

■ Prevención y tratamiento de los trastornos mentales a través del teatro: una revisión

Cristina Bellavista-Rof & Marisol Mora-Giral
Universidad Autónoma de Barcelona, España

Resumen

La prevalencia de los trastornos mentales sigue aumentando y causando efectos considerables en la salud de las personas y graves consecuencias socioeconómicas, de esta manera, son necesarios programas de prevención y herramientas de tratamiento innovadores y eficaces, como por ejemplo la utilización del teatro. El objetivo del trabajo fue realizar una revisión de la literatura científica existente para evaluar el teatro como herramienta de prevención y tratamiento de diversos trastornos mentales, entre ellos los trastornos de la conducta alimentaria y aportar sugerencias para futuras investigaciones. Se ha realizado una búsqueda de publicaciones científicas limitada desde el año 2005 hasta el 2019 en las bases de datos PubMed, PsycINFO, PSICODOC y Web of Science. Se han seleccionado 26 estudios que cumplieran los criterios de inclusión y calidad, un 27% de ellos referentes a prevención y un 73% referentes a tratamiento. Estos estudios se centran en 6 ámbitos diferentes de actuación: TCA (27%), TEA (23%), abuso de sustancias (8%), demencias (8%), episodios psicóticos iniciales (4%), otros problemas de salud mental (31%). Se evalúa la eficacia de los programas teatrales con metodología cuantitativa (36%), cualitativa (37%) y mixta (26%). De los estudios seleccionados, un 92% de los programas son eficaces y sólo un 8% no lo son. Los resultados sugieren hallazgos muy positivos respecto al uso del teatro como herramienta de prevención de TCA y abuso de sustancias, y también como tratamiento para intervenir en TEA, TCA, demencias y otros problemas de salud mental. La revisión destaca los beneficios del uso del teatro en estos ámbitos específicos, subrayando que son necesarios futuros estudios bien diseñados (mayor muestra de participantes, grupo control, asignación aleatoria a los grupos, seguimientos) para demostrar la eficacia del teatro en diversos ámbitos.

Palabras clave: prevención; tratamiento; trastornos mentales; teatro; revisión.

Abstract

Prevention and treatment of mental disorders based in theatre: A systematic review. The prevalence of mental disorders continues increasing and causing considerable effects on the health of human beings and grave socioeconomic consequences. Therefore, prevention programs are necessary as well as tools for innovative and effective treatment, for example the utilization of theatre. The goal of this paper is to review the existent scientific literature to assess theatre as a tool of prevention and treatment of some mental health problems, go into a deep study of eating disorders and contribute suggestions for future investigations. A research of scientific publications has been made in English from 2005 to 2019 in the databases of PubMed, Psycinfo, Psycodoc and Web of Science. Twenty-six studies were selected because they have been considered in the established selection and quality criteria. 27% related to prevention and 73% related to treatment. These studies focus on six different scopes of action: TCA (27%), TEA (23%), substance abuse (8%), demencias (8%), initial psychotic episodes (4%), other mental health problems (31%). Also, the asses of the efficacy of the theatrical programs have been studied with quantitative (36%), qualitative (37%) and mixed (26%) methodologies. In the studies selected a 92% of the theatrical programs are effective and only 8% are not. The results suggest very positive finding regards to the use of theatre as a tool of prevention in TCA and substance abuse and as a treatment for TEA, TCA, demencias and other mental health problems. The systematic review emphasizes on benefits of the use of theatre at these specific spheres and highlights the need of future well-design studies (biggest sample of participants, control group, random assignment, follow-ups) to show the efficacy off the theater at several spheres.

Keywords: prevention; treatment; mental disorders; theatre; review.

Existe una gran variedad de trastornos mentales, cada uno de ellos con manifestaciones diferentes, pero todos, según el Manual Diagnóstico y Estadístico de los Trastornos Mentales (APA-5, 2013) son: “síndromes caracterizados por una altera-

ción clínicamente significativa del estado cognitivo, la regulación emocional o el comportamiento del individuo, que reflejan una disfunción de los procesos psicológicos, biológicos o del desarrollo subyacentes en su función mental. Habitualmente

Correspondencia:

Marisol Mora-Giral.

Unidad de Evaluación e Intervención de la Imagen Corporal del Departamento de Psicología Clínica y de la Salud de la Universidad Autónoma de Barcelona. Edificio B Campus Bellaterra 080193. Sandanyola del Vallés, Barcelona (España).

E.mail: marisol.mora@uab.cat

estos se asocian a un estrés significativo o una discapacidad, sea social, laboral o de otras actividades importantes” Un hecho alarmante son los datos y cifras publicadas por la Organización Mundial de la Salud (OMS, 2017), donde se refleja que la prevalencia de los trastornos mentales sigue aumentando, y de esta manera, causando efectos considerables en la salud de las personas y graves consecuencias socioeconómicas.

Actualmente se dispone de tratamientos eficaces contra los trastornos mentales y herramientas que permiten aliviar el sufrimiento que causan (OMS, 2017), pero debido al incremento de prevalencia de diagnósticos, se consideran esenciales las intervenciones o programas de prevención y promoción de la salud mental, ya que tienen el objetivo final de reducir la prevalencia e incidencia de estos, además, son eficaces y se han traducido en beneficios para la salud mental (Jané-Llopis, 2004).

Hay que remarcar que hay múltiples programas de prevención de enfermedad y promoción de la salud mental basados en la educación para la salud, las buenas prácticas o la alfabetización de medios, entre otros (Calears & Christensen, 2010; Gómez et al., 2013; Wilksch, Tiggermann, & Wade, 2006). En cambio, hay poca investigación sobre la eficacia del teatro o arte dramático como herramienta de prevención o tratamiento para los trastornos mentales, ya que es una técnica innovadora en este campo y como algunos autores como Joronen, Rankin, y Astedt-Kurki (2008) postulan, son necesarios estudios bien diseñados y basados en teoría que se dirijan a las intervenciones dramáticas en la promoción de la salud con medidas válidas y fiables para examinar los efectos de las intervenciones. Sin embargo, cada vez son más las investigaciones centradas en la utilidad de diferentes artes, como por ejemplo el teatro, con fines terapéuticos, ya que como postula Lorente (2014), estas permiten dar forma a las emociones y sentimientos, expresarse a través de otros canales de comunicación, experimentar y resolver situaciones que en la realidad resultaría difícil resolver, tomar conciencia del propio cuerpo, ser consciente de las dificultades y potencialidades y también de aprender y mejorar ciertas habilidades y capacidades. Siguiendo en la misma línea, el teatro también ofrece oportunidades únicas para el crecimiento personal, para compartir experiencias comunes, promover la empatía y la flexibilidad, entre muchos otros beneficios, promoviendo así un cambio positivo en las personas (Faigin & Stein, 2010). De esta manera, el teatro puede ser una herramienta tanto de prevención como de tratamiento para diversos trastornos mentales. La investigación en este ámbito ha sido centrada principalmente, por un lado, con el uso de programas basados en teatro para prevenir trastornos de conducta alimentaria (Franzoni et al., 2010; Mora et al., 2015; Neumarck-Sztainer et al., 2008), abuso de sustancias (Quek et al., 2012; Stephens-Hernandez et al., 2007) y promoción de la salud mental en adolescentes (Joronen, Rankin, & Astedt-Kurki 2008), y por otro lado, el uso de teatro como tratamiento en trastornos de conducta alimentaria (Dubois, 2010; Papis, 2016), trastornos del espectro autista (Corbett et al., 2010; Corbett, Blain, Ioannou, & Balsa, 2016) y demencia (Rylatt, 2012), entre otros.

En el presente estudio se lleva a cabo una revisión sobre programas de prevención y tratamiento de trastornos mentales basada en el teatro que sea de utilidad y ofrezca sugerencias para el estudio científico posterior y futuras líneas de investigación. El objetivo principal es realizar una revisión de la literatura cientí-

fica existente para evaluar la eficacia del arte dramático en diversos trastornos mentales, tanto como herramienta de prevención como de tratamiento. Los objetivos secundarios son profundizar en programas de prevención y tratamiento de trastornos de conducta alimentaria basados en el arte dramático o teatro y finalmente, aportar sugerencias para futuras investigaciones.

Método

Para llevar a cabo la búsqueda bibliográfica de la literatura existente sobre el tema objetivo, se hizo uso de fuentes de información primarias y secundarias, así como de fuentes generales que ofrecían información básica en un primer momento, y posteriormente fuentes especializadas como bases de datos y revistas científicas con índice de impacto que presentaban información concreta.

Se han tenido en cuenta las características de los estudios, priorizando aquellos que tenían grupo control especialmente aquellos que eran ensayos aleatorios, con el objetivo de un mayor control de los factores de estudio y una mayor evidencia de la relación causa-efecto (Anon, 2018). También se ha priorizado aquellos realizados con medidas con una correcta validación psicométrica. En segundo lugar, se ha tenido en cuenta el estado de la publicación y la búsqueda de información se ha restringido desde el año 2005 hasta el 2019, pues la prevención a través del arte dramático es un recurso innovador que se ha puesto en práctica estos últimos años y actualmente se tiene más en consideración como un posible recurso (Torrisen & Stickley, 2017). Se han excluido estudios de caso y estudios que no hacían referencia explícita al objetivo de estudio, a pesar de contener las palabras claves o descriptores en el título.

Respecto a los criterios de calidad, se han utilizado fuentes de información representativas de la psicología para hacer la investigación bibliográfica: bases de datos y revistas científicas especializadas con factor de impacto. Las bases de datos utilizadas han sido PsychInfo, PSICODOC, PubMed y Web of Science y el metabuscador Trovador.

Se realiza la búsqueda a partir de los descriptores o palabras claves: theatre /dramatic art, mental disorder / mental health / mental illness / mental disturbance, eating disorders / eating disturbance, prevention program / therapy / dramatic intervention, combinándolos con el operador booleano AND en las diferentes bases de datos y fuentes y con la acotación de años desde 2005 hasta 2019, con el objetivo de obtener resultados pertinentes y representativos en relación a los objetivos de investigación.

Realizando la búsqueda con las diferentes combinaciones de descriptores mencionada en las bases de datos descritas, se identificaron un total de 3.942 artículos, y a través de otros recursos se identifican 48 más. Se eliminaron los duplicados, quedando un total de 846. De los 846 artículos se realiza una primera selección quedando 182. Se excluyeron 95 más por dificultad de acceso al artículo completo, o no corresponder a los idiomas de inclusión o bien no son artículos, sino fragmentos, resúmenes de congresos u otros tipos de formatos que no son de interés para el presente estudio. Finalmente, de estos 79 artículos, en una posterior selección, después de leer el resumen y algunos de los apartados, se eliminan 53 más, debido a que eran estudios de caso o bien el título no era representativo del estudio, finalmente se incluyen 26 estudios en la presente

revisión. A continuación, se presenta el diagrama flow del proceso seguido con la Lista de Verificación PRISMA, como se muestra en la Figura 1.

Los artículos fueron clasificados y vaciados. Para gestionar éstos, organizarlos y extraer información relevante, se ha utilizado el gestor Mendeley. Con el fin de realizar un proceso de vaciado de calidad se: facilitó el análisis de la información y su tratamiento, se elaboraron tablas resumen donde la extracción de los datos se ha realizado en términos de las recomendaciones del manual Cochrane. Posteriormente a la elaboración de esta tabla general se han separado los estudios en dos tablas diferenciadas, como se muestra en la Tabla 1 y Tabla 2, según si se utiliza el teatro dentro de programas de prevención de los trastornos mentales o bien si se utiliza como herramienta de tratamiento. Dentro de esta división de prevención y tratamiento, los artículos se clasifican según los trastornos mentales a los que hacen referencia: trastornos de la conducta alimentaria, abuso de sustancias, trastorno del espectro autista, demencias, y tratamientos de otros problemas de salud mental.

Resultados

Los resultados de la presente revisión incluyen 26 estudios, de los cuales un 27% se refieren a la prevención de los trastornos mentales basada en el teatro y un 73% el tratamiento de éstos. Estos estudios se centran en 6 diferentes ámbitos de actuación: TCA (27%), TEA (23%), abuso de sustancias (8%), demencias (8%), episodios psicóticos iniciales (4%), otros problemas de salud mental (31%). Todos los estudios incluyen hombres y mujeres en la muestra. En referencia a la metodología empleada, se incluyen un 36% de estudios con metodología cuantitativa, un 37% cualitativa y un 26% mixta. Se incluyen un 30% de estudios con fase de seguimiento y un 70% sin seguimiento. Finalmente, se incluyen los programas revisados eficaces que reducen o incrementan una, dos o más variables ($n = 24$, 92%) y los no eficaces ($n = 2$, 8%) que no cambian ninguna.

Discusión

Los resultados de la presente revisión contribuyen al cuerpo de la evidencia de cómo el teatro o el arte dramático se puede utilizar como herramienta en la salud mental, en diferentes aspectos tanto de prevención como de tratamiento; en una gran diversidad de trastornos mentales como los trastornos de conducta alimentaria, el abuso de sustancias, el trastorno del espectro autista, las demencias y otros problemas de salud mental. Se incluyen en la revisión cuatro estudios referentes a la prevención de trastornos de la conducta alimentaria basados en el teatro (Haines et al., 2008; Mora et al., 2015; Mora et al., 2016; Neumarck-Sztainer et al., 2009) mostrando resultados muy positivos sobre su eficacia en varios aspectos. El estudio (Neumarck-Sztainer et al., 2009) indica a través de metodología cualitativa cómo la participación en el programa teatral produce cambios positivos en la comunicación, resiliencia a los comentarios recibidos y mejora la satisfacción corporal. Haines et al. (2008) llevan a cabo un programa teatral de prevención de la obesidad que aumenta la conciencia de necesidad de cambio tanto en niños como en padres, pero no es suficiente para producirlo. En ambos programas hubo una alta participación y satisfacción de los participantes de entre 4º y 6º curso

Figura 1. Diagrama Flow del proceso seguido con la Lista de Verificación PRISMA

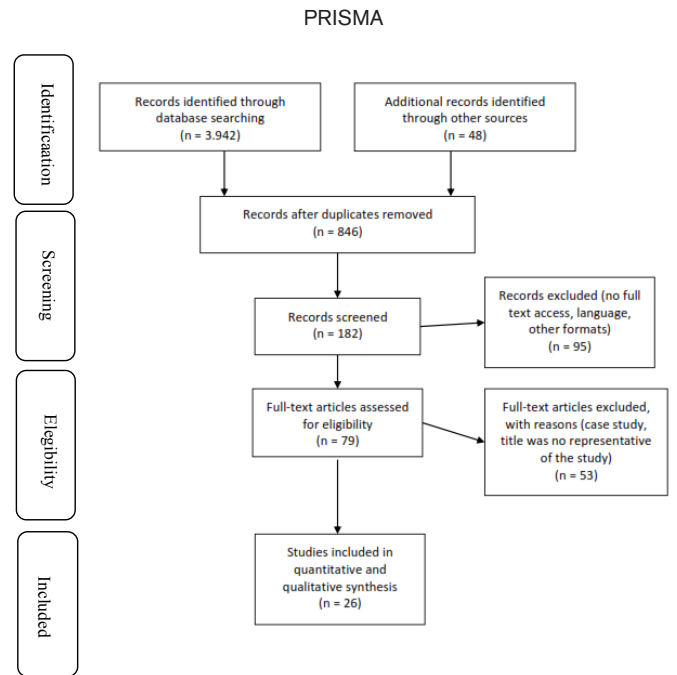


Figura 3. Programas de prevención por ámbitos

- Trastorno conducta alimentaria
- Abuso de sustancias
- Episodio psicótico inicial

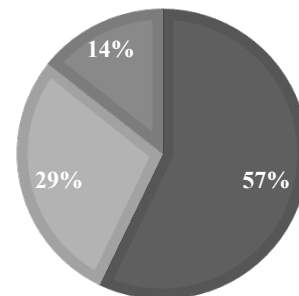


Figura 4. Eficacia de los programas revisados

- Eficaz
- No eficaz

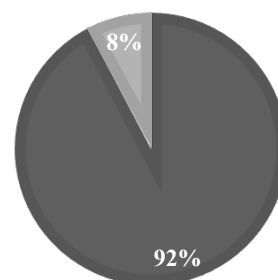


Tabla 1. Diagrama Flow del proceso seguido con la Lista de Verificación PRISMA

Autores/as	Muestra	Diseño e instrumentos	Resultados	Conclusiones
PREVENCIÓN TRASTORNOS DE LA CONDUCTA ALIMENTARIA (TCA)				
Haines, Neumark-Sztainer, & Morris (2008)	15 alumnos de 4º a 6º curso escuela primaria de Minnesota. Participación voluntaria al programa teatral. Muestreo no aleatorio por conveniencia.	Instrumento cualitativo, valoración personal del programa.	Participantes identifican importancia personal del material del juego, la oportunidad de ser un modelo para seguir y formar parte de un equipo. Cambios destacados en los participantes: incremento resiliencia comentarios de los demás, cambios positivos en la comunicación y mejora satisfacción corporal.	Teatro es una estrategia viable y posiblemente eficaz para intervenciones basadas en la escuela orientadas a prevención de TCA.
Neumark-Sztainer et al. (2008)	69 niños/as de 4º a 6º curso (41% presentaban sobrepeso) y 61 padres. Muestreo no aleatorio por conveniencia.	Diseño de estudio pretest y posttest con grupo aleatorizado: 2 condiciones experimentales: grupo intervención y control (2 escuelas a cada condición experimental) Evaluación proceso (participación programa, satisfacción e impacto percibido) y evaluación impacto (encuestas de impacto antes y después de sesiones).	Participantes informan de alta satisfacción con el programa y de haber hecho o intentado hacer cambios positivos de comportamiento gracias a la participación en este. Pocas diferencias significativas entre grupo intervención y control en el seguimiento.	Intervención efectiva para aumentar consciencia de necesidad de un cambio de comportamiento, pero no suficiente per producirlo. Programa "Ready.Set.Action." ofrece promesas como estrategias de intervención creativa y es factible para implementarse en la escuela con la ayuda de grupos de teatro de la comunidad.
Mora et al. (2015)	141 adolescentes de 5 escuelas de Manresa (Catalunya), rango de edad entre 12-15. Pretest: 88 sujetos grupo control, 53 sujetos grupo teatro. Seguimiento después de 13 meses: 64 sujetos grupo control y 43 grupo de teatro (18 chicos y 25 chicas).	Diseño longitudinal, pretest, posttest y seguimiento. Sociobiographical Data Weight and Height Eating Attitudes Test (EAT-26), Sick, Control, One, Fat, Food Questionnaire (SCOFF), Sociocultural Attitudes towards Appearance Questionnaire-R (SATAQ-R), Contour Drawing Rating Scale (CDRS), Rosenberg Self-Esteem Scale (RSES), Spanish Adaptation.	Participantes grupo experimental puntuaciones de autoestima significativamente más altas que grupo control a lo largo del tiempo.	Programa puede beneficiar la autoestima de los estudiantes. No diferencias significativas en la insatisfacción corporal y as actitudes alimentarias. Programa puede ser protector sobre variables psicológicas fundamentales (esenciales para el desarrollo del adolescente adaptativo).
Mora et al. (2016)	178 adolescentes de 4 escuelas de Terrassa (Cataluña), rango de edad entre 12 y 15 (103 chicas y 73 chicos, media de edad 13.3 años). 131 participantes en el seguimiento final.	Diseño longitudinal prospectivo cuasiexperimental. Condiciones experimentales (NUT+MEF+ MEM +ML programa, programa de teatro en vivo o grupo control). Evaluación: pre-test, intervención, post-test (3m), seguimiento 1 (8-9m) y seguimiento 2 (15m) Instrumentos: CE-TCA (Cuestionario de autoinforme sobre las cogniciones específicas relacionadas con el TCA).	Las puntuaciones de CE-TCA al inicio (evaluación pre-test) no defirieron entre los grupos. Después de la intervención, cuando se comparó con el grupo control, el grupo Theatre Alive obtuvo puntuaciones más bajas y significativas para la mesures de cogniciones desadaptadas (d = 0.88) y grupo NUT + MEF + MEM + ML obtuvo puntuaciones más bajas, pero no significativas (d = 0.60).	Programa Theatre Alive podría producir efecto de disonancia cognitiva y eliminar la discrepancia entre los contenidos de la obra y los que estaban internalizados, modificando creencias desadaptativas. Participantes en el programa defendieron como actores el contenido que se ensayó, hasta el punto de internalizarlo.
PREVENCIÓN ABUSO DE SUSTANCIAS				
Quek et al. (2012)	352 estudiantes (43.1% chicos, con edad media de 17.14 años) reclutados a través de estrategias de muestreo por conveniencia a Queensland (Australia), para completar el cuestionario, independientemente de su participación en el programa Choices (programa prevención basado en el teatro).	The Alcohol Use Disorder Identification Test— Consumption (AUDIT-C), The Substance and Choices Scale Clinical Questionnaire (SACS), medidas de consumo de alcohol, consumo drogas y conductas problemáticas.	Controlando género y consumo de alcohol previo, alumnos que asistieron al programa tuvieron significativamente menos probabilidades de reportar uso ilícito de drogas (OR = 0.51) y conductas problemáticas (OR = 0.40) que los que no asistieron.	Programa de prevención para jóvenes basado en el teatro, que utiliza marco de minimización de daños, puede ser efectivo per reducir comportamientos de alto riesgo asociados con el consumo de alcohol en eventos de celebración, hasta si los jóvenes esperaban consumir alcohol excesivamente.

Autores/as	Muestra	Diseño e instrumentos	Resultados	Conclusiones
Stephens-Hernández et al. (2007)	283 participantes (muestra final: participantes contestaron 2 encuestas y residían en un área concreta). Muestreo no aleatorio, por conveniencia.	Consentimiento informado y encuesta pre y post intervención. Se ofreció durante un periodo 2 semanas 6 presentaciones de la obra "túneles". Evaluación de la actividad de la obra para cambiar actitudes y comportamientos. Seguimiento después de 3 meses.	Ver la obra aumentó los conocimientos de los participantes sobre el abuso de sustancias como enfermedad. El drama incremento la intención de participar en actividades de prevención de abuso de sustancias. Encuestas se seguimiento confirman aumento de asistencia de participantes en actividades de prevención de abuso de sustancias en la "llar" y comunidad.	Demuestra la eficacia del drama como un mecanismo para educar y motivar. El apoyo para este mecanismo está garantizado a nivel del estado, la comunidad local, distrito escolar y organizaciones comunitarias.
PREVENCIÓN EPISODIOS PSICOTICOS INICIALES				
Roberts et al. -(2007)	2500 estudiantes (Exclusión de 1367 que no devolvieron los cuestionarios post, quedando 1034). Selección final de grupo representativo de 313 estudiantes de 11 escuelas para el cuestionario de 6 meses (edad media de 16 años, 65% chicas y 32% de experiencia personal o familiar de enfermedades anteriores).	Cuantitativo (cuestionario validado previamente) y cualitativo (entrevista semiestructurada).	Aumento del conocimiento y la comprensión de la psicosis inicial, reducción del estigma asociado a problemas de salud mental y mejora de la conciencia. 31 centros desarrollaron enlaces de soporte con los servicios locales de salud mental.	Programa On the edge muestra el valor y la efectividad de la educación sanitaria en la psicosis inicial a través del drama aplicado, además de ofrecer un posible modelo para incorporar a los Servicios de intervención temprana.

Tabla 2. Estudios incluidos en el tratamiento de trastornos mentales basados en el teatro

Autores/as	Muestra	Diseño e instrumentos	Resultados	Conclusiones
TRATAMIENTO TRASTORNOS DE CONDUCTA ALIMENTARIA (TCA)				
Franzoni et al. (2010)	Pacientes centro trastornos de conducta alimentaria de Bolonia. Muestreo no aleatorio, por conveniencia.	Taller teatro "Proyecto metamorfosis" basado en los principios de la terapia del drama y dirigido a pacientes jóvenes hospitalizados.	Tasa satisfacción de los participantes 91%. Pudieron desprenderse del papel de pacientes, mitigar el perfeccionismo, la rigidez, apartar pensamientos obsesivos, mejorar la ansiedad social y la anhedonia.	Taller de teatro puede ser útil para disminuir los mecanismos de defensa, permitiendo un enfoque centrado en el paciente, mitigar síntomas específicos. La experiencia percibida mayoritariamente positiva y placentera.
Pellicciari et al. (2013)	15 sujetos (14 chicos y 1 chico, rango de edad entre 14 y 19 años, media de 15.3 años) hospitalizados en el centro de trastornos de conducta alimentaria de Bolonia, con el diagnóstico de anorexia. Muestreo no aleatorio por conveniencia.	1) Encuesta pre y post para evaluar índice de satisfacción. 2) Autoevaluación ítems: espontaneidad, trabajo en equipo, creatividad, expresión de sentimientos y timidez. 3) Toronto Alexthymia Scale (TAS-20) evalúa desregulación afectiva. 4) Escalas psiquiátricas para la autogestión para niños y adolescentes (SAFA). Pacientes tienen una media de 10 talleres teatrales semanales.	Tasa satisfacción participantes 93% y 71% experimenta sentimientos positivos. Mejora significativa ítems trabajo en equipo y espontaneidad ($p < .01$). TAS: reducción significativa ($p < .05$) de desregulación afectiva. SAFA: mejora pensamientos obsesivos y estado de ánimo. Pacientes observaron beneficios subjetivos: coraje, determinación, libertad, manera de expresar las emociones y perder la vergüenza, diversión, felicidad, serenidad, emociones, energía, creatividad, entender el propio cuerpo, seguridad, autoconfianza, disminución fobia social.	Teatro es una estrategia viable y efectiva para utilizar en intervenciones dirigidas a TCA. Un enfoque que integra la terapia dramática, el psicodrama y la terapia verbal ofrece una alternativa innovadora a la terapia de grupo tradicional. Teatro puede ser útil para disminuir los mecanismos de defensa, permitir un enfoque al paciente, mitigar síntomas específicos y mejorar la calidad de vida durante la estancia hospitalaria.

Autores/as	Muestra	Diseño e instrumentos	Resultados	Conclusiones
Frisch, Franko, & Herzog (2006)	Personal de 19 centros de América del Norte que ofrecen tratamiento residencial de TCA (AN, BN y trastorno por atracción). Estrategia de muestreo no aleatoria, por conveniencia. No se ofrecía ningún tipo de recompensa.	Encuesta por correo electrónico al personal o dirección del centro, utilizada en estudios similares, para recopilar información sobre la incorporación de terapias basadas en el arte en programas de tratamiento de TCA.	De los 19 programas, todos ofrecían una terapia basada en el arte mínimo una vez a la semana (tasa participación 90.55-99.12%). Un 26.3% ofrecían una al día (tasa participación 99.38%). Beneficios terapia para los pacientes: autodescubrimiento, exploración y expresión personal. Pacientes informaban que les servía para: enfrentarse y trabajar la autoestima, imagen corporal, depresión, tendencia a aislarse y las habilidades de adaptación positivas. Terapias particularmente eficaces para pacientes con dificultades con las formas más tradicionales de terapias orientadas a hablar.	No existen estudios empíricamente validos sobre esta forma de terapia experimental en el ámbito de TCA (Aunque se publiquen narraciones sobre terapias artísticas y los resultados sean generalmente positivos). No obstante, la mayoría de los programas de tratamiento del TCA dan soporte y utilizan mínimo una forma de terapia artística que aún no se ha demostrado su validez. Además, la terapia basada en el arte en el tratamiento de TCA aún no se ha estandarizado, y la mayoría de los estudios son casos individuales y difíciles de medir.
TRATAMIENTO TRASTORNO DEL ESPECTRO AUTISTA (TEA)				
Corbett et al. (2011)	8 jóvenes con diagnóstico de TEA (7 chicos y 1 chica) y 8 jóvenes con desarrollo moral (4 chicos y 1 chicas). Edad de los participantes entre 6 y 17 años y no diferencias significativas de edad entre grupos. Estrategia de muestreo no aleatorio por conveniencia.	Medidas neuropsicológicas (NEPSY: MF, AR, TOM), biológicas (cortisol y oxitocina), conductuales, medidas primarias (SRS, SSS, SSP, ABAS).	Participantes con TEA mostraron después de la intervención teatral cierta mejora en la identificación de caras, la teoría de la mente y algunos en la percepción social. No diferencias significativas en las medidas primarias pre y post, siendo los resultados ambiguos.	Potencial de utilizar un enfoque teatral con métodos de las ciencias del comportamiento para facilitar el desarrollo de las áreas centrales de desarrollo de jóvenes con autismo y mejorar el funcionamiento socioemocional a través de compañeros modelo y un entorno teatral basado en la comunidad.
Corbett et al. (2014)	12 participantes (9 chicos y 3 chicas, rango de edad entre 8 y 17, media de edad 12.17), 7 diagnosticados de autismo (TEA) y 5 de trastorno no especificado del desarrollo (PDD-NOS). Muestreo no aleatorio por conveniencia. Programa destinado a mejorar la interacción social recíproca en jóvenes con (TEA) que utiliza técnicas teatrales en un modelo por parejas.	ADOS = Programa de observación de diagnóstico de autismo, WASI = Escala de inteligencia abreviada de Wechsler, Cuestionario de Comunicación social, Escala de capacidad de respuesta social, NEPSY = Reconocimiento para afecto, memoria para caras, PSI = índice de estrés de los padres, ABAS = Escalas de comportamiento adaptativo, Escalas de compañerismo.	Diferencias significativas en procesamiento facial, consciencia social y cognición social ($p < .05$). Duración de la interacción con los compañeros conocidos aumentó significativamente a lo largo del tratamiento ($p < .05$). El compromiso con los compañeros nuevos se mantuvo estable. Niveles de cortisol aumentaron el primer día de campamento, disminuyeron a lo largo del tratamiento i se redujeron durante el juego al tratamiento.	Resultados corroboran y amplían los hallazgos anteriores, mostrando que el teatro por parejas utilizando un breve formato de campamento de verano contribuye a mejorar los déficits sociales en pacientes con TEA. Los avances en el funcionamiento adaptativo y las reducciones en el estrés de los padres resaltan las implicaciones que tiene el deterioro social (mejora la vida de los pacientes y sus familias).
Corbett et al. (2016)	30 participantes con TEA (24 niños y 6 niñas, rango de edad entre 8 y 14 años). Diseño experimental aleatorio. Grupo tratamiento (17 participantes, edad media 11.27, intervención con modelo de campamento de verano a lo largo de 10 sesiones de cuatro horas) y grupo control de lista de espera (13 participantes, edad media 10.74). Al finalizar la intervención, se realizaron dos actuaciones públicas en el teatro de la universidad local.	ADOS, WASI, ABAS, SRS= Escala de respuesta social, Caras de ERP= Potencial relacionado con el evento, Group Play, Equipment play, Memory for Faces Immediate (MFI), Memory for Faces Delayed (MFD), Theory of Mind (TOM).	Inmediatamente después del tratamiento se observaron efectos grupales en la capacidad social ($d = 0.77$), los síntomas de comunicación ($d = -0.86$), el juego grupal con juguetes ($d = 0.77$), la memoria inmediata para las cares según métodos neuropsicológicos ($d = 0.75$) y ERP ($d = 0.93$), memoria retardada para caras ($d = 0.98$) y la teoría de la mente ($d = 0.99$). En el periodo de seguimiento de 2 meses, se detectaron efectos grupales en los síntomas de comunicación ($d = 0.99$).	El estudio confirma los anteriores (teatro conduce a una mejora en las áreas centrales de la competencia social para los niños con TEA) y lo amplía, diciendo que tienen mejoras en la memoria para las caras y las habilidades de comunicación social. Resultados resaltan los componentes importantes para el tratamiento: mediación entre iguales, practica activa del funcionamiento social. Ensayo piloto brinda soporte a la eficacia de la intervención basada en el teatro para avanzar, mantener y generalizar la competencia social en niños con TEA.

Autores/as	Muestra	Diseño e instrumentos	Resultados	Conclusiones
Corbett, Blain, Ioannou, & Balsler (2017)	30 participantes (rango de edad entre 8 y 14 años) con trastorno del espectro autista (TEA). Diseño experimental aleatorio (17 participantes asignados grupo tratamiento y 13 al grupo control o lista de espera)	ADOS, IQ (WASI), Estado STAI-C, Rasgo STAI-C, Cortisol PIP (Línea base, inicio de juego, fin de juego y recuperación), CBLC (Problemas afectivos, de ansiedad, somáticos, TDAH) Método: Las diferencias entre los grupos se analizaron por la ansiedad estado, la ansiedad rasgo, el cortisol basado en el juego y el cortisol diurno.	Diferencias significativas ($p = .005$) entre los grupos en ansiedad-rasgo, pero no en ansiedad-estado ($p = .86$), ni en el cortisol. Correlación negativa significativa entre juego grupal y ansiedad-rasgo ($r = -.3$). El cortisol en el área de juego se correlacionó con el juego grupal, para el grupo experimental ($r = .55$)	Terapia basada en el teatro y mediada por compañeros para jóvenes con TEA conduce a una mayor competencia social y menor ansiedad durante la interacción. Cierta grado de activación fisiológica puede ser adaptativa para las personas con TEA cuando interactúan con sus compañeros. Resultados refuerzan el uso del teatro como terapia para individuos con TEA para impactar en la competencia social, el estrés y la ansiedad.
Barnes (2014)	20 participantes (Dos grupos de dos escuelas de 10 niños de 6 y 7 años) con dificultades de comunicación (incluyendo: niños tímidos e incapaces de contribuir en clase, otros dominantes que no querían escuchar a los otros, mutismo selectivo, niños con síndrome de Asperger o dificultades físicas de la parla). Muestreo no aleatorio por conveniencia.	Observación participante del investigador, grabación de sesiones con video, imágenes y comentarios escritos. Análisis a partir de una escala establecida y registros de mejoras percibidas en la parla, lenguaje y comunicación.	Mejora en la gran mayoría de niños: fluidez, vocabulario, inventiva. Avances positivos significativos en la motivación y confianza. Los profesores y asistentes acreditaron que la intervención del drama tenía mejoras notables en la actitud, comportamiento y relaciones. Muchos niños mostraron signos de progreso en el bienestar psicológico durante un año. Resultado inesperado: evidencia de un mayor bienestar de los asistentes de enseñanza involucrados.	Resultados se compararon bien con la teoría de Fredrickson y con la opinión de la compañía de teatro (postulaba que el teatro promovía consciencia emocional y empática). Las mejoras en el bienestar psicológico, en la comunicación (escuchar y hablar) y los cambios positivos se relacionaron con el énfasis sostenido y lúdico en los procesos y la práctica del drama (efectividad del drama para motivar a los niños con dificultades de comunicación.
Kim et al. (2015)	18 jóvenes con TEA, reclutados por inscriptores en el conservatorio del teatro (9 chicos i 9 chicas, edad media de 15 años). También participaron 9 compañeros sin diagnóstico de TEA. Estrategia de muestreo no aleatorio, por conveniencia.	Pre y post test (autoestima, empatía, comodidad con los otros, la confianza y el soporte de los otros) y observaciones estructuradas a través del SCERTS.	Las experiencias teatrales inclusivas tienen importantes implicaciones potenciales para mejorar las habilidades de comunicación y socialización de jóvenes con autismo.	Teatro puede tener un impacto significativo y positivo para jóvenes con TEA: en la autoestima, la confianza, habilidades empáticas y confort con los demás. El proyecto aumentó la consciencia del autismo y la relevancia social de las artes teatrales.
TRATAMIENTO DEMENCIAS				
Van Dijk, Van Weet, & Dröes (2012)	151 participantes. Diseño cuasi experimental de 3 grupos. Grupo experimental 1 (E1; n = 65) actividad teatral realizada por cuidadores profesionales capacitados. Grupo experimental 2 (E2; N = 31) actividad anterior pero realizada por actores profesionales. Grupo control (n=55) actividad de grupo de reminiscencia habitual.	El comportamiento, el estado de ánimo y los aspectos de la calidad de vida se midieron mediante escalas de observación estandarizadas en 3 puntos del tiempo: T1 prueba previa, T2 durante la intervención, T3 postest dos horas después.	Durante la intervención (T2) diferencias significativas a favor del grupo en el cual los actores ofrecieron la actividad teatral (E2) en diferentes aspectos del comportamiento, el estado de ánimo y la calidad de vida. Prueba posterior (T3), sujetos del grupo E2 estaban más alerta, recordaban más recuerdos y mostraban menos comportamiento socialmente aislado en comparación con el grupo control.	El método Veder (nuevo método de comunicación con la actividad grupal basada en el teatro) tiene algunos efectos positivos sobre el comportamiento y estado de ánimo de las personas con demencia cuando son aplicados por actores profesionales.
Rylatt (2012)	37 sujetos con demencia (15 unidad A y 22 unidad B de la organización de l'NHS). Estrategia de muestreo no aleatoria, por conveniencia.	Instrumentos: Recogida de datos a través de un registro de información sobre los cambios percibidos durante la actividad (registraba el personal que realizaba la actividad). Herramienta de recogida de datos no pilotada.	La implementación de la terapia creativa dio lugar a mejoras en la expresión creativa, la comunicación, el placer i el compromiso general en personas con demencia.	Efectos positivos de los enfoques creativos en la atención a la demencia, dando soporte a investigaciones previas sobre el uso de estos enfoques en los Servicios de asistencia de l'NHS.

Autores/as	Muestra	Diseño e instrumentos	Resultados	Conclusiones
TRATAMIENTO DE OTROS PROBLEMAS DE SALUD MENTAL				
Lorente (2014)	18 sujetos, rango de edad entre 18 y 65 años (voluntarios a contestar 4 preguntas abiertas, una semana después de la obra). Estrategia de muestreo no aleatorio, por conveniencia.	Grupo de discusión con 4 preguntas abiertas según modelo semiestructurado y posterior análisis y categorización de las respuestas y discurso. Hacían referencia a: sentimientos de pertenencia al grupo, auto i heteroobservación de la persona a través de la actividad y reconocimiento de los potenciales beneficios del teatro.	Resultados coinciden con los estudios sobre experiencias similares. Todos destacan los beneficios terapéuticos del teatro a nivel cognitivo, emocional y social. La actividad sigue funcionando en el centro. Se da habitualmente en la sociedad y no esta asociada salud mental, permite normalizar e integrarlos en la comunidad, sin el estigma.	El teatro y las artes pueden ser un gran instrumento terapéutico, ya que tiene como propósito la creación de una obra y son un medio excelente para trabajar multitud de aspectos terapéuticos durante su ejecución.
Moran & Alon (2011)	19 sujetos (15 chicas y 4 chicos). Rango de edad entre 25 y 65 años. Diagnósticos incluían esquizofrenia, trastorno bipolar y depresión mayor. Estrategia de muestreo no aleatorio, por conveniencia.	Medida cualitativa (informes para la autoestima, el crecimiento personal y la recuperación) y medida cuantitativa (autoinforme elaborado por el estudio: escala de impacto de reproducción)	Mejora significativa en la escala de impactos de reproducción después de un curso de reproducción de 10 semanas. Informes cualitativos indican mejoras en la autoestima, autoconocimiento, diversión, relajación, conexión y empatía.	Teatro de reproducción puede servir como una práctica eficaz para mejorar los procesos de recuperación de enfermedades mentales graves.
Michalak et al. (2014)	164 participantes incluidos al análisis cuantitativo (80 sujetos con trastorno bipolar (BD) y 84 sujetos proveedores de salud, 127 mujeres i 37 hombres, edad media de 41 años. 33 participantes incluidos en la fase cualitativa (14 sujetos con BD y 19 sujetos proveedores de salud, 24 mujeres y 9 hombres).	3 instrumentos cuantitativos: Day's Mental Illness Stigma Scale. Mental Illness: Clinicians' Attitudes Scale Version 4, Internalized Stigma of Mental Illness scale. 1 instrumento cualitativo: entrevista.	Cuantitativamente, los proveedores de asistencia sanitaria mostraron actitudes significativamente mejoradas inmediatamente después del rendimiento, pero este cambio no se mantuvo en el tiempo; en cambio, personas con BD presentaban un cambio poco significativo. Cualitativamente, ambos grupos mostraban cambios permanentes y positivos.	Impacto inmediato en el estigma de los proveedores sanitarios e impacto cualitativo permanente en el estigma de los individuos con BD a través de una intervención basada en el teatro. Enfoques artísticos pueden tener potencial de llegar a un público que no responde a métodos convencionales para abordar el estigma (representa un método para el cambio).
Ngong (2017)	6 participantes (2 chicas y 4 chicos, rango de edad entre 21 y 48 años) pacientes de una clínica de salud mental a Youndé, Camerun (patologías: depresión, ansiedad, abuso de sustancias, personalidad esquizoide y pérdida de memoria)	Entrevistas cualitativas y observación participante. Entrevistas a los participantes, realizadas por el personal del centro (servían de base para examinar el conocimiento e impacto del teatro terapéutico en los participantes y como ellos evalúan esta práctica).	A través del teatro terapéutico se puede facilitar un cambio personal (diversión, relajación, creatividad, autoexpresión, espontaneidad, autoestima, confianza, obertura, autocomprensión) y social (habilidades de comunicación mejoradas, estar en un grupo, sentirse útil, sensación de reconocimiento) en algunos pacientes con problemas de salud mental.	A través del teatro terapéutico los participantes consiguieron una comprensión más profunda de sus estados psicológicos i desarrollaron mecanismos de adaptación y readaptación de las habilidades ante la depresión, la ansiedad i el estrés. Efecto terapéutico y promoción de bienestar.
Ørjasæter & Ness (2017)	12 participantes (8 mujeres y 4 hombres, rango de edad de 22 a 48 años) con problemas de salud mental. Participación en el taller de música y teatro osciló entre 9 y 10 años. Muestreo no aleatorio, por conveniencia.	Entrevistas cualitativas (Enfoque hermenéutico-fenomenológico)	Identificación de dos temas generales que los participantes experimentaron en relación a la participación: El espacio para la dignidad (experimentación significativa, reunión con músicos, profesionales, actores...) y arena creativa (importancia del diseño del espacio y enfoque hacia el contenido significativo para los participantes).	Para permitir la participación de personas con problemas de salud mental a largo plazo es importante facilitar actividades que sean flexibles, centradas en la persona y orientadas a recursos, en las que los participantes tengan la posibilidad de participar independientemente de los síntomas, la capacidad funcional o si están o no hospitalizados.

Autores/as	Muestra	Diseño e instrumentos	Resultados	Conclusiones
Stickley (2018)	12 sujetos del grupo de teatro que habían utilizado servicios de salud mental. Estrategia de muestreo no aleatorio, por conveniencia.	Medida cualitativa (entrevista narrativa a los participantes). Datos sometidos a un proceso de análisis narrativa (siguiendo la filosofía de Paul Ricoeur y métodos específicos de análisis temática, eventos relacionales identificados por Riessman).	Narraciones de los individuos considerados luz teórica para el marco de recuperación de la salud mental. Participantes experimentaron una transformación en la identidad, sentimiento de pertinencia dentro del grupo, compromiso con la compañía de teatro daba una cosa significativa a hacer, un sentido de esperanza y que los individuos se sintieran empoderados.	Permitió a los participantes elaborar su compromiso con el teatro Vildenvei. A través de la riqueza de los datos y el significado que la gente atribuye a sus historias, se demuestra el poder potencial del teatro participativo para la recuperación de la salud mental (a causa de sus efectos, la gente cambia sus vidas.)
Orkibi, Bar, & Eliakim (2014)	12 participantes. 5 sujetos con enfermedad mental: TLP, BP, SQZ, rango de edad entre 22 y 60 años. 7 sujetos estudiantes universitarios de terapia dramática o psicodrama, rango de edad entre 25 y 50 años. Muestreo no aleatorio, por conveniencia.	Internalized Stigma of Mental Illness scale (ISMI), Rosenberg Self-Esteem (RSE) questionnaire, The Perceived Devaluation and Discrimination Scale (PDD). Medidas: 1 línea base, 2 tratamientos, 3 seguimientos del caso.	El autoestigma y estigma público disminuyó des del inicio hasta el tratamiento y las fases de seguimiento. La autoestima aumentó des del inicio hasta el tratamiento y las fases de seguimiento.	Evidencia inicial asienta las bases para un mayor desarrollo y exploración de intervenciones basadas en el drama que se centran en el cambio a lo largo del tiempo. Consideración de la importancia de facilitar intervenciones terapéuticas entre individuos con y sin enfermedad mental como miembros iguales que se impactan mutuamente a lo largo del proceso de la terapia el drama. Importancia de la reducción del estigma y aumento de la autoestima para mejorar el tratamiento de las personas con enfermedades mentales.
Ørjasæter, Stickley, Hedlund, & Ness (2017)	11 sujetos (7 mujeres y 4 hombres, rango de edad entre 22 y 48 años) con problemas mentales y participantes en los talleres de música y teatro. La duración de la participación era de entre 9 meses y 10 años. La estrategia de muestreo no aleatoria, por conveniencia.	Medida cualitativa, entrevista en profundidad a cada participante del estudio (epistemología fenomenológica)	Se identificaron tres temas transversales o tres cambios importantes en los sujetos participantes: 1) Convertirse en una persona completa o entera, 2) Permitir o poder mantener o tener múltiples identidades y 3) Explorar diversas perspectivas.	La participación en el taller de teatro permitía a los participantes transformar las experiencias de identidad previas a dos niveles: individualmente y colectivamente. Desarrollaron una imagen más amplia de sí mismos, incorporando un cambio de identidad, desde si identidad estigmatizada anterior como enfermo mental hasta una identidad más positiva i reconstruida, a través de su trabajo creativo con los otros, permitiendo el autodescubrimiento

de primaria, proponiendo el teatro como una estrategia de intervención creativa viable y posiblemente eficaz para ser aplicada en la escuela para prevenir trastornos relacionados con el peso. No obstante, se necesitan futuras intervenciones con muestras más representativas, obteniendo resultados diferenciados según el sexo, incorporando componentes educativos y ambientales y evaluando el impacto de los programas.

Finalmente, dos estudios con muestras de participantes de entre doce y quince años de diferentes escuelas de Cataluña, con diseños longitudinales, y con evaluación pre-test, post-test y seguimiento, obtienen efectos positivos de los programas de

teatro, aunque con necesidad de investigación para aclararlos, realizando estudios con muestras más grandes, con seguimientos más extensos y posible inclusión en el estudio de variables independientes como el sexo. El primero (Mora et al., 2015) determinó que los participantes del programa teatral obtenían puntuaciones significativamente más altas, teniendo así el programa un efecto protector sobre variables psicológicas fundamentales (como la autoestima). El segundo estudio (Mora et al., 2016) indicó que el programa *Teatro Vivo* podía reducir las cogniciones desadaptativas relacionadas con los trastornos alimentarios, produciendo un efecto de disonancia cognitiva;

eliminando discrepancias entre contenidos anteriores interiorizados y los contenidos críticos de la obra, internalizando éstos últimos gracias a las discusiones y los ensayos de la obra.

Existe la necesidad también de seguir investigando respecto a la prevención del abuso de sustancias basada en el teatro, aunque los programas muestren resultados positivos para reducir comportamientos de los jóvenes de alto riesgo en el consumo a través de la concienciación, la educación y la motivación (Quek et al., 2012; Stephens-Hernandez et al., 2007), no se ha llevado a cabo seguimientos largos para corroborar el mantenimiento de los resultados mencionados ni se ha determinado la influencia de los compañeros en el consumo. Un estudio (Quek et al., 2012) sugiere que estudiantes asistentes al programa teatral tuvieron significativamente menos probabilidad de informar uso ilícito de drogas y conductas problemáticas en eventos de celebración respecto a los que no asistieron. Otra investigación (Stephens-Hernandez et al., 2007) muestra como la presentación de la obra teatral *túnel* aumenta el conocimiento de los estudiantes sobre el uso de sustancias como enfermedad e incrementa la participación en actividades de prevención de abuso de sustancias.

Sólo una investigación estudia la eficacia de la promoción de la salud mental a través del teatro (Roberts et al., 2007) evaluando la participación de estudiantes en el programa teatral *On The Edge* a través de estrategias metodológicas cuantitativas y cualitativas. El programa resulta ser eficaz para concienciar de los episodios psicóticos iniciales y otros problemas de salud mental, aumentando así su comprensión y reduciendo el estigma asociado a las enfermedades mentales. Sin embargo, hay que seguir investigando sobre futuros programas de educación para la salud tanto en psicosis inicial como en otros trastornos mentales.

Se incluyen en la revisión tres estudios centrados en el tratamiento de los trastornos de conducta alimentaria basados en el teatro (Franzoni et al., 2010; Frisch et al., 2006; Pellicciari et al., 2013), sugiriendo éste como una estrategia efectiva en el ámbito, pero con necesidad de investigaciones más rigurosas, con grupo control, asignación aleatorizada y seguimientos a corto y largo plazo para demostrar su validez y comprobar si es una forma efectiva y complementaria de terapia. Franzoni et al. (2010) proponen que un taller de llamado proyecto *Metamorphosis* dirigido a pacientes jóvenes hospitalizados diagnosticados de TCA en el centro de Bolonia es eficaz para disminuir mecanismos de defensa de los pacientes y mitigar síntomas específicos como el perfeccionismo y la rigidez, apartar pensamientos obsesivos, mejorar la ansiedad y la anhedonia y desprenderse del papel de pacientes. Un estudio posterior (Pellicciari et al., 2013) realizado únicamente con pacientes anoréxicas confirma los resultados anteriores y sugiere nuevos hallazgos, indicando mejoras significativas en el trabajo en equipo y la espontaneidad, una reducción significativa en la malregulación afectiva, y beneficios subjetivos percibidos por los pacientes como una manera de expresar las emociones y entender el propio cuerpo, entre otros. Ambos estudios obtienen altas tasas de satisfacción de los participantes, siendo una experiencia percibida como positiva y placentera.

Finalmente, a pesar de no existir estudios empíricamente válidos y rigurosos sobre la eficacia de este tipo de terapias, la mayoría de los programas de tratamiento apoyan y las llevan a cabo, tal y como muestra un estudio (Frisch et al., 2006) donde

se determina que los diecinueve centros de Norteamérica que ofrecían tratamiento residencial para los TCA, todos ofrecían al menos una terapia basada en el arte una vez a la semana y un 26.6% ofrecían una al día. Además, los pacientes informaban de beneficios subjetivos como trabajar la autoestima, la imagen corporal, la depresión, la tendencia a aislarse y las habilidades de adaptación positivas a través de estas.

En cuanto al tratamiento de trastornos del espectro autista hay estudios recientes que muestran el potencial de utilizar un enfoque teatral para facilitar el desarrollo de áreas centrales donde los jóvenes con autismo tienen déficits, no obstante, se necesitan estudios mejor diseñados, con grupo control y asignación aleatoria, además de contemplar muestras mayores y más homogéneas. La mayoría de estudios en este ámbito han sido llevados a cabo por un equipo de investigación focalizado en esta especialidad (Corbett et al., 2011; Corbett et al., 2014; Corbett et al., 2016; Corbett et al., 2017) que ha ido ampliando sucesivamente el conocimiento y los hallazgos en este ámbito. El primer estudio (Corbett et al., 2011) evalúa una intervención teatral una muestra de jóvenes diagnosticados de TEA confirma la mejora en la identificación de caras, la teoría de la mente y la percepción social. Dos posteriores estudios (Corbett et al., 2014; Corbett et al., 2016) se centran en un programa teatral por parejas en un breve formato de campamento de verano donde participan jóvenes diagnosticados de TEA y de trastorno no especificado del desarrollo y los resultados confirman los hallazgos del estudio anterior y las amplían encontrando diferencias significativas en la conciencia y cognición social, la mejora en interacción con los compañeros durante el tratamiento, la mejora en habilidades de comunicación social (juego grupal y teoría de la mente), la mejora de la memoria por caras, además de producir avances en el funcionamiento adaptativo de los pacientes, mejorando su calidad de vida y la de sus respectivas familias. El estudio más reciente del equipo de investigación (Corbett et al., 2017a) con un diseño experimental aleatorio con 30 participantes diagnosticados de TEA demuestra que la terapia basada en el teatro para compañeros conduce a una mayor competencia social y menor ansiedad y estrés durante la interacción con los compañeros. Dos investigaciones recientes de otros autores también sugieren que el teatro puede tener un impacto positivo y significativo para jóvenes con TEA. Barnes (2014) a través de una metodología de observación participante y una escala de registro indica que la práctica del drama conduce a mejoras percibidas en el bienestar psicológico de los pacientes y en la comunicación (habla, escucha). Otra investigación (Kim et al., 2015) corrobora estos resultados a través de una metodología observacional cuantitativa mostrando que las experiencias teatrales inclusivas tienen importantes implicaciones para mejorar las habilidades de comunicación y socialización de jóvenes con TEA. El impacto positivo se percibió también en la autoestima y las habilidades empáticas.

En cuanto al tratamiento de las demencias basado en el teatro contamos con dos estudios (Rylatt, 2012; Van Dijk et al., 2012) que muestran efectos positivos de las actividades teatrales en pacientes con demencia, se necesitan investigaciones rigurosas para determinar los efectos a largo plazo y llevarlas a cabo con otras metodologías que no sean únicamente escalas de observación.

Un estudio de diseño cuasi-experimental con pacientes con demencia y evaluado través de una metodología observacional estandarizada (Van Dijk et al., 2012) determina que la actividad teatral ofrecida para actores profesionales

tiene efectos positivos inmediatos del estado de ánimo en personas con demencia y posteriormente sobre el recuerdo y la reducción del comportamiento social aislado en comparación con el grupo control. Rylatt (2012) llevó a cabo un estudio que también confirma los resultados anteriores sobre el efecto positivo de la actividad teatral en la demencia, en la expresión creativa, la comunicación y el placer. Finalmente, también se utiliza el teatro como una herramienta de tratamiento para intervenir en otros trastornos mentales como la esquizofrenia, el trastorno bipolar, la depresión, ansiedad, el trastorno de la personalidad esquizoide y límite, entre otros. Una investigación (Moran & Alon, 2011) con una muestra de sujetos con diagnósticos de esquizofrenia, trastorno bipolar y depresión mayor, indica como un curso de reproducción teatral de diez sesiones produce una mejora significativa en la autoestima, el autoconocimiento, la diversión, relajación y empatía, determinando así la posible eficacia para mejorar los procesos de recuperación de enfermedades mentales graves. En la misma línea otros estudios más recientes (Lorente, 2014; Stickley, 2018) confirman a través de metodología cualitativa que la actividad teatral tiene beneficios terapéuticos en el ámbito cognitivo, emocional y social en pacientes de centros y servicios de salud mental y que estos experimentan una transformación en la identidad, el sentimiento de pertenencia al grupo y el empoderamiento. En el estudio llevado a cabo por Ngong (2017), los participantes muestran una facilitación del cambio personal y social a través del teatro, obteniendo una comprensión más profunda de sus estados psicológicos y desarrollando mecanismos de adaptación. Otro estudio (Orkibi et al., 2014) realiza una intervención terapéutica innovadora donde cinco individuos con diversos trastornos mentales y sujetos sin enfermedad participan conjuntamente en la terapia dramática, lo que tiene un impacto mutuo. Así, por ejemplo, los pacientes con trastornos mentales han aumentado la autoestima y los demás participantes han reducido la estigmatización de estos. Se incluyen dos estudios con muestras de doce participantes con problemas de salud mental y que utilizan como metodología entrevistas cualitativas con un enfoque hermenéutico-fenomenológico, uno de ellos (Ørjasæter & Ness, 2017) determina que los pacientes participantes en el taller de teatro interpretan la experiencia como un espacio de dignidad con un contenido muy significativo, y el otro (Ørjasæter et al., 2017) sugiere que la participación les permite transformar las experiencias de identidad previa a dos niveles: individual y colectivo, desarrollando una imagen más amplia de sí mismos, incorporando una imagen más positiva y menos estigmatizada, a través de este trabajo teatral creativo con los demás. Cabe mencionar que los estudios comentados en el ámbito de tratamiento de otros trastornos mentales, a pesar de mostrar resultados positivos tienen limitaciones como muestras pequeñas y heterogéneas y están centrados en ámbitos concretos, por lo que habría que seguir realizando investigaciones rigurosas con muestras más grandes y aplicarlo en otros ámbitos.

El análisis ha sido dificultoso debido a la heterogeneidad de los diseños de los diversos estudios incluidos, las diferentes intervenciones propuestas y las diferentes variables utilizadas por cada uno para investigar la efectividad del teatro como herramienta de prevención, tratamiento y promoción de la salud. Se han incluido en la revisión estudios que no utilizan grupo control ni asignación aleatoria a los diferentes grupos.

Los resultados de la presente revisión sugieren hallazgos positivos respecto al uso del teatro como herramienta de prevención de trastornos de conducta alimentaria y de abuso de sustancias, y también el uso de este como herramienta de tratamiento para intervenir en el trastorno del espectro autista, trastornos de conducta alimentaria, demencias, y varios problemas de salud mental como la esquizofrenia, el trastorno bipolar y la depresión, entre otros. La revisión destaca los beneficios del uso del teatro en estos ámbitos específicos, subrayando que son necesarios futuros estudios mejor diseñados con mayores muestras de participantes y más representativas, asignaciones aleatorias a las condiciones experimentales, grupo control y seguimientos a largo plazo para demostrar que el teatro es una forma efectiva y complementaria de terapia en los diversos ámbitos de intervención mencionados.

Conflicto de intereses

Los autores de este trabajo declaran que no existe conflicto de intereses.

Financiación

Este trabajo se ha realizado sin ayudas ni fuentes de financiación.

Artículo recibido: 30/05/2019

Aceptado: 13/06/2019

Publicado online: 01/09/2019

Referencias

- American Psychiatric Association (2013). *Manual Diagnóstico y Estadístico de los Trastornos Mentales DSM-V*. Barcelona: Masson.
- Anon, (2018). Recuperado de: <https://www.studocu.com/en/document/universitat-de-lleida/medicina-preventiva/lecture-notes/8-estudis-experimentals/2525130/view>
- Barnes, J. (2014). Drama to promote social and personal well-being in six and seven-years-old with communication difficulties: The Speech Bubbles Project. *Perspect Public Health*, 134(2), 101-109.
- Calear, A., & Christensen, H. (2010). Systematic review of school-based prevention and early intervention programs for depression. *Journal of Adolescence*, 33(3), 429-438.
- Corbett, B., Blain, S., Ioannou, S., & Balser, M. (2017). Changes in anxiety following a randomized control trial of a theatre-based intervention for youth with autism spectrum disorder. *Autism*, 21(3), 333-343.
- Corbett, B., Gunther, J., Comins, D., Price, J., Ryan, N., Simon, D., Schupp, C., & Rios, T. (2011). Brief Report: Theatre as Therapy for Children with Autism Spectrum Disorder. *Journal of Autism and Developmental Disorders*, 41(4), 505-511.
- Corbett, B., Key, A P., Qualls, L., Fecteau, S., Newsom, C., Coke, C., & Yoder, P. (2016). Improvement in Social Competence Using a Randomized Trial of a Theatre Intervention for Children with Autism Spectrum Disorder. *Journal of Autism Developmental Disorders*, 46(2), 658-672.
- Corbett, B., Swain, D. M., Coke, C., Simon, D., Newsom, C., Houchins-Juarez, N., Jenson, A., Wang, L., & Song, L. (2014). Improvement in Social deficits in Autism Spectrum Disorders using a Theatre-Based, Peer-Mediated Intervention. *Autism Research*, 7(1), 1-16.

- Dubois, A. M. (2010). Art therapy and addictions, the example of eating disorders. *Annales Médico-Psychologiques, Revue Psychiatrique*, 168(7), 538-541.
- Faigin, D., & Stein, C. (2010). The Power of Theater to Promote Individual Recovery and Social Change. *Psychiatric Services*, 61(3).
- Franzoni, E., Pellicciari, A., Iero, L., Gualandi, P., Rossi, F., & Cecconi, I. (2010). Theatre and eating disorders: The Bologna experience. *Journal of Applied Research in Intellectual Disabilities*, 23(5), 435.
- Frisch, M., Franko, D. L., & Herzog, D. (2006). Arts-Based Therapies in the Treatment of Eating Disorders. *Eating Disorders*, 14(2), 131-142.
- Gómez, G., León, R., Platas, S., Lechuga, M., Cruz, D. & Hernández, A. (2013). Realidad Virtual y Psicoeducación: Formatos de Prevención Selectiva en Trastornos de la Conducta Alimentaria. *Revista Mexicana de Trastornos Alimentarios*, 4(1), 23-30.
- Haines, J., Neumark-Sztainer, & Morris, B. (2008). Theatre as a Behavior Change Strategy: Qualitative Finding from a School-Based Intervention, *Eating Disorders*, 16(3), 241-254.
- Jané-Llopis, E. (2004). La eficacia de la promoción de la salud mental y la prevención de los trastornos mentales. *Revista de la Asociación Española de Neuropsiquiatría*, 89, 67-77.
- Joronen, K., Rankin, S., & Astedt-Kurki, P. (2008). School-based drama interventions in health promotion for children and adolescents: systematic review. *Journal of Advanced Nursing*, 63(2), 116-131.
- Kim, A. J., Stenbridge, S., Lawrence, C., Torres, V., Miodrag, N., Lee, J. W., & Boyns, D. (2015). Neurodiversity on the Stage: The Effects of Inclusive Theatre on Youth with Autism. *International Journal of Education and Social Science*, 2(9), 27-39.
- Lorente, E. (2014). Una experiencia terapéutica del uso del teatro en salud mental: A therapeutic experience using theatre in mental health: A therapeutic experience using theatre in mental health. *Revista Electrónica de Terapia Ocupacional Galicia, TOG*, 20(4) 4-4.
- Michalack, E., Lingington, Maxwell, V., Hole, R., Haawke, L., & Parikh, S. (2014). Using theatre to adress mental illness stigma: a knowledge translation study in bipolar disorder. *International Journal of Bipolar Disorders*, 2(1), 1-12.
- Mora, M., Penelo, E., Gutiérrez, T., Espinoza, P., González, M. L., & Raich, RM. (2015). Assessment of Two School-Based Programs to Prevent Universal Eating Disorders: Media Literacy and Theatre-Based Methodology in Spanish Adolescent Boys and Girls. *The Scientific World Journal*, 1-12.
- Mora, M., Penelo, E., Rosés, R., González, M. L., Espinoza, P., Deví, J., & Raich, R. M. (2016). Pilot assessment of two disordered eating prevention programs. Preliminary finding on maladaptative beliefs related to eating disorders. *Eating Behaviors*, 25(2), 51-57.
- Moran, G., & Alon, U. (2011). Playback theatre and recovery in mental health: Preliminary evidence. *The Arts in Psychotherapy*, 38(5), 318-324.
- Neumark-Sztainer, D., Haines, J., Robinson-O'Brien, R., Hannan, P., Robins, M., Morris, B., & Petrich, C. (2008). 'Ready. Set. ACTION!' A theater-based obesity prevention program for children: a feasibility study. *Health Education Research*, 24(3), 407-420.
- Ngong, P. (2017). Therapeutic theatre: an experience from a mental health clinic in Yaoundé-Cameroon. *Arts & Health*, 9(3), 269-278.
- Organización Mundial de la Salud (2017). *Trastornos Mentales*. Recuperado de: <https://www.who.int/mediacentre/factsheets/fs396/es/>
- Ørjasæter, K., & Ness, O. (2017). Acting Out: Enabling Meaningful Participation Among People with Long-Term Mental Health Problems in a Music and Theater Workshop. *Qualitative Health Research*, 27(11), 1600-1613.
- Ørjasæter, K., Stickley, T., Hedlund, M., & Ness, O. (2017). Transforming identity through participation in music and theatre: exploring narratives of people with mental health problems. *International Journal of Qualitative Studies on Health and Well-being*, 21(1).
- Orkini, H., Bar, N., & Eliakim, I. (2014). The effect of drama-based group therapy on aspects of mental illness stigma. *The Arts in Psychotherapy*, 41(5), 458-466.
- Papis, V. (2016). Denied bodies: The theatre as a treatment for eating disorders. *Comunicazioni Sociali*, 2, 272-280.
- Pellicciari, A., Rossi, F., Iero, L., Di Pietro, E., Verrotti, A., & Franzoni, E. (2013). Draman Therapy and Eating Disorders: A Historical Perspective and an Overview of a Bolognese Project for Adolescents. *The Journal of Alternative and Complementary Medicine*, 19(7), 607-612.
- Quek, L., White, A., Low, C., Brown, J., Dalton, N., Dow, D., & Connor, J. (2012). Good choices, great future: An applied theatre prevention program to reduce alcohol-related risky behaviors during Schoolies. *Drug and Alcohol Review*, 31(7), 897-902.
- Roberts, G., Somers, J., Daew, J., Passy, R., Mays, C., Carr, G., Shiers, D., & Smith, J. (2007). On the Edge: a drama-based mental health education programme on early psychosis for schools. *Early Intervention in Psychiatry*, 2(1), 168-176.
- Rylatt, P. (2012). The benefits of creative therapy for people with dementia. *Nursing Standard*, 26(33), 42-47.
- Stephens-Hernandez, A., Livingston, J., Dacons-Brock, K., Craft, H., Cameron, A., Franklin, S., & Howlett, A. (2007). Drama-based education to motivate participation in substance abuse prevention. *Substance Abuse Treatment, Prevention, And Policy*, 2(1), 11.
- Stickley, T. (2018). Participatory theatre and mental health recovery: a narrative inquiry. *Perspectives in Public Health*, 138(1), 47-54.
- Van Dijk, AM, Van Weert, J C & Dröes, RM (2012). Does theatre improve the quality of people with dementia?. *International Psychogeriatrics*, 24(3), 367-381.
- Wilksch, S., Tiggemann, M., & Wade, T. (2006). Impact of interactive school-based media literacy lessons for reducing internalization of media ideals in young adolescent girls and Boys. *International Journal of Eating Disorders*, 39(5), 385-393.