

Concienci-Arte: El carácter terapéutico del arte en la elaboración del duelo del cuidador informal

Rosa Peñasco Velasco

Mi actividad docente, extendida a lo largo de más de veinte años, está salpicada de miles de ejemplos que demuestran la enorme validez de medios creativos, utilizados para enseñar (el cuento “No hay yo sin tú”, en el Trabajo Social con grupos, material multimedia variado, guiones de radio y TV, dirección de Red de innovación docente sobre Arteterapia, análisis del cine y hasta de la copla en cuestiones de discriminación de género y etc.).

Sin embargo, fue con la escritura del libro "Mi madre-niña: un viaje al corazón del alzhéimer", cuando partiendo de mi propia experiencia personal, después, como docente, he podido mostrar la importancia de terapias alternativas en enfermos de alzhéimer y otras dependencias en diferentes líneas de investigación, así como transmitir la esencia del alzhéimer en distintas AFAs, gracias al Proyecto “Alzheimer Solidario” que dirijo.

Pero el aspecto más importante de la escritura de "Mi madre-niña", fue, sin duda, la elaboración de mi propio duelo como cuidadora informal durante más de diez años, y no desde una amarga resignación, sino con una aceptación plena, nacida de entender las particularidades de la pérdida, no comparable a ninguna otra, que supone la muerte de un enfermo de alzhéimer para quien lo ha estado cuidando durante años, y comprender, en esencia, que los cuidadores ni vivimos un duelo normal, ni vivimos un solo duelo.

Tras esta experiencia como cuidadora, como escritora, como docente y sobre todo como persona, más que nunca reivindicó y ensalzó la utilización del Arte como medio para adquirir conciencia, curar heridas y, en este caso concreto, elaborar el duelo entendiendo la pérdida desde lo más profundo del ser.

Si no hay mayor arte que vivir con Arte, también artísticamente podemos aprender a “dejar ir”, a entender los vacíos que deja una muerte y a cubrirlos ¡con Arte!