

El Arte y la Cultura proveen magníficas oportunidades para el desarrollo de habilidades de pensamiento, de creatividad, de identificación y expresión de emociones y de comunicación. La integración transdisciplinaria de las Artes en el ámbito de Educación es un fenómeno que va en aumento y que está demostrando ser un éxito.

En el campo de la Salud, las Artes aportan herramientas terapéuticas que pueden contribuir al bienestar y a la mejora de la calidad de vida de personas convalecientes.

Llevo un tiempo empleando las artes visuales con personas afectadas por cáncer y sus familiares, con el objetivo de facilitarles el manejo de las emociones, la ansiedad y el estrés, la autoestima, la imagen corporal, las relaciones interpersonales, la comunicación, entre otros.

El método con el que trabajo es diferente al de "Arteterapia", que se centra en la creación artística como herramienta para facilitar la expresión y resolución de emociones. El programa que he desarrollado, y que está sirviendo como punto de partida de una investigación, emplea como método las **Estrategias de Pensamiento Visual** (*Visual Thinking Strategies* <https://vtshome.org>) que, a diferencia de "Arteterapia", promueve la verbalización de los pensamientos y de las emociones, utilizando obras de arte como fuente y vehículo para la expresión.

En su origen, las Estrategias de Pensamiento Visual fueron desarrolladas para ser aplicadas en el ámbito educativo y museístico. Consiste en unos pasos, unas preguntas, que invitan a la exploración de obras de arte para la construcción de significados, que están directamente relacionados con la experiencia y el bagaje cognitivo de las personas. A partir de la observación minuciosa de una obra de arte, las preguntas promueven la descripción, la interpretación y la argumentación, la indagación y la investigación, la exploración de distintos puntos de vista, la comparación y la conexión, y la búsqueda de complejidades. Todas estas habilidades son propias del pensamiento y, en el caso que se propone en este escrito, facilitan el desarrollo de la conciencia de la interconexión entre la salud y el bienestar.

A fecha de hoy, el trabajo que vengo realizando en colaboración con la Asociación Española contra el Cáncer y la Unidad de Oncología Pediátrica del Hospital Montepíncipe de Madrid está siendo valorado muy positivamente, tanto por los pacientes como por todo el equipo médico que les acompaña, que están comprobando que las artes visuales tienen un impacto de gran sanación. Las sesiones prácticas ofrecen un momento de abstracción y disfrute, una ayuda para superar los estados de ánimo bajos provocados por el dolor de la enfermedad y la amenaza de muerte, minimizando el bloqueo de sentimientos, la pasividad y la rutina propia del hospital.

Es mi deseo poder compartir esta experiencia para ahondar en la investigación y demostrar que las artes visuales y el método de las Estrategias de Pensamiento Visual pueden facilitar la estructura de pensamiento de una persona enferma que se ve afectada por las emociones que suscitan su patología, con el objetivo de minimizar su sufrimiento y mejorar su calidad de vida.