y <i>Tristeza</i> y tres para el resto de dominios). La escala consta de 19 ítems que han de ser valorados a partir de la observación directa de la PCD en intervalos de 10 minutos en función de en qué medida manifiestan cada indicador en una escala que va de 0 («Nunca demuestra el indicador») a 4 («Siempre demuestra el indicador»).	Durante cada sesión del taller cada evaluador observó simultáneamente a 3 participantes y registró 3 periodos consecutivos de 10 minutos de cada uno.
Tiempo de permanencia	Registro de tiempo		Se registró la hora de comienzo de cada taller y cuanto tiempo permaneció cada usuario en la actividad.



Figura 1. Escala de valoración del estado de ánimo (Smiley-Face Assessment Scale).



Resultados

Los usuarios seleccionados para el registro observacional asistieron a una media del 95% de las sesiones de intervención, permaneciendo en la actividad una media del 97% del tiempo total. Por lo tanto, entre los usuarios seleccionados la asistencia y participación fue muy alta.

Las sesiones de terapia creativa tuvieron un efecto positivo sobre el estado de ánimo (t = -7,696, p < .001, 95% CI [-0.93503, -0.54242]), que se incrementó de una media pre-sesión de 3,76 (DT = 0,747) a una media post-sesión de 4,50 (DT = 0,473) (Véase figura 2).

Tras la intervención se produjo un aumento significativo de la autoestima medido a través del test Rosenberg (t = -5.632, p < .001, 95% CI [-6.960, -3.247]) que pasó de una media pre-intervención de 28,72 (DT = 6,164) a una media post-intervención de 33,83 (DT = 3,929) (Véase figura 3).

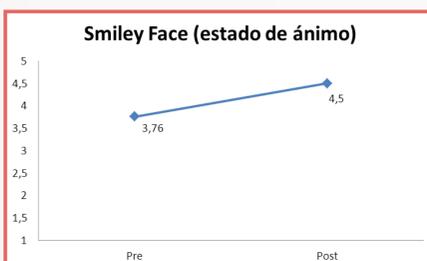


Figura 2. Valoraciones pre y post-sesión del estado de ánimo (Smiley-Face Assessment Scale)

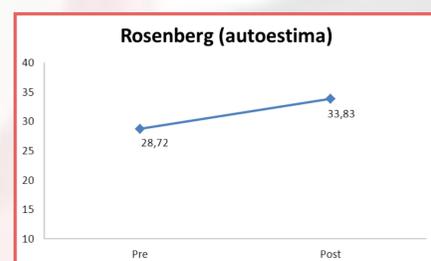


Figura 3. Puntuaciones Pre y post-intervención en la Escala de autoestima de Rosenberg

Respecto a la herramienta de observación del bienestar (GCCWBOT) se encontró que durante las sesiones de terapia creativa los participantes mostraron altas puntuaciones en los dominios de *Atención sostenida*, *Placer*, *Autoestima* y *Normalidad* y puntuaciones bajas en *Afecto negativo* y *Tristeza* (Véase tabla 2 y figura 4).

Tabla 2. Puntuaciones de los dominios del bienestar medidos según herramienta de observación del bienestar GCCWBOT.

Dominio del bienestar	M	DT
Interés en otros	0,98	0,56
Atención sostenida	2,27	0,35
Placer	1,83	0,71
Afecto Negativo	0,09	0,36
Tristeza	0,06	0,15
Autoestima	1,42	0,54
Normalidad	1,74	0,45

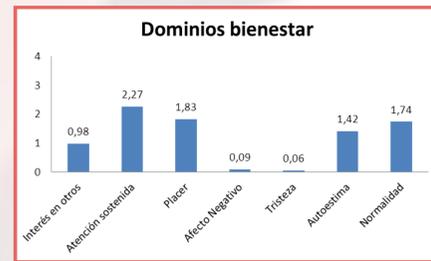


Figura 4. Medias de los dominios del bienestar medidos con la herramienta GCCWBOT.

Se observaron múltiples expresiones y gestos de disfrute durante la realización de la tarea, en todos los grupos de trabajo. Los participantes recibían con entusiasmo las indicaciones de las figuras tenían que realizar. Así mismo, al recibir su trabajo, quedaban impresionados con el resultado de la figura realizada.

Las conductas de irritabilidad, tristeza y agitación, en caso de estar presentes previamente al comienzo del taller, disminuían considerablemente a lo largo del mismo.

Conclusiones

La participación en las sesiones de terapia creativa provocó un aumento de la autoestima en los participantes.

Las sesiones de terapia creativa generaron una alta implicación de los usuarios, reflejada en el dominio *Atención sostenida* y en la elevada participación de los usuarios en las sesiones.

Durante las sesiones de terapia creativa los participantes mostraron un afecto positivo y bienestar que se reflejó en los valores altos de los dominios de *Placer*, *Autoestima* y *Normalidad* y bajos de los dominios *Afecto negativo* y *Tristeza*. Además el estado de ánimo mejoró tras cada sesión.

Así pues parece que la arte-terapia puede ser una terapia no farmacológica muy apropiada para personas con demencia ya que a pesar de sus limitaciones pueden disfrutar de la actividad, lo que genera un estado de ánimo positivo durante las sesiones, proporciona bienestar psicológico y fortalece la autoestima de los participantes. Otros efectos que merece la pena estudiar en el futuro son la reducción de ansiedad, agitación y otras conductas disruptivas.