

Arteterapia: artes plásticas en el manejo del deterioro cognitivo leve

Resumido por: Vázquez Castelo AM, Paz Valiñas L, Faraldo Vallés MJ, Mejuto Martí T. Arteterapia: artes plásticas en el manejo del deterioro cognitivo leve, Madrid: Ministerio de Sanidad. Santiago de Compostela: Agencia Gallega para la Gestión del Conocimiento en Salud, ACIS, Unidad de Asesoramiento Científico-Técnico, Avalia-t; 2026. (Colección: Informes, estudios e investigación. Ministerio de Sanidad).

PDF en el siguiente enlace: https://runa.sergas.gal/xmlui/bitstream/handle/20.500.11940/23062/avalia-t_22PS_Arteterapia_DEF_NIPOTRAMITE.pdf?sequence=2&isAllowed=y

NOMBRE DE LA TÉCNICA CON PRETENDIDA FINALIDAD SANITARIA

Arteterapia: las artes plásticas en el manejo del deterioro cognitivo leve.

DEFINICIÓN DE LA TÉCNICA E INDICACIONES CLÍNICAS

La arteterapia, en su modalidad de artes plásticas, utiliza la creación artística (pintar, dibujar, modelar barro, etc.) con fines terapéuticos. Se realiza con la ayuda de un profesional y busca favorecer la expresión personal, las emociones y estimular la mente.

En este informe se ha revisado su posible utilidad en personas mayores con deterioro cognitivo leve, una situación en la que aparecen olvidos o problemas de atención, pero que no llega a clasificarse como demencia.

CALIDAD DE LA EVIDENCIA

Los estudios disponibles son limitados. Aunque existen ensayos clínicos aleatorizados, estos incluyen pocos participantes, aplican la terapia de manera diversa y presentan un riesgo de sesgo de moderado a alto. Además, los estudios difieren en formato, estructura y componentes.

RESULTADOS CLAVE

La arteterapia podría considerarse una práctica segura, sin efectos adversos conocidos.

Los estudios disponibles sugieren que puede mejorar algunas funciones cognitivas, como la memoria inmediata, la atención, la facilidad para comunicarse y, en menor medida, la capacidad general de pensar.

Estos beneficios se observaron principalmente en comparación con personas que no realizaron ninguna actividad de estímulo cognitivo. Al compararse con otras actividades, como ejercicios grupales o rompecabezas, los resultados fueron similares, aunque no siempre consistentes en todos los estudios. No se observaron mejoras claras en la memoria a largo plazo ni en las habilidades visoespaciales.

CONCLUSIÓN

La arteterapia con artes plásticas es una intervención segura que puede ayudar a estimular la memoria, la atención y otras funciones mentales en personas con deterioro cognitivo leve. Sin embargo, los estudios disponibles actualmente son insuficientes para confirmar con certeza su eficacia.

