

## D O S S I E R

## *La psicomotricidad mejora la imagen corporal de los pacientes psicóticos adultos*

MARI CRUZ GONZÁLEZ MELÉNDEZ

Grado en Ciencias de la Actividad Física. Experto universitario en Desarrollo Psicomotor (UCJC) y psicomotricista en el Colegio Hermanos Maristas de Málaga.

1. Facultad de Ciencias de la Actividad Física. Universidad de Gales/EADE. Málaga. Curso 2009-2010..

2. Quiero agradecer al tutor del proyecto el profesor Dr. José Ángel Rodríguez Ribas y a la Dra. María Gracia Navarro, psiquiatra y responsable del pabellón 3 del Hospital Marítimo de Torremolinos, su disponibilidad y dedicación.

A partir de tener que culminar un grado con un proyecto de fin de carrera<sup>1</sup> se pensó en la psicomotricidad como terapia, como medio para ayudar a mejorar la imagen corporal de sujetos psicóticos y adultos. La motivación de dicho proyecto era fundamentar con un mínimo de rigor el hecho de que la práctica psicomotriz puede tener efectos beneficiosos en el curso de esta enfermedad. Para ello se tomó como indicador clave el concepto de *imagen corporal*, concepto que comparten tanto la psicomotricidad como la psicopatología.

La población de la que dispusimos estaba diagnosticada en su mayoría de esquizofrenia crónica y pertenecían a la Unidad de Salud Mental del Pabellón 3 del Hospital Marítimo de Torremolinos, en Málaga<sup>2</sup>.

El programa implementado tuvo una duración de dos meses y medio y contó con una muestra de diez personas en total. Estas se dividieron en dos grupos: grupo 1 con 5 personas y grupo 2 con otras 5 personas. Al grupo 1 se le aplicaron 2 sesiones de psicomotricidad a la semana y al grupo 2 tan solo se le aplicó una sesión a la semana. El programa de psicomotricidad constó de un total de 22 sesiones para el grupo 1 y 11 sesiones para el grupo 2. Las sesiones prácticas tuvieron una duración de 60 minutos. Se intervino siguiendo las indicaciones acerca de las fases sucesivas en la Práctica Psicomotriz (Aucouturier, 2004).

El método de la investigación para analizar la variable propuesta fue el del análisis de documentos, siendo un dibujo el tipo de documento que se analizó (documento-objeto): el análisis

# D O S S I E R

gráfico de la figura humana de Karen Machover (Portuondo, 1973). Sabemos que dibujar la figura humana es, para el sujeto, una situación que refleja la representación de sí mismo, con lo que una modificación en su imagen corporal a partir de un abordaje psicomotor se reflejaría en dicha representación. De ahí que tomáramos partido por dicho test como el más adecuado para verificar los resultados de la investigación. Durante las primeras sesiones también se tuvieron en cuenta aspectos motores genéricos como la movilidad articular, amplitud de movimientos y la condición física de base, para poder observar y analizar las cualidades y/o deficiencias de cada sujeto. Así, se podían prever ciertos problemas que pudieran surgir *a posteriori*.

Al finalizar el programa se consideró que hubo una mejora del concepto de imagen corporal en el grupo 1 por el hecho de haber realizado más sesiones de psicomotricidad a la semana en relación con el grupo 2. En referencia a los resultados obtenidos, podemos decir que el objetivo principal del estudio no se pudo cumplir en un 100% de las estadísticas obtenidas. Encontramos indicadores de las planillas de registro donde se verificó que ciertos sujetos sí habían evolucionado positivamente pero, en la gran mayoría de los indicadores los resultados no obtuvieron valores significativos. Con lo que, aunque se puede afirmar que el programa de psicomotricidad realizado a sujetos psicóticos adultos obtuvo diferencias en los resultados respecto al pre-test y post-test relacionando ambos grupos entre sí y pre-test y post-test

intragrupos, las diferencias obtenidas no lograron una significación relevante y notable.

A modo de balance de todo el programa psicomotor, se puede decir que las propuestas y actividades que más atrajeron a los sujetos produciéndoles mayor satisfacción y capacidad de desconexión de “su realidad” fueron las actividades y juegos libres, aunque enmarcadas y contenidas. Este tipo de situaciones vivenciadas les ayudaba a involucrarse y concentrarse en el juego en sí, donde todos, sujetos psicóticos, psiquiatras, enfermeros e investigadora disfrutaron “jugando” juntos sin perjuicio alguno.

Respecto a las propuestas planteadas, durante las sesiones se pudo experimentar con situaciones de distensión o de contacto, observándose momentos de angustia ocasional. Sin embargo, cercanos a la conclusión del programa se volvieron a recrear aquellas situaciones que al inicio produjeron vivencias de mareo, pérdida de equilibrio y recelo ante compañeros, resultando que la actividad se ejecutó sin producirse ninguna sensación extraña por parte de los sujetos. Con esto podría decirse que la psicomotricidad ayuda, también, a desenredar el “mundo oscuro” de los psicóticos enseñándoles a disfrutar del simple juego.

Como conclusión podemos decir que la psicomotricidad, en sujetos psicóticos-esquizofrénicos produce mejoras bien diferenciadas a lo largo de un determinado tiempo. Pero, para hacer significativas dichas diferencias hay que incidir al menos en dos aspectos: Uno, aumentar el número de sesiones de psicomotricidad a la semana; segundo, aumentar

## D O S S I E R

la duración del programa psicomotor. De esta manera, se obtendrían datos mucho más significativos respecto a la mejoría de la personalidad en sí de los sujetos y, por lo tanto, de su imagen corporal.



## BIBLIOGRAFÍA

- Alanen, Y. O.** (2003) *La esquizofrenia. Sus orígenes y su tratamiento adaptado a las necesidades del paciente*. Londres: H. Karnak Ltd.
- Aucouturier, B., Lapierre, A.** (1984) *El cuerpo y el inconsciente en educación y terapia*. Barcelona: Científico-Médica.
- Aucouturier, B., Darrault, I. y Empinet, J. L.** (1985) *La práctica psicomotriz: reeducación y terapia*. Barcelona: Científico Médica.
- Da Fonseca, V.** (1998) *Manual de observación psicomotriz*. Barcelona: Inde Publicaciones.
- Defontaine, J.** (1978) *Manual de reeducación psicomotriz*. Barcelona: Médica y técnica.
- Pastor, J. L.** *Tratamiento de la imagen corporal a través de la intervención psicomotriz*. En: <http://www.unex.es/eweb/cienciadeporte/congreso/04%20val/pdf/C81.pdf>
- Portuondo, J. A.** (1983). *Test Proyectivo de Karen Machover. La figura humana*. 4<sup>a</sup> Edición. Madrid: Biblioteca Nueva.