



Colaboración especial

Pintar y aprender a vivir sano

Irene Estrada Lázaro^a, María Vázquez Sánchez^b, Carmen Villanueva Rodríguez^b,
José Galbe Sánchez-Ventura^b, Pilar Sierra Sanmartín^b, Andrea de Llobet Cucalón^b

Publicado en Internet:
20-marzo-2024

Irene Estrada Lázaro:
iestrada008@gmail.com

^aMédico de familia. CS Torrero La Paz. Zaragoza. España
• ^bPediatra. CS Torrero La Paz. Zaragoza. España.

Resumen

El objetivo de este estudio surge de la necesidad en el centro de salud de mejorar el clima emocional de una sala de espera triste, apagada e inexpressiva y pasar a una estancia acogedora, amigable y educativa. Entendemos que la antesala de la consulta debe formar parte del cuidado global de la población infantil y la familia. Se buscaba mejorar el entorno físico del centro de salud en la zona de Pediatría.

Al pintar las paredes del centro de salud tal vez no necesariamente se humanice el espacio, pero se hace más amable, intentando crear un sitio en el que el arte no solo aporte belleza, sino que sea una estrategia en educación de salud.

Durante la espera no solo se dispondrá de un entorno atractivo y agradable, sino que además se fomentarán hábitos de vida saludables de forma creativa a través de dibujos que desarrollan historias con enseñanzas sobre la alimentación, la higiene, la amistad, etc.

En las distintas fases del proyecto, se han implicado niños, profesores y el Ayuntamiento de Zaragoza, además de los profesionales sanitarios. Queremos reconocer de forma especial su contribución a la persona artífice del trabajo, Leticia García Longás.

Palabras clave:

- Calidad en salud
- Educación sanitaria
- Humanizar

Painting and learning how to live healthy

Abstract

The objective of this study arises in the health center from the need to improve the emotional environment, going from a sad, dull and inexpressive waiting room to a welcoming, friendly and educational one. We understand that the waiting room must be part of the global care of the children and their family. We looked for a physical improvement of the the pediatric area in the health center.

Painting the walls of the health center may not humanize the space but it makes it friendlier, trying to create a place where art not only brings beauty but is also a health education strategy.

During the wait, there won't be only an attractive and pleasant environment, but also healthy lifestyle habits in a creative way through drawings that will develop stories with teachings about food, hygiene, friendship, etc.

Children, teachers, the Zaragoza city council, health center professionals and especially the architect of the work, Leticia García Longás, have been involved in the different phases of the project.

Key words:

- Health care quality
- Health education
- Humanize

Cómo citar este artículo: Estrada Lázaro I, Vázquez Sánchez M, Villanueva Rodríguez C, Galbe Sánchez-Ventura J, Sierra Sanmartín P, De Llobet Cucalón A. Pintar y aprender a vivir sano. Rev Pediatr Aten Primaria. 2024;26:101-6. <https://doi.org/10.60147/ae852ba7>

MATERIAL Y MÉTODOS

Se describe una experiencia de mejora de la sala de espera de Pediatría en un centro urbano de Atención Primaria a través de la intervención artística.

Planificación del proyecto

En la zona de Pediatría del centro de salud (CS Torrero La Paz, Zaragoza), los profesionales de Pediatría querían un espacio bonito y educativo para nuestros niños. Se disponía de una gran sala de espera fría y vacía. Sabíamos que otras instituciones, como el Hospital Infantil de Zaragoza y otros centros de Atención Primaria, habían decorado sus paredes con dibujos y pinturas, consiguiendo hacer estos espacios más amables para los niños.

Contactamos con una educadora y dinamizadora comunitaria con trayectoria artística, que ya había realizado trabajos de este tipo en centros sanitarios; teníamos la ventaja de que era usuaria de nuestro centro y madre de uno de nuestros niños. Su aportación profesional ha sido valiosísima.

Se pretendía, además, que el diseño pudiera servir de apoyo para iniciativas de educación para la salud y no solo crear un lugar bonito.

El equipo de Pediatría se reunió para decidir sobre qué temas se podrían trabajar y basar el proyecto; finalmente fueron elegidos la nutrición, la salud bucodental, la prevención accidentes, la amistad, el juego y el deporte.

Se propuso que los niños interviniesen de forma activa, algo que se consiguió con la inestimable ayuda de los profesores. La finalidad era convertir a los niños en los protagonistas de este trabajo a través de la participación de los colegios del barrio, desarrollando actividades diseñadas por cada colegio de forma autónoma y su realización durante el año académico, introduciendo los temas elegidos en su programación curricular.

Cada colegio trabajó los diferentes temas a través de distintas tareas (diseñadas libremente por ellos) durante el curso escolar, finalizando estas actividades educativas propuestas con la realización por parte de los alumnos de dibujos, un cuento o un

poema relacionado con el tema (alimentos saludables, ejercicio, prevención de accidentes, etc.) que habían trabajado.

Financiación

Se precisaba pintura para un espacio de unos 140 m². La directora del proyecto tuvo la idea de presentar el proyecto en el Ayuntamiento de Zaragoza a un concurso conocido como “Presupuestos participativos”¹, en la categoría de medioambiente y salud, consiguiendo la ayuda económica necesaria para el desarrollo de las actividades en los colegios y los materiales necesarios para la realización final de los murales.

Implementación

Tras recopilar los trabajos que los niños habían hecho, nos reunimos con la artista directora del proyecto y seleccionamos entre todos aquellos poemas, pequeñas narraciones o cuentos que pensamos que eran capaces de transmitir significados emocionales y positivos a los niños y a las familias, y que contenían elementos de educación para la salud. Ella fue la encargada de plasmar esas ideas (dibujos y palabras) de una manera artística.

Resultados

El resultado de plasmar todo esto en las paredes de la sala de espera se presenta en las **Figuras 1, 2, 3, 4 y 5**. Debe tenerse en cuenta que las viñetas representan cada uno de los temas de salud trabajados por los alumnos. Cada una de ellas conlleva su propio proceso de reflexión, elaboración y aprendizaje.

DISCUSIÓN

En noviembre de 2019, la Oficina Regional de la Organización Mundial de la Salud para Europa publicó un primer informe en el que examinaba la evidencia existente sobre el efecto de las actividades artísticas en la salud y recomendaba incluir el arte y la cultura dentro de los sistemas sanitarios².

Figura 1. La nave que los lleva hacia la sala de espera



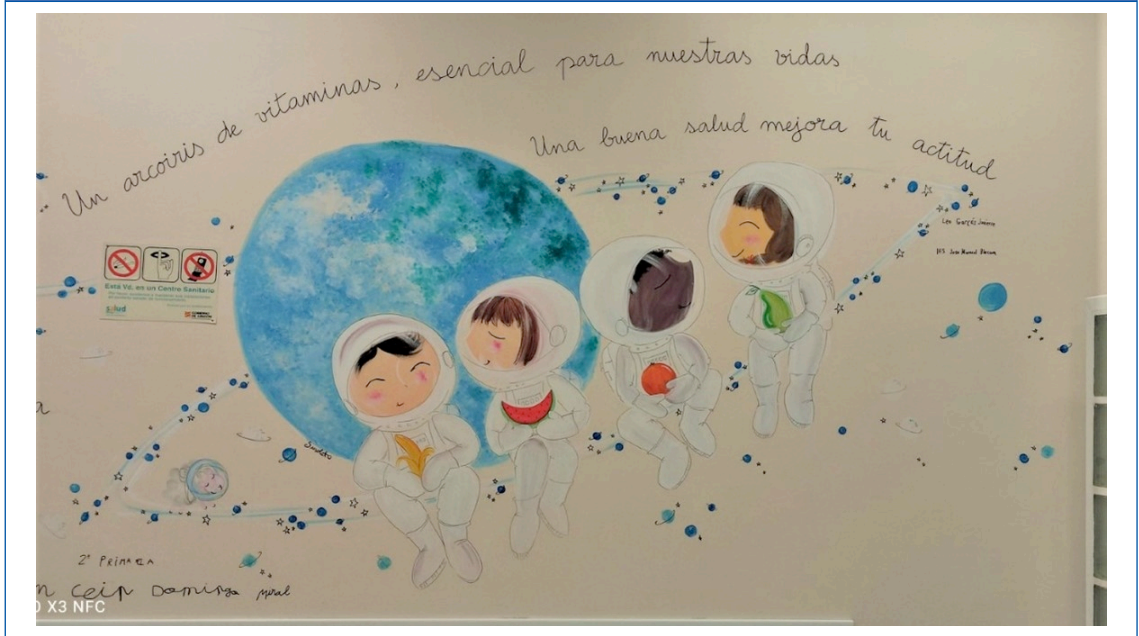
Algunos autores³ señalan la necesidad de revisar los beneficios sobre la salud que tienen los entornos físicos, lo que nos ayudaría a lograr una nueva perspectiva relacionada con la interpretación y significado que los niños y sus familias dan a los espa-

cios sanitarios. Los espacios sanitarios llevan asociados en sí mismos significados negativos para los pacientes, vinculados con la enfermedad y el dolor. Los espacios físicos cuidados y agradables disminuyen el nivel de estrés y deberían formar

Figura 2. Lavando los dientes al planeta



Figura 3. Cada astronauta con su fruta



parte de la cultura del cuidado del paciente. El entorno de cuidado de la salud debería ser agradable, tanto para los pacientes como para los trabajadores sanitarios.

Durante la última década, el uso de intervenciones artísticas y culturales se ha convertido en una opción viable para mejorar la salud y el bienestar.

Una creciente evidencia muestra que la participación cultural es prometedora como medida terapéutica y preventiva efectiva, de bajo coste y bajo riesgo en una variedad de condiciones de salud física y mental⁴.

@josetuitea escribió en su cuenta de Twitter: “La humanización de la asistencia sanitaria no es

Figura 4. La importancia del deporte y de saber nadar



Figura 5. El valor de la amistad



«pintar de colorinchis» una planta de hospital, sino dotar a un servicio público de profesionales suficientes y medios adecuados”. El resto, afirma, son “adornos”. Nosotros pensamos que se puede mejorar un espacio de salud a través de recursos artísticos; no pretendemos crear una obra de arte, pero sí conseguir un lugar bonito y agradable para los niños, con dibujos que les gusten, donde puedan leer y recordar las palabras y frases escritas.

Conocíamos experiencias similares en hospitales y otros centros de salud, y nuestro objetivo principal era hacer agradable la sala de espera del área de Pediatría a través de una decoración y pintura mural, que además resultase educativa y estimulante, con la que los niños dispusieran de su propio espacio de juego y aprendizaje.

La Foundation for Hospital Art ha desarrollado proyectos en numerosos hospitales. La asociación francesa Art dans la Cité desarrolla, desde hace años, la iniciativa “Arte en el Hospital”, que trata de introducir el arte contemporáneo en los hospitales⁵.

En el Hospital Universitario Materno-Infantil La Paz de Madrid se ha llevado a cabo una de estas iniciativas: el Proyecto Zapal, la Ciudad de los Sentidos. También en el Hospital Central de Asturias, en el Hospital Vall d’Hebron de Barcelona y en el Nuevo Hospital Río Hortega de Valladolid.

Conocida es la iniciativa de los uniformes estampados con dibujos infantiles para la asistencia

sanitaria a los pacientes más pequeños del Hospital Virgen de la Salud de Toledo.

Algunos proyectos pueden centrarse en los beneficios terapéuticos de las artes, otros en las mejoras ambientales destinadas a apoyar al personal sanitario en la prestación de sus servicios de cuidado, y otros buscan producir una información de salud de tipo más creativo⁶.

Este proyecto no se ha desarrollado tanto para que los menores hagan su aportación artística ni para que dejen su huella en el centro de salud, sino para transmitirles que la salud no es algo que se recibe pasivamente, sino que se adquiere y se mantiene mediante hábitos que ellos mismos tienen que poner en marcha.

Se han recibido felicitaciones por la idea y el resultado, y alguna familia ha dado la enhorabuena de forma personal a nuestra autora. Es gratificante oír las voces de los niños leyendo el contenido de los mensajes, haciéndose fotos e incluso escuchar sus propias historias inventadas con cada dibujo.

Pero no olvidemos, como nos recuerdan desde la Asociación de Padres de Niños con Cáncer de Aragón (ASPANOVA), que “humanizar no es solo crear espacios más amables en los centros sanitarios – que también–. Es, sobre todo, lograr que la atención que reciben los afectados sea empática, que se sientan comprendidos y escuchados, articular los medios psicológicos, sociales y económicos necesarios para garantizar su bienestar”.

CONFLICTO DE INTERESES

Los autores declaran no presentar conflictos de intereses en relación con la preparación y publicación de este artículo.

RESPONSABILIDAD DE LOS AUTORES

Contribución de los autores: diseño y valoración del trabajo de campo (todos), redacción de los apartados principales del texto (IEL, CVR), revisión, corrección y traducción al inglés (JGSV, MVS).

BIBLIOGRAFÍA

1. Pintura mural en pediatría del centro de salud Torrero-La Paz [en línea] [consultado el 12/03/2024]. Disponible en www.zaragoza.es/contenidos/participacion/torrero-2021/PINTURA-MURAL-CENTRO-SALUD.pdf
2. What is the evidence on the role of the arts in improving health and well-being? A scoping review. En: WHO; 2019 [en línea] [consultado el 12/03/2024]. Disponible en www.who.int/europe/publications/item/9789289054553
3. Van den Berg AE. Health Impacts of Healing Environments A review of evidence for benefits of nature, daylight, fresh air, and quiet in healthcare settings. Foundation 200 years University Hospital Groningen. London; 2007 [en línea] [consultado el 12/03/2024]. Disponible en www.agnesvandenbergnl/healingenvironments.pdf
4. Political symposium on the arts and health in the Nordic region: state of the evidence: Copenhagen, Denmark, 22 March 2019. En: WHO [en línea] [consultado el 12/03/2024]. Disponible en www.who.int/europe/publications/item/WHO-EURO-2019-3477-43236-60597
5. Ullán de la Fuente AM, Manzanera P. Las paredes cuentan: arte para humanizar un espacio de salud pediátrico. "Arte, individuo y sociedad", 21, 125-146. En: Repositorio Documental Gredos [en línea] [consultado el 12/03/2024]. Disponible en <https://gredos.usal.es/handle/10366/70661>
6. Guardiola E, Baños JE. ¿Y si prescribimos arte? El papel del arte en la mejora de la salud y el bienestar. *Rev Med Cine*. 2020;16(3):149-53. <https://doi.org/10.14201/rmc2020163149153>