

**Arteterapia: una forma de ser feliz en el Centro de día para Adultos Mayores  
“Valdelaguna”**

Presentado por

Angye Natalia Chica Mendoza

Lizeth Catherine Rodríguez Sánchez

Grupo colaborativo No. 153

Presentado a

Lida Elena Tascon Bejarano

Universidad Nacional Abierta y a Distancia - UNAD

Escuela De Ciencias Sociales, Artes Y Humanidades (ECSAH)

Programa de Psicología

Diplomado en Innovación Social

Diciembre 2024

## **Arteterapia: una forma de ser feliz en el Centro de día para Adultos Mayores “Valdelaguna”**

### **Resumen**

La arteterapia puede ser de especial interés en el contexto actual de la “Década del envejecimiento saludable”, ya que fomenta el desarrollo de medidas innovadoras orientadas a la promoción de la salud y la participación activa de los adultos mayores. En este sentido, esta técnica es una labor que se ocupa de la salud física y mental, la cual usa recursos para optimizar el bienestar emocional y físico de las personas sin importar su edad. Así mismo, se basa en creencias de uso terapéutico, las cuales promueven cambios significativos y duraderos, potenciando el desarrollo y evolución, y contribuyendo a ampliar horizontes, a descubrir nuevas posibilidades y fomentar una mentalidad de crecimiento.

A medida que las personas llegan a la tercera edad van perdiendo destrezas motoras y se reducen ciertas habilidades; por lo tanto, para retrasar este deterioro, esta técnica funciona no sólo como momento de ocio, sino para mantener la psicomotricidad, potenciar la atención y mejorar las habilidades técnicas. Ahora bien, en el Centro de día de Valdelaguna los adultos mayores han estimulado su capacidad creativa y propiciado la libre expresión, fortaleciendo y reafirmando la identidad y autoestima; como también, han promovido la disminución de la ansiedad, la toma de decisiones, la autonomía, y la estimulación de la comunicación, favoreciendo las relaciones con el entorno y con los otros.

**Palabras claves:** Arteterapia, adulto mayor, bienestar, envejecimiento activo.

## Abstract

Art therapy may be of particular interest in the current context of the “Decade of Healthy Aging,” as it encourages the development of innovative measures aimed at promoting health and the active participation of older adults. In this sense, this technique is a task that deals with physical and mental health, which uses resources to optimize the emotional and physical well-being of people regardless of their age. Likewise, it is based on beliefs of therapeutic use, which promote significant and lasting changes, enhancing development and evolution, and contributing to broadening horizons, discovering new possibilities and fostering a growth mentality.

As people reach old age, they lose motor skills and certain abilities are reduced; therefore, to delay this deterioration, this technique works not only as a moment of leisure, but to maintain psychomotor skills, enhance attention and improve technical skills. At the Valdelaguna Day Centre, the elderly have stimulated their creative capacity and encouraged free expression, strengthening and reaffirming their identity and self-esteem; they have also promoted the reduction of anxiety, decision-making, autonomy, and the stimulation of communication, favouring relationships with their environment and with others.

**Keywords:** Art therapy, older adult, welfare, active aging.

## Tabla de contenido

Resumen.....	2
Palabras claves.....	2
Abstract.....	3
Keywords.....	3

Introducción.....	4
Metodología.....	6
Resultados.....	7
Conclusiones y recomendaciones.....	13
Referencias bibliográficas.....	17

## **Introducción**

El programa de Arteterapia: Cuidando el bienestar físico, mental y emocional de los Adultos Mayores del centro de día “Valdelaguna”, utiliza diferentes técnicas artísticas y creativas que muestran efectos positivos, los mismos que favorecen el bienestar psicológico, social y emocional, promoviendo el crecimiento personal en todas sus dimensiones, como también, un entorno de empatía, gratitud, motivación, espontaneidad, interacción social, seguridad personal y autoconfianza.

Este proyecto maneja un tipo de innovación desde la creatividad - creación de nuevos objetos para fines sociales (co- creación), por lo cual, la intervención de la creatividad y la innovación en el día a día de estas personas procura mejoras orientadas a promover el bienestar y la inclusión social. Así pues, la creatividad en la sociedad aporta desarrollo en la capacidad de comunicación, mejora el autoestima, promueve las relaciones sociales y la integridad personal, incrementa la capacidad de adaptación a un entorno continuamente en cambio, favorece la capacidad de afrontar diferentes retos y se desarrolla la imaginación. Por tanto, la arteterapia es fundamental en la vida del ser humano, ya que como herramienta resuelve sentimientos de estrés, enojo, impotencia, tristeza, entre otros, los cuales serán expresados a través del arte. Entonces, estas actividades les permiten no depender de sus limitaciones funcionales sino de

experimentar con los materiales, lo que les conlleva a expresar libremente sus pensamientos, emociones y temores a través de las creaciones artísticas, produciendo un efecto terapéutico beneficioso.

Ahora bien, la población que participa dentro de esta experiencia cuenta con un total de 26 personas. De forma que, 20 son adultos mayores y 6 son funcionarios, de los cuales se encuentran desagregados 16 mujeres y 10 hombres con edades aproximadas entre los 30 y 90 años. Los ancianos han tenido una participación activa en las diversas actividades que realizan en el centro, demostrando su motivación, ganas y empeño para la realización de estas. Los funcionarios, para el desarrollo de sus tareas han tenido una gran dedicación y responsabilidad, haciendo del Centro de día de Valdelaguna un lugar especial para aquellas personas mayores. Entre sus roles están, las enfermeras que acompañan el proceso, la psicóloga con el acompañamiento psicosocial, el médico que se ocupa de todo lo relacionado con el campo de la salud y el administrador que es el encargado tanto de la gestión administrativa como financiera del centro. Así mismo, el proyecto se origina en el año 2015, el cual es avalado por la Comunidad de Madrid y tiene como propósito velar por el bienestar de los adultos mayores del municipio de Valdelaguna. El proyecto de este centro es concebido como equipamiento especializado y de estancia diurna, constituyendo un recurso adecuado para prevenir la progresión de las situaciones de deterioro físico y psíquico, conservar y recuperar la autonomía personal de las personas mayores.

Para Guerra (2015) la sistematización “busca reconstruir la experiencia a partir de su análisis crítico y problematización”, la importancia de recabar información antes, durante y al final de las intervenciones es la mejora de las prácticas para el impacto y transformación de las necesidades” (p. 40). Dicho lo anterior, dentro del proceso de sistematización y gestión, el plan de acción de la psicóloga va encaminado a que cada

actividad sea un espacio activo de escucha y diálogo, donde se potencie la capacidad creativa y artística, y se propicie la libre expresión; por lo cual, existen diferentes fases para la realización de este proyecto, en donde cada viernes se planifica las actividades de la semana siguiente, se programan los días que se van a trabajar y se hace el respectivo seguimiento de las tareas desarrolladas durante la semana para determinar los resultados, demostrando efectos positivos y gratificantes. Básicamente, a lo largo de la semana los adultos mayores realizan las actividades, una vez las terminan, las enfermeras son las encargadas de guardarlas en las respectivas carpetas de cada participante. Hasta la fecha, las actividades desarrolladas han evidenciado la viabilidad del proyecto, manifestando resultados beneficiosos en cada adulto mayor.

### **Metodología**

La sistematización de la experiencia en particular utilizó la técnica de observación, que consistió en observar atentamente a cada adulto mayor durante los diferentes encuentros que se tenían en el centro de día; permitiendo de esta manera, recolectar información precisa y fiable con relación a las actividades artísticas y creativas que hacían, mostrando cómo gozaban de las mismas y el avance tan satisfactorio de cada uno. Así mismo, la psicóloga hacía partícipe a las estudiantes el diseño del plan de acción, el cual contenía las actividades a trabajar cada semana y los resultados de las tareas ya desarrolladas.

Posteriormente, como instrumento para el registro de la información se utilizó un diario de campo, el cual permitió durante todas estas semanas las anotaciones de las vivencias experimentadas, llevándolas a la reflexión y a la autocrítica, esencial en el proceso formativo, pues da un recuento de las opiniones personales y de los logros que se tuvieron a lo largo del proyecto. Entonces, es también una herramienta que ha tenido

en su elaboración un carácter personal y de consulta, siendo valioso tanto para el trabajo individual como en equipo.

Así pues, dentro del análisis del método TLR, se ha podido determinar que este proyecto se ha convertido en una fuente valiosa de expresión personal y bienestar, siendo una forma de terapia efectiva para las personas mayores. Desde la pintura y la escultura hasta la danza y la música, el arte desempeña un papel significativo, brindándoles oportunidades para desarrollar su creatividad y mejorar su calidad de vida. Por lo tanto, en el centro de día de Valdelaguna se esfuerzan por ofrecer actividades de calidad y enriquecedoras que fomenten la vitalidad y la alegría de quienes eligen este centro como un segundo hogar, ofreciendo a través de las creaciones artísticas una vía única para expresar emociones y sentimientos que pueden ser difíciles de comunicar verbalmente. Para las personas mayores que enfrentan desafíos emocionales o que han experimentado pérdidas significativas en sus vidas, el arte les ha servido como un medio terapéutico para expresar y procesar sus emociones de manera segura y constructiva, brindando un sentido de alivio y sanación.

## **Resultados**

Por medio del arte se desarrolla un proceso experiencial que se puede sintetizar, a modo de boceto, de la siguiente manera: “Dentro del ámbito social el arte cobra fuerza como herramienta que permite una mirada introspectiva, que facilita el encuentro con el otro poniendo en curso procesos de integración y que a su vez genera posibilidades para construir nuevos mundos y nuevas maneras de habitarlo”. (Ojeda, M y Serrano A, 2011. p.147). El arte hace presencia en este lugar para transformar una realidad colectiva por medio de la generación de experiencias exploratorias que sugieren la conexión con ellas mismas y fortalecen lazos significativos en pro de su desarrollo.

En cuanto a, las categorías relacionadas con el método TLR, la experiencia de innovación social se encuentra en estado de desarrollo ocho (8), donde la iniciativa ha sido probada y opera plenamente, permitiendo valorar los resultados y beneficios de su aplicación. En este sentido, el proyecto va encaminado a favorecer un bienestar integral y mejorar la calidad de vida de los adultos mayores, por lo cual utilizan esencialmente el arte para gestionar las emociones, proporcionando un espacio seguro para que los ancianos las exploren y compartan; también, para que no piensen en cosas que les preocupan y puedan fortalecer sus relaciones sociales, creando así un mundo mejor para ellos. Ahora bien, gracias a la arteterapia se trabaja con la salud brindando así, un acompañamiento psicosocial dentro de un espacio activo de escucha y diálogo entre los profesionales y las personas mayores. Dicho esto, las actividades creativas y artísticas implementadas por el Centro de día de Valdelaguna permiten que los adultos mayores vuelvan a la niñez, que sean curiosos, espontáneos y aventureros, que arriesguen, que sean capaces de crear y de imaginar, y que motiven sus habilidades y destrezas psicomotoras.

Agregando a lo anterior, estas actividades también benefician el sentido de pertenencia, las estrategias de afrontamiento positivas, la tolerancia a situaciones conflictivas y la atribución de sentido y significado a la vida (Stuckey y Nobel, 2010); además la arteterapia enriquece la percepción, la memoria y el lenguaje. Por otro lado, Schmid también agrega que las actividades creativas promueven un envejecimiento saludable al favorecer la inclusión social, el crecimiento personal, el entretenimiento, el establecimiento de nuevas redes sociales y de metas.

Así pues, el arte trae consigo resultados significativos para los adultos mayores, promueve un crecimiento en el desarrollo de las habilidades interpersonales, mejora el estado de ánimo y favorece a la introspección. De esta forma, impulsa la interacción

social y el apoyo, contribuyendo al sentido de pertenencia y la conexión con las demás personas. De manera que, les proporciona un entorno seguro donde los adultos mayores pueden expresarse libremente, experimentando diferentes técnicas y explorando sus propios intereses y pasiones.

Se hace necesario destacar, que (F. R. R., 2024) adulto mayor que hace parte del proyecto, afirma lo siguiente:

“El arte me genera felicidad el arte y me lleva a un estado de tranquilidad total, a esta edad he perdido la ganas de todo, pero este tipo de actividades en donde prevalece el arte me han hecho ser más serena y segura conmigo misma, incluso me hacen olvidar del dolor que constantemente siento en mis huesos, ya que me concentro en hacer muy bien las tareas que nos dejan aquí en el centro y los dolores se me pasan. Y sabes, ni qué decir de mi imaginación y creatividad, jolín, que mantengo pero muy inspirada. La verdad es que desde que entré a este centro de día y la manera en cómo nos han enseñado el arte, ha sido de las mejores decisiones y experiencias que he podido tener ahora en mi vejez”.

Por consiguiente, el proyecto ha permitido que se contribuya entonces al cuidado de la salud física, mental y cognitiva del adulto mayor, promoviendo la autonomía e independencia, y potenciando y estimulando sus capacidades creativas. Así mismo, ha motivado el ejercicio del pensamiento y ayudado a la reflexión del mayor, mejorando la concentración, la atención y la memoria, y ha incentivado la exploración del uso de los sentidos. Conforme a ello, esta intervención ha sido enmarcada dentro de la sistematicidad, caracterizada por una intervención planificada y estructurada, siendo clave la presencia de planes de acciones constantes para contribuir de forma beneficiosa al bienestar del adulto mayor. Entonces, la planificación de estos contenidos artísticos y creativos van ligados al propósito que tiene el Centro de día en pro de fomentar el

envejecimiento activo y contribuir al cuidado tanto de la salud mental, emocional como física del mayor; y de esta manera, promover un desarrollo en la comunidad.

Dentro de esta misma línea, el desarrollo de actividades artísticas y creativas incentiva a que los adultos mayores sientan el Centro de día como un segundo hogar, donde ellos puedan verbalizar sus emociones mediante la exploración artística, tener espacios integradores y de esparcimiento llenos de creación y transformación, favoreciendo a la concentración y a la canalización de energías. A propósito, la arteterapia es una herramienta significativa para promover el desarrollo de habilidades como la creatividad, la percepción, la atención, la intuición y el control de emociones, al igual que cultiva la imaginación, favorece a la toma de decisiones y las habilidades sociales. Así mismo, es importante mencionar que en el arte yace el equilibrio general del ser humano, ya que se encuentra una consonancia entre el cuerpo y la mente, lo que a su vez logra una armonía con el interior y con el resto de la sociedad.

Es importante mencionar que la arteterapia, según Rogers (1993; 2011), es la danza, el movimiento y la música, que ayudan a experimentar las emociones, liberarlas y aceptarlas. Permiten ampliar la conciencia, destrabar conflictos psíquicos y generar un estado de congruencia. El cuerpo y la voz son recursos que promueven la integración de las emociones y de la mente, propiciando una mayor integración entre estas dimensiones.

En este sentido, los aprendizajes obtenidos por los adultos mayores con relación al proyecto han sido altamente satisfactorios, puesto que con cada experiencia el adulto mayor se encuentra completamente absorto en las actividades para su propio placer y disfrute, durante el cual el tiempo vuela y las acciones, pensamientos y movimientos suceden unos tras otros sin pausa. Todo el ser está envuelto en estas actividades, y el

anciano utiliza sus destrezas y habilidades llevándolas hasta el extremo, haciendo lo mejor que pueden para cumplir a cabalidad con cada una.

Para Schmid (2005) las actividades artísticas promueven la autoexpresión, la autoestima y la vehiculización de las emociones bloqueadas aliviando el estrés. La arteterapia resulta una herramienta fundamental para proteger y reforzar el sistema inmunológico, prevenir enfermedades físicas y mentales y promover la salud. Entonces, el arteterapia es una forma única de abordar los desafíos de salud mental a través del arte y la creatividad, trayendo consigo estimulación cognitiva y desarrollo personal.

En consecuencia, los beneficios que ha generado este proyecto a la comunidad en general han sido muy inspiradores, por lo cual se ha evidenciado una gran receptividad en los adultos mayores, como también en las familias y la población de Valdelaguna. Por ende, los ancianos ven en el Centro de día un lugar de encuentro para que conecten y compartan experiencias, brindando oportunidades de colaboración y participación; igualmente, ven en el arte una vía de expresión y comunicación, siendo una gran herramienta para ayudarlos a que vivan sus días de forma plena y tranquila, con una buena salud mental y una conexión social fortalecida, llevándolos a un estado de paz y autoconocimiento. Por otro lado, para las familias el proyecto ha sido enriquecedor, ya que fortalece en sus parientes el autoestima y las relaciones sociales, les brinda entretenimiento y motivación, y les promueve un buen estado de ánimo. Así mismo, para la población del municipio, el arte desempeña un papel importante en la promoción y prevención de la salud de los adultos mayores; como también, expresa los valores y la identidad de una comunidad, creando un sentido de pertenencia y contribuyendo a la vida cultural.

Adicionalmente, es importante mencionar que este proyecto no tiene alianzas con otras comunidades ya que cada municipio cuenta con este tipo de centros, los cuales

tienen las mismas instalaciones y comodidades al ser suministrados por la Comunidad de Madrid; es decir, cada lugar maneja diferentes situaciones y temáticas por lo que la manera en cómo trabajan es totalmente autónoma. Así pues, este Centro de día de Valdelaguna se enfatiza en la técnica de la arteterapia que contribuye al cuidado de la salud física, mental y cognitiva del anciano.

Sin duda alguna, es un proyecto con total éxito desde que se inició, dejando huellas imborrables en la vida tanto de los adultos mayores como de sus familias y comunidad por la gran labor de calidad que desempeñan. De esta manera, permite valorar grandes resultados y beneficios para los ancianos, tales como:

**Mejora de su estimulación cognitiva:** El proceso creativo involucrado en la pintura, el dibujo o la escultura requiere concentración y atención al detalle. Estos ejercicios mentales les ayudan a mantener la agudeza cognitiva y la memoria a largo plazo.

**Reducción del estrés y la ansiedad:** La creación artística es una forma efectiva de liberar tensiones y reducir el estrés. Al pintar o dibujar, se libera la dopamina, una sustancia química que promueve la sensación de bienestar. Además, la concentración en la obra de arte es un proceso que ayuda a alejar los pensamientos ansiosos de cada adulto mayor.

**Aumenta la autoestima:** La participación activa en actividades artísticas y creativas aumenta significativamente la autoestima de las personas mayores, ya que les permite recibir elogios por el trabajo realizado y pueden experimentar una mayor confianza en sí mismos, lo que contribuye a una sensación general de satisfacción y bienestar.

Estimulación emocional y expresión: Les proporciona una alternativa para expresar emociones, sentimientos y pensamientos. La creación artística puede ayudar a aliviar la tristeza, la soledad y otros sentimientos negativos.

### **Conclusiones y recomendaciones**

El aprendizaje que se ha tenido durante el trabajo con el proyecto “Arteterapia: Cuidando el bienestar físico, mental y emocional de los Adultos Mayores del centro de día “Valdelaguna”, ha dejado un pensamiento crítico al tener la oportunidad de pensar, analizar y comunicar; promoviendo el desarrollo de competencias, destrezas y actitudes como las habilidades blandas, las cuales están relacionadas con el trabajo en equipo, el liderazgo, la gestión del tiempo y el cambio, y la adaptabilidad; estas a su vez, facilitan la interacción social, ya que permite que relaciones eficaces , al igual que impulsa el desarrollo interpersonal.

Así pues, es importante mencionar que esta capacidad transformadora del proceso creativo y el ejercicio del arte abre un sin fin de posibilidades respecto a la realidad, lo que invita a reflexionar sobre la ética profesional; a estar consciente respecto a los prejuicios o estereotipos y a la forma de vinculación con los demás, es decir, tener en cuenta las jerarquías que se establecen o los estilos de liderazgo. Esa conciencia permite estar conectado especialmente con el para qué y tener claridad sobre la dirección del trabajo.

Por otro lado, desde la disciplina de psicología se comprende, interpreta, analiza y explica el comportamiento humano, así como, con las destrezas y habilidades, evaluar e intervenir en el ámbito individual y social con el fin de promover y mejorar la salud y la calidad de vida; básicamente, la finalidad de la psicología siempre va a ser la de mejorar la vida de las personas. A partir de esto, es importante mencionar que los

adultos mayores al llegar a cierta edad deben preocuparse no solo por su salud física sino también mental, dado que aunque la mayoría goza de buena salud, muchos corren el riesgo de presentar afecciones de salud mental. Entonces, comprender a la vejez como una etapa de la vida y, por ende, como parte del envejecimiento, con efectos que recaen sobre un individuo único y particular, por lo que el proceso de envejecimiento no puede ser tomado como uno solo que parta desde los cambios físicos, pues cada sujeto actúa conforme a sus disposiciones mentales, personalidad, dogmas, valores, desarrollo social y el sitio que ocupa dentro de la sociedad y ecológico. (Graciela et al., 2016).

Por ende, la arteterapia es una herramienta terapéutica muy efectiva dentro del proceso psicológico, físico y emocional de los adultos mayores, en la que los aspectos personales y reflexivos toman prioridad. A su vez, este mecanismo ocupa el tiempo libre como instrumento para la estimulación de la actividad cognitiva que por el progreso de la edad va deteriorándose, al igual que, recupera la función de hacer ocupaciones de manera libre, permitiendo al individuo mejorar su estilo de vida, ayudar a desarrollar habilidades y mejorar su relación con el entorno.

Ahora bien, partiendo del campo de la psicología, se recomienda que el Centro de día de Valdelaguna continúe implementando estrategias orientadas a la prevención y promoción de la salud mental a través del uso de técnicas creativas y artísticas, las cuales se centran en favorecer un envejecimiento saludable. Dicho esto, es importante señalar que la utilización del arte ayuda a desarrollar habilidades relacionadas con la capacidad de atención, de memoria, de funciones ejecutivas y de habilidades psicomotrices. Así mismo, es una vía de comunicación no verbal donde el adulto mayor tiene la posibilidad de expresarse, convocando sentimientos y sensaciones, y transportándose a territorios ignorados u olvidados pero que hace parte de sí mismos, logrando con esto un efecto sanador y positivo.

Por tanto, se denota una revelación en cuanto al poder contenido del arte, el cual ofrece espacios de autoconocimiento y desarrollo personal, independientemente de su edad, cultura o escala social. La disponibilidad y accesibilidad que presenta el arte, de acuerdo con Polo (2000) y bajo el encuadre arte terapéutico, nos señala que es un recurso al alcance de todos, es inclusivo. Por lo tanto no hay razones que impidan que el arteterapia siga su curso de acción y promueva cambios a nivel personal, grupal y comunitario.

Entonces, se hace necesario enfatizar la función movilizadora que despierta los procesos creativos en las personas que la descubren, teniendo en cuenta que los involucrados mejoraron su relación como grupo, mejoraron su relación interpersonal, descubrieron habilidades, reafirmaron su autoestima y su sentimiento de utilidad y seguridad. Por ello, la movilización crea condiciones para los cambios, para descubrir nuevas realidades, claro está, siempre desde un plano humano, donde se valora lo significativo. Esta es la principal característica que se destaca del ejercicio del arte, sobre todo cuando por los tiempos modernos todo ocurre a gran velocidad y de una manera desarraigada.

Para finalizar, la relación que estableció la arteterapia con la comunidad de adultos mayores pone de manifiesto una nueva mirada, ya que rescata los recursos y potencialidades de ellos, abriendo un campo de acción esperanzador y ofreciendo múltiples oportunidades de intervención efectivas, aun cuando las condiciones del contexto son desfavorables respecto a las capacidades que con el paso de los años los ancianos van perdiendo. Por esta razón, el proceso de arteterapia es como un viaje, en el que los desplaza sobre el vehículo de las emociones, con un equipaje ligero, lleno de pequeñas cosas que pertenecen a grandes recuerdos. Es un viaje que los lleva, a través de no siempre caminos fáciles de transitar, hacia la conquista de nuevos mundos,

nuevos espacios de vida; nuevos espacios, que, aunque desconocidos a veces, no son sino una prolongación amable de su historia, de su modo de ser. Es un recorrido que les permite avanzar desde lo propio y conocido a nuevos terrenos de prolongación personal (Coll, 2006).

## Referencias bibliográficas

- Álvarez, I., Natera, J. M., & Castillo, Y. (2019). [Generación y transferencia de ciencia, tecnología e innovación como claves de desarrollo sostenible y cooperación internacional en América Latina](#). *Documentos de trabajo (Fundación Carolina): Segunda época*, (19), 1.  
<https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=7113385>
- Bang, C. L. (2016). *Creatividad y salud mental comunitaria: tejiendo redes desde la participación y la creación colectiva*. Lugar.  
<https://ri.conicet.gov.ar/handle/11336/107618>
- Bermúdez Castro, M. A. (2019). Arteterapia y adulto mayor. *Metas de enfermería*, 22(8).  
[https://openurl.ebsco.com/EPDB%3Aagcd%3A10%3A24978586/detailv2?sid=ebsco%3Aplink%3Ascholar&id=ebsco%3Aagcd%3A139500565&crl=c&link\\_origin=scholar.google.es](https://openurl.ebsco.com/EPDB%3Aagcd%3A10%3A24978586/detailv2?sid=ebsco%3Aplink%3Ascholar&id=ebsco%3Aagcd%3A139500565&crl=c&link_origin=scholar.google.es)
- Borboa, G. M. R., & Soto, X. T. (2021). Experiencias con adultos mayores empleando el arteterapia. *Arte, entre paréntesis*, 2(13), 6-20.  
<https://arteentreparesis.unison.mx/index.php/AEP/article/view/88>
- Budria, M. Á. P. (2021). Inclusión a través del arte en salud mental. In *Lo social en la salud mental (I)(II): trabajo social en psiquiatría* (pp. 161-177). Prensas de la Universidad de Zaragoza.  
<https://www.torrossa.com/en/resources/an/5080657#page=159>
- Dumas, M., & Aranguren, M. (2013). Beneficios del arteterapia sobre la salud mental. In *V Congreso Internacional de Investigación y Práctica Profesional en Psicología XX Jornadas de Investigación Noveno Encuentro de Investigadores*

en *Psicología del MERCOSUR*. Facultad de Psicología-Universidad de Buenos Aires. <https://www.aacademica.org/000-054/212.pdf>

González-Romero, G. (2020). [La innovación social como estrategia de desarrollo. Políticas urbanas y acción colectiva.](#) *Revista Latinoamericana de Investigación En Organizaciones, Ambiente y Sociedad*.  
<https://doi.org/10.33571/teuken.v11n16a2>

Illescas Tapia, T. D. L. (2023). *Arteterapia como estrategia para mejorar la calidad de vida en Adultos mayores* (Master's thesis, Universidad Técnica de Ambato/Facultad de Ciencias de Salud/Centro de Posgrados).  
<https://repositorio.uta.edu.ec:8443/bitstream/123456789/40265/1/Illescas%20Tatiana.pdf>

Jácome, M. A. A. (2018). *Mentarte: una experiencia de arte y salud mental en el espacio público* (Doctoral dissertation).  
<https://iconline.ipleiria.pt/handle/10400.8/3626>

Luco Larraín, A. (2016). *Arteterapia en el espacio comunitario: facilitando la cohesión grupal desde el proceso creativo con adultos mayores*.  
<https://repositorio.uchile.cl/handle/2250/143262>

Oscar, J. H. (2018). [La sistematización de experiencias: práctica y teoría para otros mundos posibles.](#) Capítulo I. páginas (27- 42) y Capítulo 4. Páginas (135-165)  
<http://www.cinde.org.co/userfiles/files/Novedades.pdf>

Roa Mendoza, C., & Acero Robayo, Y. (2021). [Sistematización de experiencias.](#) *Germina*, 3(3), 31–38. <https://doi.org/10.52948/germina.v3i3.230>

Rosales Rodríguez, R. D. L. C., García Díaz, R. D. L. C., & Quiñones Macías, E. (2014). *Estilo de vida y auto percepción sobre salud mental en el adulto mayor*.

*Medisan*, 18(1), 61-67. [http://scielo.sld.cu/scielo.php?pid=S1029-30192014000100009&script=sci\\_arttext&tlng=en](http://scielo.sld.cu/scielo.php?pid=S1029-30192014000100009&script=sci_arttext&tlng=en)

Wajnerman, C. (2009). El arte como herramienta de la psicología comunitaria. Su relevancia y potencialidades. In *I Congreso Internacional de Investigación y Práctica Profesional en Psicología XVI Jornadas de Investigación Quinto Encuentro de Investigadores en Psicología del MERCOSUR*. Facultad de Psicología-Universidad de Buenos Aires. <https://www.aacademica.org/000-020/551.pdf>

Zambrano-Calozuma, P. A., & Estrada-Cherre, J. P. (2020). Salud mental en el adulto mayor. *Polo del conocimiento*, 5(2), 3-21. <https://www.polodelconocimiento.com/ojs/index.php/es/article/view/1246>