

Más arte y salud en la escuela: recopilación de evidencias

NOEMÍ ÁVILA VALDÉS

<https://orcid.org/0000-0002-3895-1691>

Universidad Complutense de Madrid

1. Introducción

Desde que, en 2019, la Organización Mundial de la Salud publicara el informe sobre la evidencia de que las artes mejoran de nuestra salud, ha habido una intensa actividad para ampliar dicha evidencia y se han revisado estudios más concretos por edad, tipología de actividad artística o cultural o ámbito de la salud (promoción o tratamiento). En este contexto, nos interesa recoger la evidencia concreta con respecto a cómo el arte y la cultura afectan al bienestar y a la salud en la infancia y adolescencia. Como especialistas en educación artística, sobre todo en el ámbito de la escuela, deseamos conocer la evidencia de base que justifique nuestro trabajo también desde este enfoque del Arte y la Salud en las aulas.

Con este objetivo, revisar la evidencia de cómo la participación en las artes influye en la salud y el bienestar en la infancia y adolescencia, este capítulo organiza estos hallazgos, a partir de los informes de la Organización Mundial de la Salud y los organismos e investigaciones colaboradoras.

Esta evidencia, recopilada y accesible, es una herramienta clave para que pueda ser usada por docentes en el aula, así como para alentar a los responsables políticos a incorporar este enfoque de Arte y Salud en las escuelas. Y, por supuesto, para alentar también a investigadores en el ámbito de la educación artística a ir generando en nuestro país un corpus científico que aborde este enfoque en las escuelas.

2. Arte y salud como enfoque educativo

Desde el ámbito de la educación artística, siempre hemos buscado evidencias que nos aseguren los beneficios de arte en el desarrollo de la infancia y la adolescencia. Desde los estudios sobre el desarrollo de creatividad en el niño de Vigotsky (1982), pasando por la relación de los procesos artísticos en el desarrollo de la mente (Gardner, 1994), hasta los beneficios descritos por investigadores del proyecto *Studio Habits of Mind* (Hetland *et al.*, 2013).

Los docentes del ámbito de la educación artística siempre hemos reivindicado el poder de las artes en procesos como la imaginación, la visualización, la observación, la persistencia o el desarrollo del pensamiento crítico. Estas evidencias estaban vinculadas al ámbito del desarrollo cognitivo, psicológico o incluso social. Pero ¿qué sucede si introducimos evidencias del impacto de las artes en el desarrollo del niño y adolescente desde el ámbito de la salud? Pues, precisamente, esta es la cuestión que, en 2019, planteó abiertamente la Organización Mundial de la Salud, al publicar el informe *What is the evidence on the role of the arts in improving health and well-being? A scoping review* (Fancourt y Finn, 2019) evidenciando la relación entre el arte, la cultura, y la salud, llegando a la contundente conclusión de que involucrarse en actividades artísticas y culturales ofrecía, sin duda, una dimensión añadida a cómo podemos mejorar nuestra salud física y mental. Este informe fue el principio de una emergente y potente actividad investigadora y también de transferencia, con el fin de implementar este enfoque del Arte y la Salud en diferentes ámbitos y políticas (salud pública, salud mental, bienestar, etc.) y en lo que nos concierne, también en el campo del desarrollo infantil y adolescente, y, por consiguiente, con posible impacto en las políticas educativas.

En este contexto de intensa actividad académica e investigadora en el ámbito de la cultura, las artes, la salud y el bienestar, la Organización Mundial de la Salud establece grupos de investigación colaboradores, como el Social Biobehaviour Research Group de la University College London, con el fin de afianzar y ampliar esta evidencia científica. En 2023, este grupo de investigación publica el informe *The Impact of Arts and Cultural Engagement on Population Health*, un estudio de cohorte (2017-2022) en Reino Unido y Estados Unidos, que recoge resultados del impacto en la

salud y el bienestar, a través de la participación en actividades artísticas y culturales en diferentes etapas de la vida: infancia/adolescencia, adultos y mayores. Lo que nos interesa especialmente de este informe es el apartado dedicado a los jóvenes (niños y adolescentes) y la importancia de la escuela en el desarrollo de este enfoque. Lo que se presenta en los siguientes epígrafes es una recopilación ordenada de estas evidencias. El informe y los artículos consultados para esta recopilación incluyen en las artes actividades como la música (cantar en coros o tocar instrumentos en bandas), leer por entretenimiento, escribir y actividades que especialmente nos interesan en nuestro ámbito de estudio, en las cuales haremos hincapié: dibujar, pintar o crear objetos (diseño).

3. Más arte y salud en la infancia = más autoestima

Si hablamos de la infancia, los procesos artísticos y la educación artística en esta etapa, la palabra *creatividad* aparece en nuestro imaginario colectivo como docentes e investigadores. En este sentido, el enfoque que arroja este informe es interesante: la *creatividad* (que los docentes entienden como el grado de originalidad o imaginación en el desarrollo de ciertas tareas artísticas) tiene un impacto en los comportamientos o alteraciones psicológicas en lo emocional, como depresión o problemas de comunicación. Según esto, niños y niñas de 7 años (que, a decir de sus profesores, tenían un alto grado de creatividad) presentaron menos riesgo de comportamientos inestables o alteraciones emocionales durante la adolescencia (Fancourt y Steptoe, 2019).

Si avanzamos unos años, encontramos que niños y niñas de entre 10 y 11 años que participan en actividades extracurriculares artísticas (entre ellas, clases de arte) presentan menos niveles de hiperactividad y problemas de atención a la edad de 13 y 14 años (Fluharty *et al.*, 2021). Estos datos, referidos a actividades extraescolares, tienen que ser interpretados desde el prisma socioeconómico, puesto que el acceso a actividades extracurriculares es una barrera y determinante para tener en cuenta, cuestión que se abordará en el último apartado de este capítulo.

Otro de los aspectos que se destacan en este informe tiene que ver con la *autoestima*, que afecta directamente el desarrollo y el bienestar a lo largo de la vida, mejorando procesos para reafirmar

el sentido de identidad, la conciencia de las propias habilidades y la capacidad para afrontar los desafíos. En el análisis recogido en el informe, niños de 11 años, que dibujan, pintan o crean cosas, se asocia con una mayor autoestima (Mak *et al.*, 2019).

Otra cuestión relevante en estos estudios es la *habilidad*, es decir, la capacidad artística del niño o la niña para desempeñar determinadas actividades artísticas o creativas. En nuestro ámbito, es bien sabido que muchos niños dejan de dibujar a una determinada edad, cuando el dibujo no responde a un supuesto realismo esperado por ellos mismos, por sus iguales o incluso por los propios docentes. Lo interesante de estos estudios es que manifiestan una evidencia que rompe con este esquema: ¿realmente importa la *habilidad* (artística) para que haya un impacto en la salud? Según Mak y Fancourt (2022), no es determinante, por lo tanto, la *participación*, y no la habilidad, es la clave para obtener impacto en la autoestima en niños y niñas. Esto es, sin duda, una cuestión bien conocida por los docentes del ámbito de la educación plástica y visual, que consideran fundamental poner el foco en los procesos, no tanto en los resultados finales.

El *proceso* es clave para el enganche y la persistencia en una tarea artística como pueda ser el dibujo, y no tanto el ser habilidoso o habilidosa en la consecución de un producto final. También es fundamental explorar otras técnicas y procesos de creación plástica (no solo el dibujo) en esta etapa en la escuela. La apertura a otras técnicas y procesos gráfico-plásticos (como el *collage*, el grabado, la cerámica, etc.) refuerza el compromiso y disfrute con el proceso artístico, explorando la importancia de error o lo inesperado, y no la idea de hacerlo bien o mal o tener cierta habilidad para conseguir ciertos resultados.

4. Más arte y salud en la adolescencia = más autocontrol y más comportamientos saludables

En el ámbito de los docentes que trabajan en escuelas medias o secundarias, es una obviedad que se ha de reconocer que los jóvenes se enfrentan a múltiples presiones y desafíos, incluidas las crecientes expectativas académicas, cambios en las relaciones sociales con la familia y sus iguales, y también cambios físicos y emocionales asociados a procesos de madurez. Pero, de nue-

vo, esta obviedad es de difícil afrontamiento en las aulas y en los centros educativos, cuando las herramientas y las estrategias disponibles son saberes disciplinares que establecen poca o ninguna conexión con esta realidad.

Desde el área de la educación artística, la que nos compete, la pandemia de COVID-19 fue un campo de experimentación inesperado (y no deseado) para comprender desde la práctica, el impacto que la participación en actividades artísticas y culturales podía tener en nuestra salud y bienestar. En momentos de crisis exacerbada, la idea de autocontrol, entendido como la sensación de tener agencia o control (rasgo especialmente importante en momentos de miedo e incertidumbre), se hizo más visible que nunca (Ávila, 2022). En este contexto, el arte, la cultura y la educación artística atisbaron el potencial de los procesos creativos y artísticos, en el desarrollo de otro tipo de agencia, con un impacto muy positivo en el bienestar y la salud mental personal y colectiva en estos momentos de incertidumbre. Dibujar, cantar, escribir o leer fueron algunas de las actividades que algunos jóvenes (también adultos y mayores) encontraron como vía para afrontar estos tiempos de *permacrisis*. Pero la participación o el enganche (*engagement*) en estas actividades artísticas no es tan sencillo, por lo cual no es una práctica cotidiana ni tampoco interiorizada en el día a día de la mayor parte de los adolescentes y jóvenes.

Pero, si tanta es la preocupación por este grupo poblacional, especialmente en su salud mental, es necesario hacer visible cuál es el impacto real de la participación en actividades artísticas, en su salud y bienestar, con el fin de alentar a los agentes implicados (docentes, centros educativos, responsables políticos) a considerar el arte como una herramienta eficaz en el bienestar y la salud de este sector de la población.

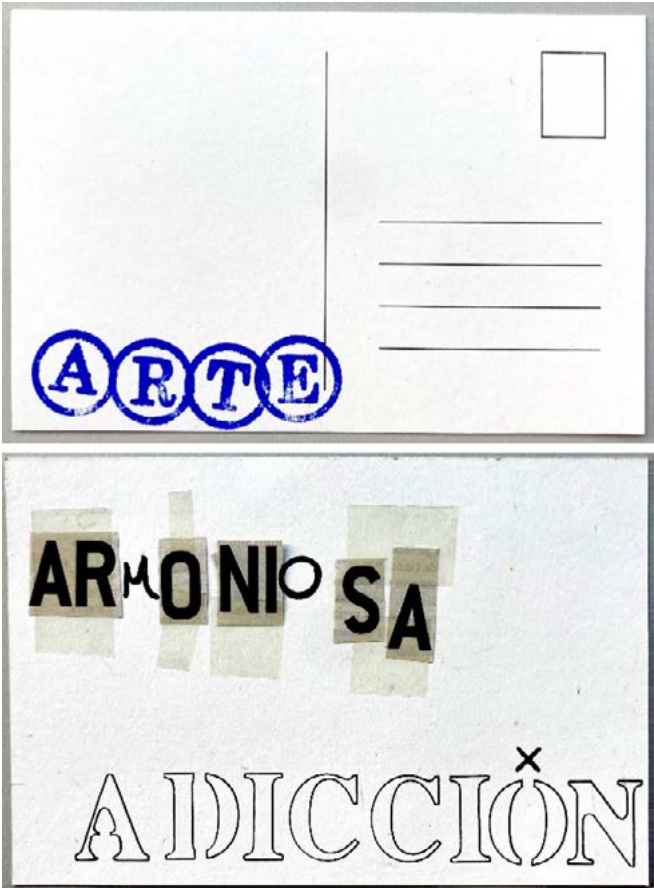
En relación con la salud mental, el informe de la UCL introduce el concepto de *floreCIMIENTO* (*flourishing*), un estado positivo de salud mental en la que el individuo se siente bien consigo mismo y con su entorno o comunidad. Este estado positivo de salud mental puede medirse en términos psicológicos y de bienestar social, y la participación en actividades artísticas incrementa este sentido de bienestar en los jóvenes, incrementando el sentido positivo de pertenencia y comunidad (Bone *et al.*, 2022).

Además, el informe de la UCL arroja datos contundentes con respecto a *comportamientos saludables*. Participar en actividades ar-

tísticas (entre ellas, por ejemplo, clases de arte o técnicas de dibujo o pintura) podría ayudar a los jóvenes a regular sus emociones, pensamientos y comportamiento, promover actitudes más positivas, proporcionando sentido de propósito y logro, reduciendo el aburrimiento y la ira. También abre posibilidades a un nuevo grupo de pares, mejorando las relaciones sociales, la comprensión de los demás y el pensamiento prosocial (Bone *et al.*, 2022).

El informe presenta, incluso evidencia, cómo adolescentes (entre 12 y 19 años) que participaron en grupos artísticos consumieron con menos frecuencia sustancias como alcohol, marihuana y tabaco (Fluharty *et al.*, 2022).

Figuras 1 y 2. Postal «Mecanismos de acción: Arte y Salud».



Autora: Noemí Ávila

Esta contundencia, sobre todo en lo que se refiere a cuestiones relacionadas con comportamientos saludables en la adolescencia, nos podría llevar incluso a plantearnos una pregunta de mayor índole: ¿es la participación en las artes y la cultura un comportamiento saludable (*per se*)? La respuesta afirmativa a esta pregunta sería, sin duda, una especie de revolución cultural, puesto que supondría un giro conceptual en la concepción del arte y la cultura, al introducir una dimensión mucho más compleja (la de la salud) en su propia definición.

5. Más arte y salud en la escuela = un derecho fundamental

En 2015, el artista Bob and Roberta Smith inició un proyecto que él mismo denominó *This Campaign Is An Art Work*, en el cual se reivindicaba la importancia del arte no solo como en su dimensión humana-cultural, sino, en especial, en su dimensión política, como apreciamos en la pieza *Art must be a human right* (2018). Y, como parte de esta campaña-proyecto artístico, el artista reivindicaba cuestiones directamente vinculadas a las políticas educativas: *All the schools must be art schools* (2016), a la vez que lanzaba su *Art Party*, un lobby formado por un grupo informal de artistas preocupados por el papel cada vez menor de las artes y el diseño en las escuelas en Reino Unido.

Este vínculo entre arte, derechos humanos y políticas educativas debería ser una obviedad, tal y como el propio artista nos plantea, es la lógica de entender que el arte, como hecho humano es un derecho y, por tanto, ha de formar parte intrínseca de la educación. Pero algo sucede en esta lógica, cuando pasa a los niveles políticos. Existe una clara desconexión cuando se habla de arte en las políticas, perdiendo ese vínculo vital con la idea de ser un derecho humano, y, por ende, se pierde el vínculo con la idea de que el arte como derecho debería ser una realidad en todas las políticas educativas.

Siguiendo esta misma lógica, y con vistas a aportar otros argumentos que aseguren la presencia del arte y la educación artística en la escuela, el binomio Arte y Salud, por todas las evidencias recogidas en este capítulo, debería ser considerado un derecho humano, al igual que el derecho a la salud y a la educación. Ase-

gurar el acceso al arte y la cultura en la infancia y la adolescencia es asegurar el bienestar y la salud de estos niños y niñas.

Las escuelas tienen la clave para garantizar el acceso y la participación en arte y cultura, siendo el único espacio común por derecho, durante la infancia y la adolescencia. Por consiguiente, son la clave para salvar las barreras socioeconómicas, asegurando en el currículo el acceso y la participación en actividades artísticas y culturales de calidad en las escuelas, garantizamos, en gran medida, un contexto de salud y bienestar presente y futuro para la infancia y la adolescencia. Y es que las barreras de acceso al arte y la cultura son factores determinantes, puesto que los niños y niñas de entornos socioeconómicos más bajos participan menos en actividades artísticas fuera de la escuela en comparación con los niños de familias más favorecidas, pero esta desigualdad de participación se compensa dentro de las escuelas (Mak y Fancourt, 2021), con lo cual podemos asegurar los beneficios y el impacto en la salud, ya que la escuela puede eliminar estas barreras de participación.

Los beneficios de las artes en la salud y el bienestar solo serán posibles si somos capaces de facilitar y normalizar el arte y la cultura como parte de nuestra día a día y de nuestra cotidianidad, y los centros educativos son clave en estos procesos de normalización del arte durante la infancia y la adolescencia. Esta es la idea que ha de calar en los responsables políticos: comprender el impacto que tiene el arte en la salud y el bienestar, durante la infancia y la adolescencia, sin duda, un giro radical en las políticas educativas de acceso y participación en las artes y la cultura.

Con este mandato, los docentes en todos los niveles educativos en la escuela se convierten en salvaguardas de esta misión, sabedores de que su trabajo como facilitadores de arte y cultura es garantía del bienestar de estos niños y jóvenes. Y, en este sentido, estos docentes han de ser formados en este ámbito emergente de Arte y Salud, comprender e integrar en su trabajo estas evidencias de base, así como desarrollar estrategias y proyectos de calidad que aseguren la participación de los niños, niñas y adolescentes en actividades artísticas, y que tengan impacto a corto, medio y largo plazo en su bienestar físico y mental.

En colaboración con estos docentes, es fundamental la tarea de los investigadores e investigadoras del ámbito de la educación artística, para recopilar, analizar, innovar y visibilizar las buenas

prácticas en el aula y en los centros educativos, generando un corpus de conocimiento, y un área de especialización en Arte y Salud. A partir de lo revisado en este capítulo, se pueden plantear o actualizar líneas de investigación que incluyan estudios sobre autoestima y procesos artísticos en niños y niñas (incluyendo variables como edad, factores socioeconómicos, técnicas artísticas, propuestas individuales, grupales o colaborativas), o investigaciones con adolescentes sobre la relación entre participar en actividades artísticas y comportamientos saludables. En este sentido, es preciso reivindicar líneas interdisciplinarias e intersectoriales en la investigación. Investigar en Arte y Salud es investigar en la interdisciplina y, por ello, es necesario apostar por investigaciones híbridas donde ambos sectores (Salud y Arte) puedan colaborar con vistas a elaborar proyectos que arrojen evidencias válidas.

Recuperando lo que el informe de la UCL plantea (2023), es necesario impulsar proyectos innovadores que no solo profundicen el análisis en el campo, sino que también incorporen a más académicos esta área de investigación, convirtiendo este binomio de Arte y Salud no solo en un derecho o un giro radical en las políticas educativas, sino también en una auténtica revolución cultural.

6. Referencias

- Ávila Valdés, N. (2022). Arte, salud comunitaria y COVID-19: ¿qué ha pasado? ¿qué podemos hacer? *Arte, individuo y sociedad*, 34(3), 971-985. <https://doi.org/10.5209/ARIS.72494>
- Fancourt, D. y Finn, S. (2019). *What is the evidence on the role of the arts in improving health and well-being? A scoping review*. WHO, Regional Office for Europe.
- Fancourt, D. y Steptoe, A. (2019). Effects of creativity on social and behavioral adjustment in 7- to 11-year-old children. *Ann N Y Acad Sci.Feb*;1438(1), 30-39.
- Fancourt, D., Bone, J. K., Bu, F., Mak, H. W. y Bradbury, A. (2023). *The Impact of Arts and Cultural Engagement on Population Health: Findings from Major Cohort Studies in the UK and USA 2017-2022*. University College London.
- Fluharty, M., Bone, J. K., Bu, F., Sonke, J., Fancourt, D. y Paul, E. (2021). *Associations between extracurricular arts activities, school-based arts*

- engagement, and subsequent externalising behaviours: Findings from the Early Childhood Longitudinal Study.* <https://doi.org/10.31234/osf.io/gdk3t>
- Gardner, H. (1994). *Educación artística y desarrollo humano*. Paidós.
- Hetland, L. Winner, E., Veenema, S. y Sheridan, K. (2013). *Studio Thinking 2. The real benefits in Visual Arts Education*. Teacher College Press.
- Mak, H. W., Fancourt, D. (2020). Longitudinal associations between reading for pleasure and child maladjustment: Results from a propensity score matching analysis. *Social Science & Medicine*, 1(253), 112971.
- Mak, H. W. y Fancourt, D. (2021). Do socio-demographic factors predict children's engagement in arts and culture? Comparisons of in-school and out-of school participation in the Taking Part Survey. *PLOS ONE*, febr. 12; 16(2), e0246936.
- Vigotsky, L. S. (1982). *La imaginación y el arte en la infancia*. Akal.