

Arte-terapia y Cáncer en Cuidados Paliativos

Nadia Collette

Introducción.

El acompañamiento terapéutico de las personas con cáncer en fase avanzada o terminal pone en evidencia numerosas circunstancias específicas que requieren un encuadre arte-terapéutico cuidadosamente adecuado a este momento trascendental de la vida. Los cambios repentinos del estado general, la falta de motricidad y la dependencia, las condiciones hospitalarias como curas, higienes, pruebas o tratamientos especiales son una dura realidad para la persona enferma y también para los familiares que le cuidan, a la vez que representan dificultades para la respuesta arte-terapéutica.

La escritora Susan Sontag evoca con gran lucidez cómo la enfermedad se vuelve metáfora de la fragilidad, vulnerabilidad y finitud humanas. La pérdida de esperanza y de sentido de la vida para el paciente moribundo es un reto mayor tanto para el arte-terapeuta como para todo el equipo multidisciplinar de una Unidad hospitalaria de Cuidados Paliativos. Con frecuencia, la cercanía de la muerte sitúa el trabajo de creación simbólica en el terreno de la espiritualidad, contemplada ésta como la aprehensión de la propia vida en una dimensión planetaria y existencial que, muchas veces, sobrepasa el entendimiento humano, la misma conciencia de la finitud y su razón de ser. Es posible que las convicciones religiosas individuales puedan aportar ciertas respuestas a los creyentes pero para nada son generalizables a toda la población, así que buscar y encontrar una paz espiritual en los últimos momentos de vida no puede ser reducido a la sola idea de lo religioso.

Paralelamente a la evolución de la enfermedad que acarrea casi siempre dolor, cansancio, deterioro de muchas funciones del cuerpo y a veces de la mente, el tiempo contado es el que crea la falta de esperanza y sentido y, a la vez, pone en cuestión el correcto desarrollo de un proceso de arte-terapia beneficioso para el paciente.

Es frecuente oír en nuestro entorno, incluso (o sobre todo!) en el hospital, que en la fase muy avanzada o terminal, “es demasiado tarde” para iniciar cualquier empresa de mejoría, porque será, de todos modos, muy momentánea. Sin embargo, en nuestra experiencia llevada a cabo en el Hospital Sant Pau de Barcelona, conforme a las observaciones realizadas en estudios internacionales, se evidencia la utilidad y el disfrute que muchas personas en este estado pueden obtener también con intervención de arte-terapia. En este punto, es importante subrayar el papel clave que juega aquí el concepto del aquí-y-ahora, desde una orientación fenomenológica, en el desarrollo de estos procesos dinámicos.

La relajación, el grado de serenidad que se puede alcanzar, el sentirse de nuevo capaz y útil para realizar algo nuevo (muchos participantes no habían abordado nunca una creación de tipo artístico), son verbalizados con frecuencia en el sentido de un aumento de la autoestima y una mejora de la calidad de vida.

Estos parámetros, observados desde nuestra investigación empírica, son actualmente el objeto de un proyecto de investigación experimental apoyado por una beca de la Sociedad Española de Oncología Médica.

En la instauración del espacio estético contextualizado aquí, un enfoque creativo, tanto para el paciente como el arte-terapeuta, consiste en hacer del tiempo, implacable maestro, nuestro amigo ¿porqué no?, según cómo se enfoca la mirada.

El caso que presentaré a continuación es el de un paciente que encuentra en el proceso de creación artística un modo de explorar sus miedos, sus fuerzas, sus recursos...

Presentación de Antonio

Antonio es un hombre muy joven todavía, con sus 42 años. Casado y con dos hijos, Pablo de 9 años y Miriam de 15, ha comunicado a los médicos que se siente muy preocupado, muy ansioso. Padece un cáncer de pulmón desde hace casi dos años, acompañado por fases de mucho dolor. Últimamente conoce un deterioro intenso, con grandes dificultades de respirar y la imposibilidad de levantarse de la cama, lo que justifica su ingreso en el hospital. Él sabe que tiene metástasis en los huesos y en el cerebro. A pesar de este cuadro general, me llama la atención la constitución bastante fuerte y robusta de Antonio. Es alto, con la mirada directa y el pelo escaso.

Juntos, trabajaremos durante 4 sesiones, repartidas en 9 días.

Sesión 1 (1 hora).

Antonio se dice muy atraído por el arte pero espera consignas para trabajar porque pretende no tener ninguna inspiración.

Su primer trabajo (Fig.1) se realiza en torno a 3 líneas aleatorias, que rápidamente se ordenan en la forma de la letra A, su inicial, como lo resalta. Con la propuesta de transformar esta A en lo que quiera, Antonio representa un pequeño personaje que no tarda en bautizar Chambrú, un apodo de complicidad para llamar a su hijo, el cual se encuentra de alguna manera fusionado con la evocación inicial del padre. Pregunto por el entorno de Chambrú y Antonio lo sitúa en la playa, con el mar cercano.

Después de este pequeño ejercicio de calentamiento, le propongo utilizar, como fuente de inspiración, el dolor más agudo que recuerde. Primero, asociándolo con un color – escoge un rotulador negro –, luego con una forma (Fig. 2). Se concentra para luego dibujar las líneas e interpretarlas a la vez: se trata de un barranco con dos monigotes. “Primero estás aquí, dice enseñando el monigote de arriba; luego te caes en el vacío y te encuentras aquí abajo.” Añade que ése es el resumen de dos años y afirma no poder más. Traza una B arriba, por bien, y una M abajo, por mal. Preguntado sobre dónde se encuentra exactamente ahora mismo, responde dibujando un tercer monigote a media altura del barranco. Otra vez le propongo ofrecer un entorno al personaje disociado sobre el papel y escoge el rotulador rojo para trazar líneas alrededor y más arriba del monigote del centro. Explica que son respectivamente piedras que le lastran en la reescalada y más obstáculos, “dolor, sufrimiento, inquietud, enfermedad en suma”. Con el mismo color, añade también un grafismo cerca del monigote de la esquina superior, traduciéndolo como una mesa y dos sillas (para su mujer y él mismo), con un candelabro o “la recompensa”, si llegas arriba. Nos detenemos en lo anterior, más cercano a la situación de aquí-y-ahora. No olvidemos la información médica

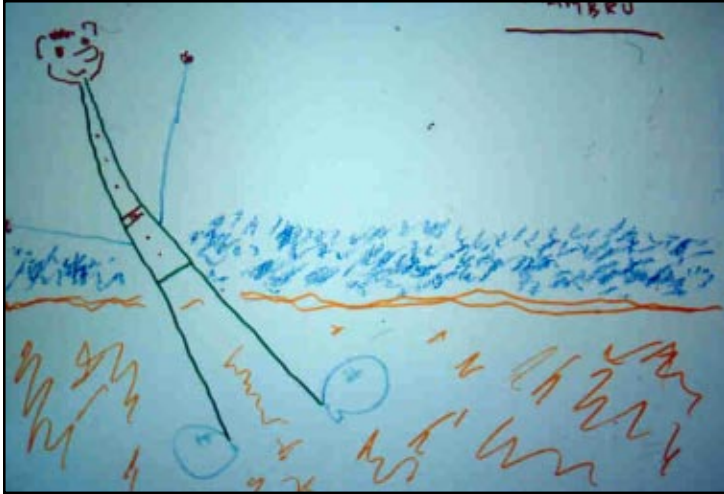


Fig.1: Dibujo a partir de tres líneas aleatorias (rotulador).

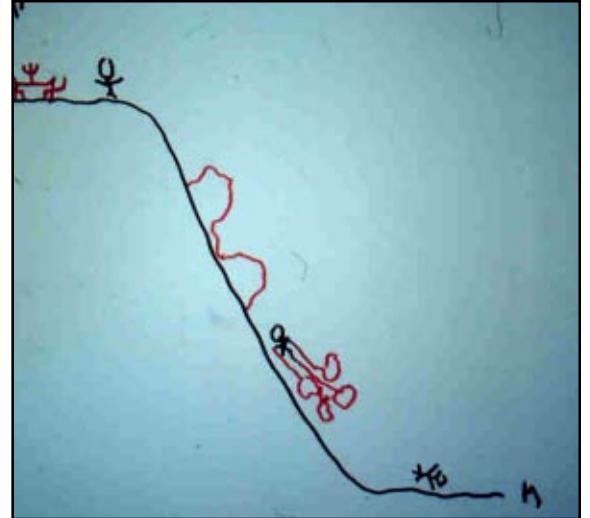


Fig.2: Representación metafórica del dolor (rotulador).



Fig.3: Árbol metafórico de la propia existencia (cera).



Fig.4: Representación de "lo que sería si no fuera humano" (moldeado).

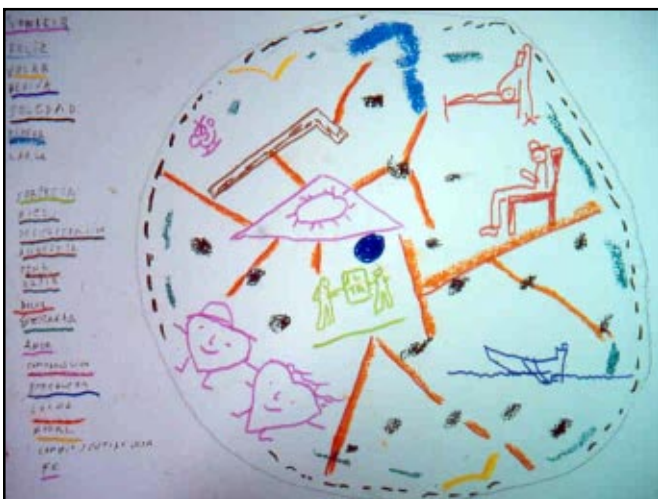


Fig.5: Mapa de sentimientos (lápiz, rotulador y cera).



Fig.6: Pintura sobre ritmo musical (acuarela líquida)

según la cual Antonio presenta muchos signos de desmoralización y preocupación. Le propongo realizar un efecto lupa, parecido al de los ordenadores, sobre los trazos descritos como obstáculos. Con determinación, representa bloques más grandes de piedra y luego observa su dibujo. Añade dos puntitos en medio de algunos bloques, para ilustrar su comentario: “hay que buscar huecos para poner los pies, como en las escaleras”. Este trazo mínimo me evoca sin embargo un deseo de ir en búsqueda de los recursos necesarios para estar mejor, no resignarse a quedarse abajo.

Terminamos la sesión “descansando”, realizando un viaje imaginario en el cual llevo a Antonio a “verse” volando hacia un espacio especial, un bosque y desde allí, al pie de su árbol personal y preferido (real o fantasista). Luego lo representa en el papel (Fig.3). Su gesto es rápido, amplio. Comenta que su árbol es muy frondoso, muy sano, fuerte, lleno de vida y con el tronco de oro. Antonio conecta simbólicamente con un aspecto deseado para sí mismo, que podría equivaler a su parte más saludable. Podemos asimilar el árbol a una metáfora de la propia persona idealizada, mejor dicho a una esencia vital de su propia existencia.

Sesión 2 (1h50)

Al día siguiente, encuentro a Antonio más sonriente, sentado en el sillón de la habitación, muy satisfecho de haber podido realizar los pasos necesarios para llegar allí desde la cama. Espontáneamente, nombra el episodio del barranco y la escalada. Es posible que el arte-terapia haya contribuido en gran medida a esta mejoría ya que, según el informe médico, la medicación no se ha modificado en este espacio de tiempo.

Después de repasar la obra producida en la sesión anterior, profundizamos en la evocación de la metáfora de la propia existencia. Antonio moldea en barro, con la ayuda de pequeños cinceles que me ha solicitado, una forma que asocia con lo que desearía ser si no fuera humano (Fig.4). Explica que su intención era representar una gaviota, por lo bien que vuela, pero repara en el grosor excesivo de las patas esculpidas y comenta que le gustaría que sus piernas tengan tanta fuerza como éstas. Observo que Antonio se proyecta en su creación, pero también, por introyección, quiere hacer suyas las cualidades simbólicas que descubre en el animalito de barro. A pesar del poco parecido con su idea inicial, encuentra a la figurita “un buen rollo” y se crea alrededor de ésta un clima distendido, positivo, con notas de humor.

Propongo a Antonio enlazar esta actividad con la redacción de un pequeño texto en el cual la gaviota es la protagonista, con la consigna de escribir en primera persona, en nombre del animal.

“Ese día, por fin, vi la luz al final del camino. La espera fue larga, crucé cielos, mares, anduve a la deriva solo, pero al fin, lo conseguí. Ahora vuelvo a sonreír, soy feliz, vuelo alto, alto, muy alto, tanto como quiero.” Y firma el escrito.

Después realiza una lectura en voz alta, en la cual percibo mucha emoción. El empleo del masculino, aun “siendo” una gaviota, no da lugar a dudas, habla directamente de sí mismo en este otro enfoque metafórico de sus fuerzas recuperadas, de su deseo de salud. La mejoría observada después de la sesión anterior nos indica que Antonio coge energías a partir de su trabajo simbólico. Nombrar el objetivo imposible para llegar a lo posible (en este caso, ha pactado con los médicos que sólo, con el andador, conseguiría llegar hasta su cuarto de baño) parece representar para él un estímulo, una esperanza par seguir luchando en plena adversidad.

Pero también, es preciso vigilar que la esperanza del

paciente no se vuelva irrealista, sería un fuerte engaño en un estado de salud desgraciadamente muy deteriorado. No sólo puede contemplar sus aspectos saludables, los que le ayudan a “escalar el barranco”, negando otros más adversos pero bien presentes, susceptibles de “cortarle las alas”. Así que el trabajo arte-terapéutico se orientará en el sentido de esta compensación, interrogando la obra escrita surgida de su interior.

A partir del texto, le sugiero recoger las palabras que más le llaman la atención; extrae “sonreír, feliz, volar”. Son las más esperanzadoras. Denotan la relajación y el bienestar que conforman el ambiente dominante de esta sesión. Después de un silencio también encuentra “deriva, soledad, espera, largo”.

¿Cuáles son las emociones que estas últimas suscitan a Antonio? Poco a poco emergen verbalmente desde la profundidad de su ser “sorpresa, miedo, desesperación, angustia, pena, rabia, dolor, esperanza, amor, comprensión, fortaleza, lucha, moral, cambio de sentido de la vida, fe” y, para no dejar escapar las palabras al viento, le propongo registrar en el lateral de una hoja de dibujo.

El trabajo plástico que sigue será, muy naturalmente, un mapa de sus sentimientos, después de asociar un color a cada uno de ellos (Fig.5). Habla a la vez que pinta:

“Rabia, mucha rabia; el miedo está por todas partes, siempre. La esperanza viene a quitar un poco el miedo pero para ser realista, hay cada vez menos esperanza que miedo a morir, hay más posibilidades de morir que de vivir.”

Cada color encuentra su forma, su lugar y sus proporciones en el papel; al final, sólo queda sin respuesta pictórica “cambio de sentido de la vida”, a pesar de los esfuerzos del autor para encontrarle una solución plástica.

A modo de síntesis y de conclusión del trabajo realizado, Antonio formula este impasse como un reto. Se dice satisfecho porque entiende que las necesidades de su vida han cambiado. Añade para cerrar la larga sesión de hoy:

“Estoy preparado para morir, estoy tranquilo. No impide un poco de miedo pero estoy preparado.”

Sesión 3 (1h35)

Observo con emoción que la gaviota de barro ocupa un lugar privilegiado en la repisa de la ventana, bañada ahora por un rayo de sol. Lleva a sus espaldas una diminuta flor salvaje amarilla, recogida por los hijos en algún césped del jardín del hospital. Es el resultado de un gesto anodino, pero que se me antoja cargado de sentido, una intervención plástica mínima que embellece lo cotidiano. Y si no ¿cómo explicar que 50 gramitos de barro hayan cobrado tanto protagonismo? Una huella del padre en tránsito, la de sus hijos en crecimiento. En ellas, se lee más vida que en muchas salas de Arte custodiado...

Repasamos la obra producida en las sesiones anteriores y en Antonio nacen preguntas que interrogan a sus propios dibujos: ¿Porqué no habré hecho raíces a mi árbol?, ¿Porqué tiene Chambrú la cabeza bajo el agua? Así los ve ahora.

Hoy le ofrezco un nuevo medio técnico, las tintas líquidas de colores. Después de probar un poco su funcionamiento y comprobar que su efecto es parecido al de las acuarelas, por primera vez, declara que quiere hacer una pintura espontánea. Toma su tiempo pero al final, sentencia que le ha quedado fatal. Describe su trabajo: una finca baja en la montaña donde, hace unos años, consiguió comprar un apartamento, según su sueño de siempre. Mencionando ahora las nuevas necesidades de su vida, y a pesar de la tristeza que le provoca

la despedida, ve como inevitable la venta de este bien para que su mujer y sus hijos puedan subsanar sus gastos, después... Acaba de surgir en el contexto arte-terapéutico un asunto pendiente, que Antonio deberá solucionar con su esposa. Pero por ahora, sólo desea que su hijo Pablo adivine el tema de su pintura, aunque lo ve muy difícil por el mal resultado pictórico. Revela así su poca seguridad pero al añadir un detalle minúsculo en el último plano del dibujo, animado por mí a dar una pista al niño, se encuentra más satisfecho con el resultado final y consigo mismo. Sin embargo, el dibujo está casi sin cambiar y se pone de manifiesto cómo sí cambia su evaluación de los logros personales y el grado de su autoestima, según el prisma de su mirada. Sobre todo se hace más evidente el deseo de comunicarse con el pequeño, que éste lo adivine, quizás pensando en que más tarde las pruebas materiales faltarán cruelmente: “espero que se acordará y lo identificará” declara este joven padre muriéndose, como si ya no hablara únicamente del apartamento en la montaña, como si el sueño de toda su vida se hubiera fundido con su propia persona y que, llegado a este punto, sólo Pablo pudiera dar sentido y valor a su existencia.

Sesión 4 (1h30)

Para reanudar con la representación metafórica del niño, recurro al primer trabajo de introducción en el cual ya estaba presente. Le propongo a Antonio observarlo e inventar una historia con el Chambrú del dibujo. En ella, lo describe como un animalito, un buen acompañante en su familia de acogida, alguien que sabe entender a las personas enfermas, reconfortándoles. En el paso siguiente, que será la traslación del texto a pintura, representa un encuentro entre el pequeño protagonista con un miembro de la familia que necesita su ayuda. Según sus explicaciones posteriores, es María, una niña de 10-12 años, andando en una vertiente aguda y esforzándose por subir la cuesta, acompañada por Chambrú en el hombro. Preguntado por lo que hay arriba en el camino, Antonio describe un parque de ciudad, más bien tranquilo, donde esperan a la chica bancos, parterres, amigas y amigos también. A continuación hace traslaciones a su propia hija Miriam, de 15 años. Menciona que la joven llora muchísimo desde que supo la enfermedad de su padre y que no quiere visitarle en el hospital, contrariamente a su hermano pequeño. ¿Será ésta la razón por la cual resta simbólicamente al personaje pintado los años que deberían aportarle más madurez? Parece que percibe a su hijo como más responsable, por lo menos, como más cercano, llevando de la mano a la hermana mayor. Ampliando la significación simbólica del trabajo pictórico, parece que Antonio augura para su hija un futuro más llano que el presente, en un escenario sereno, el jardín, como metáfora de control y dominio humanos sobre la naturaleza espontáneamente inquieta y agitada.

En un último trabajo distinto, Antonio pinta sobre la música (Fig. 6). Al ritmo del fragmento escogido por mí para esta sesión, puedo apreciar sus gestos plásticos. Los primeros pasos en el borde inferior izquierdo son muy lentos, concordando con los acordes musicales iniciales, pinceladas pequeñas y parsimoniosas en azul y rojo. En este punto, todavía queda casi todo el fragmento por escuchar y pintar. Encima, en toda la parte superior, el trazo de una línea verde amplia, más gruesa y precipitada, viene a llenar rápidamente la mitad del espacio de papel disponible, respondiendo a la certidumbre de que la música se va a terminar pronto. Antonio lo sabe de una primera escucha pasiva, justo antes de ponerse a pintar. Cuando surgen las últimas notas, la línea verde se para en

un punto rojo grande, rematado por un pincel abierto, aplastado con insistencia contra la hoja: “el dolor, el drama del final” dice después, refiriéndose a los ritmos musicales, ¿sólo a ellos?

Entre estos dos gestos de lentitud y de prisa, hay un punto de inflexión. Una forma circular abierta, no muy grande, de color amarillo, muy diferenciada en cuanto al movimiento de la mano, girando con más soltura sobre el papel, único lugar de yuxtaposición de los colores, incluso de mezcla de texturas para llenar un pequeño espacio vacío.

En la conversación que sigue, Antonio relaciona la inflexión con un cambio entre dos cosas, entre dos estados, como una modificación de sentido que permitiera pasar a otra forma de hacer. Pienso ¿también a otra forma de vivir? ¿Habría por fin encontrado aquí una forma plástica este famoso cambio de sentido de la vida dejado en suspenso en la segunda sesión?

La media hoja de papel vacía parece gritar por la pintura no hecha, ¿por la vida no gozada? Antonio no lo dice, mueve un poco la cabeza, contemplando su obra en silencio, luego rompe éste declarando con cierto misterio:

“Me parece que entiendo mejor... creo que mi creación es importante para mí.”

Serán sus últimas palabras sobre su proceso creativo recogidas en el hospital.

Con los síntomas ya estabilizados, Antonio vuelve a casa durante tres semanas, antes de volver brevemente a la Unidad de Cuidados Paliativos para fallecer, veinticinco días en total después de nuestra última entrevista. Durante este tiempo, su hija Miriam le dedica todos los cuidados que puede y al cabo de poco, se paran las crisis de llanto de la chica. El duelo de la adolescente transcurre con cierta serenidad. Pablo, el hijo, más “simbiótico” con la figura paterna, encargado simbólicamente del estado de ánimo de la mayor, se cierra en un silencio hermético después de la muerte de su padre y pasa mucho tiempo observando las creaciones artísticas realizadas en este proceso, como nos lo señala la madre, varios meses más tarde. El niño entra en un duelo mucho más traumático que el de su hermana.

Me vuelve la pregunta de Antonio a raíz de su propio dibujo, emergiendo desde la profundidad: ¿Porqué tiene Chambrú la cabeza bajo el agua? Una mirada como una premonición, un saber inconsciente, un miedo a que el pequeño sufra infinitamente la gran pérdida. Responder a la pregunta sería contar la historia de Pablo... Y es la de Antonio la que me proponía contar aquí.

Comentario final.

Relajación, evasión, mejora del estado de ánimo, sorpresa y emoción ante las imágenes y moldeados realizados, motivación para seguir con más creaciones son las principales sensaciones que Antonio expresó verbalmente en un cuestionario sobre su satisfacción global con la actividad de arte-terapia propuesta por nuestra Unidad de Cuidados Paliativos, totalmente nueva para él pero que, en definitiva, le gustó mucho. “Es como si volvieras a ser un niño”, afirma muy acertadamente, captando bien la dimensión tan importante aquí del juego, lúdico y serio a la vez, que dignifica y capacita para el crecimiento personal.

Y añade: “Si tiene que doler alguna parte del cuerpo, dolerá igual, pero en la cabeza está la mejora”. En el caso de Antonio y como conclusión, el arte-terapia habrá sido una contribución muy notable para enfocar con mayor serenidad y aceptación el difícil camino en el cual se preparaba a morir.