

¿Tiene beneficios la arteterapia en niños con cáncer?

Has benefits the art therapy in children with cancer?

Erika Danae Zepeda Ramírez y María del Consuelo Escoto Ponce de León

Resumen

Detrás de cada diagnóstico de cáncer infantil hay un idioma que muchos niños todavía no saben hablar: el de las emociones. Frente a la quimioterapia, el miedo y la incertidumbre, la arteterapia —disciplina que une el arte con la psicoterapia— ofrece pincel, arcilla o color en lugar de palabras. Este artículo revisa sus fundamentos teóricos, sus antecedentes históricos y su aplicación clínica en la oncología pediátrica, a partir de la literatura científica disponible. Los estudios revisados apuntan a efectos alentadores: mejor regulación emocional, más energía y menos estrés en los pequeños pacientes. Sin embargo, la investigación en población infantil aún es incipiente. El texto concluye que se necesita más evidencia empírica para respaldar su implementación sistemática en hospitales y clínicas pediátricas.

Palabras clave: arteterapia, cáncer infantil, terapia complementaria, bienestar emocional, oncología pediátrica.

Abstract

Behind every childhood cancer diagnosis lies a language many kids haven't yet learned to speak: the language of emotions. Faced with chemotherapy, fear and uncertainty, art therapy —a discipline that merges art and psychotherapy— offers a paintbrush, clay or color instead of words. This article reviews its theoretical foundations, historical background and clinical applications in pediatric oncology, drawing on the available scientific literature. The studies examined point to encouraging effects: better emotional regulation, more energy and reduced stress among young patients. Still, research in pediatric populations remains in its early stages. The article concludes that stronger empirical evidence is needed to support its systematic implementation in pediatric hospitals and clinics.

Keywords: art therapy, childhood cancer, complementary therapy, emotional well-being, pediatric oncology.

CÓMO CITAR ESTE TRABAJO

Zepeda Ramírez, E. D. y Escoto Ponce de León, M. del C. (2026, agosto-octubre). ¿Tiene beneficios la arteterapia en niños con cáncer? *Revista Digital Universitaria (RDU)*, 27(3). <http://doi.org/10.22201/ceide.16076079e.2026.27.3.3>

Erika Danae Zepeda Ramírez

Universidad Autónoma del Estado de México, Estado de México, México

Es licenciada en Psicología por la Universidad Autónoma del Estado de México. Realizó prácticas profesionales en el área clínica de salud mental del Sistema para el Desarrollo Integral de la Familia (DIF), donde participó en actividades de evaluación, orientación y acompañamiento psicológico. Sus principales intereses se centran en la psicología educativa, la psicooncología pediátrica, la arteterapia, el desarrollo infantil y la investigación aplicada en psicología.

 erikadanaez@gmail.com

 <https://orcid.org/0009-0000-4224-5418>

María del Consuelo Escoto Ponce de León

Universidad Autónoma del Estado de México, Estado de México, México

Es profesora investigadora de la Universidad Autónoma del Estado de México. Es integrante del Sistema Nacional de Investigadoras e Investigadores. Es psicóloga certificada por el Consejo Mexicano de Profesionales de la Psicología. Obtuvo la licenciatura, la maestría y el doctorado en la Universidad Nacional Autónoma de México (UNAM). Es autora de 314 productos de investigación, entre libros, capítulos de libro y memorias en extenso, publicados en diversos países. Desde 2015 forma parte del equipo editorial de la revista *Eating and Weight Disorders: Studies on Anorexia, Bulimia and Obesity*. Asimismo, se ha desempeñado como evaluadora acreditada del Consejo Nacional de Ciencia y Tecnología (CONACYT) y como consejera técnica para la elaboración del Examen Único de Certificación del Psicólogo del Colegio Mexicano de Profesionistas de la Psicología.

 cescotop@uaemex.mx

 <https://orcid.org/0000-0003-4479-2209>

El diagnóstico de cáncer en la infancia constituye una amenaza que trastoca profundamente la vida del niño y de su entorno familiar. Esta situación implica una ruptura drástica en la cotidianidad y exige la activación de recursos psicológicos para afrontar experiencias muy estresantes: tratamientos invasivos, hospitalizaciones, dolor físico y recaídas (Bragado et al., 2014).

Además de los síntomas físicos, los niños con cáncer sufren una huella emocional considerable. Su manera de afrontar la enfermedad depende del nivel

de desarrollo cognitivo y psicosocial, lo que puede limitar su capacidad para verbalizar emociones y generar estrategias de afrontamiento eficaces (Méndez et al., 2004). Esta carga emocional y psicológica deteriora, en gran medida, su calidad de vida.

Aunque existen diversas estrategias de apoyo al tratamiento médico convencional—entre ellas, la arteterapia—, la evidencia científica sobre su aplicación en población pediátrica sigue siendo escasa. Conviene distinguir dos conceptos: la terapia complementaria se utiliza junto con los tratamientos convencionales para mejorar el bienestar, mientras que la terapia alternativa se emplea en su lugar. En este sentido, la arteterapia cumple un papel complementario, no sustitutivo, del tratamiento médico.

En este contexto, la arteterapia se plantea como una intervención psicoterapéutica que facilita la expresión emocional, ayuda a reducir el estrés y aumenta la energía corporal en pacientes oncológicos. No obstante, su uso en entornos clínicos infantiles sigue siendo limitado por la falta de estudios que respalden sus beneficios específicos en esta población.

Por ello, este artículo se propone identificar los beneficios y los efectos de la arteterapia en pacientes pediátricos con cáncer, con énfasis en su efecto sobre la regulación emocional, el aumento de energía física y la reducción del estrés, a partir de la revisión de la literatura científica actual.

Cuando hablamos de cáncer infantil, solemos pensar en quimioterapia, pérdida de cabello y una lucha constante. Pero detrás de cada diagnóstico hay un universo emocional que no siempre encuentra palabras. ¿Cómo se nombra el miedo cuando se tiene sólo seis años? ¿Cómo se dice “me duele” cuando ni uno mismo entiende por qué?



Créditos: elaboración propia con ChatGPT.

¿Qué es la arteterapia?

La arteterapia es una intervención psicoterapéutica que utiliza el proceso creativo para promover el bienestar emocional, cognitivo y social (Malchiodi, 2013). A través de técnicas como la pintura, el dibujo, el collage o la escultura, los participantes exploran sus emociones y experiencias, sin necesidad de poseer habilidades artísticas previas, ya que el énfasis recae en el proceso, no en el resultado final.

Pintar, modelar, recortar, dibujar... cualquier herramienta puede convertirse en puente entre lo que el niño siente y lo que no logra decir con palabras.



Créditos: elaboración propia con ChatGPT.

Esta disciplina, todavía poco extendida, integra el desarrollo humano con modelos de asesoramiento y psicoterapia; se aplica en personas con enfermedades crónicas, discapacidades físicas, trastornos mentales y cáncer (Bitonte y De Santo, 2014; Konopka, 2014). En la actualidad, la arteterapia se utiliza en contextos clínicos, educativos, comunitarios y penitenciarios. Se ha aplicado como complemento en el tratamiento de distintos trastornos: ansiedad, depresión, estrés postraumático, demencias, autismo, cáncer y enfermedades crónicas (Schweizer et al., 2014). La arteterapia ha ganado popularidad porque combina la libre expresión artística con el potencial de una intervención terapéutica significativa. Aunque se apoya en datos y testimonios subjetivos, distintas disciplinas artísticas han beneficiado a pacientes con trastornos diversos —del desarrollo o adquiridos, médicos o psiquiátricos— (Monti et al., 2006).

Naumburg (1966), pionera del enfoque psicodinámico en arteterapia, sostenía que el arte espontáneo permite exteriorizar conflictos internos.

Diversas investigaciones han demostrado que la arteterapia contribuye a una mejor regulación emocional, eleva la autoestima y fortalece la capacidad de recuperación emocional (Malchiodi, 2013). Además, estudios en neurociencia han encontrado que el proceso creativo activa regiones del cerebro relacionadas con el placer, la memoria y la autorregulación (Bolwerk et al., 2014).

Dentro del ámbito hospitalario, la arteterapia se presenta como una herramienta prometedora para la expresión emocional y la reducción del estrés: la creación artística permite replantear experiencias, reorganizar pensamientos y obtener perspectivas personales que, a menudo, mejoran la calidad de vida.

Así es una sesión de arteterapia

Las sesiones de arte pueden ser tan variadas como los dibujos que los niños crean. Algunas se centran en pintar libremente; otras, en modelar con arcilla, hacer un collage o construir una historia visual. Se realizan de forma individual o grupal, según las necesidades. La duración suele oscilar entre 40 y 100 minutos, y la frecuencia puede ser diaria o semanal; esta flexibilidad permite adaptar la terapia al estado físico y emocional de cada paciente o grupo.

El terapeuta, un profesional capacitado, no dirige ni corrige, sino que acompaña. A veces también se suman familiares, enfermeros o médicos, fortaleciendo el vínculo emocional con el niño. En muchos hospitales, estas sesiones se convierten en momentos esperados, en los que los niños se sienten más que pacientes.

La arteterapia no se ciñe a actividades específicas, lo que la vuelve adaptable a la vida cambiante del paciente.

Una terapia que también humaniza

Aunque la arteterapia no reemplaza al tratamiento médico, mejora el estado de ánimo, promueve la comunicación, reduce la ansiedad y el estrés, y refuerza el sentido de identidad.

Frente a terapias como la musicoterapia o la terapia cognitivo-conductual, la arteterapia parece mostrar una eficacia particular en el contexto pediátrico oncológico (Zhou et al., 2025). Aporta flexibilidad, accesibilidad y un componente visual que ayuda a materializar lo no evidente.

¿Tiene beneficios la arteterapia en la regulación emocional?

Un estudio con cinco niños iraníes diagnosticados con cáncer utilizó un programa de arteterapia que incluía pintura, dibujo, collage y psicodrama. Tras ocho sesiones individuales de 40 a 60 minutos, se observó una mayor disposición para expresar pensamientos y emociones, mayor entusiasmo y una mejora general del estado de ánimo (Purrezaian et al., 2024).

Se ha sugerido que las intervenciones basadas en el arte en niños con cáncer disminuyen la ansiedad, la depresión y el enojo, además de mejorar la calidad de vida y promover conductas de afrontamiento más saludables (Motlagh et al., 2023).

Dicho de otro modo, la arteterapia ofrece un espacio seguro y creativo para externalizar emociones difíciles de nombrar. Al involucrarse en actividades artísticas, los niños desarrollan mayor conciencia emocional y nuevas herramientas de afrontamiento, lo que favorece una regulación emocional más eficaz.



Créditos: elaboración propia con ChatGPT.

El arte como fuente de energía

La fatiga es uno de los efectos secundarios más debilitantes del tratamiento oncológico. Y el arte, contra todo pronóstico, puede combatirla. En Irak, un estudio demostró

que los niños que asistieron a sesiones grupales de arteterapia recuperaron parte de su energía y mostraron más ganas de participar en otras actividades (Balouchi et al., 2018). Otro trabajo en Irán reveló que los niños que pintaban sufrían menos fatiga que aquellos que no lo hacían (Tahmasebi et al., 2023).

Esto se debe a que el arte genera placer, motivación y, sobre todo, una sensación de control. En un entorno donde todo parece impuesto, el poder elegir qué color usar o qué forma crear se vuelve un pequeño gran gesto de libertad para los niños.

Arteterapia: tu mejor aliado contra las emociones negativas y el estrés

El cáncer infantil genera altos niveles de estrés; precisamente ahí radica uno de los grandes beneficios de la arteterapia: su capacidad para aliviarlo. Dibujar un día lluvioso puede ser la forma de decir “estoy triste”; pintar un sol puede significar “hoy me siento mejor”. La expresión artística permite exteriorizar emociones que, a veces, ni siquiera han sido comprendidas del todo.

Un estudio realizado en Irak, que incluyó a 60 niños diagnosticados con cáncer, aplicó un programa de arteterapia basado en pintura y manualidades: los pequeños que asistieron a sesiones de dibujo, pintura y cerámica mostraron una reducción significativa en sus niveles de estrés y ansiedad, en comparación con un grupo control (Melesse et al., 2022).

Los estudios indican que la arteterapia basada en el dibujo tiene efectos positivos en la reducción del estrés y la ansiedad, y mejora la calidad de vida de los pacientes pediátricos (Patil et al., 2021).

De este modo, al involucrarse en actividades creativas, los niños pueden distraerse de las experiencias médicas estresantes.

Lo que revela la evidencia, por ahora

La arteterapia ha demostrado ser una herramienta terapéutica de gran valor en el acompañamiento emocional de niños con cáncer. La evidencia científica, abundante en adultos, pero todavía incipiente en población pediátrica, muestra beneficios importantes en la regulación emocional, la reducción del estrés y el aumento de energía. A través de actividades artísticas como la pintura, el modelado o el collage, los niños logran expresar emociones complejas, reducir la ansiedad y recuperar una sensación de bienestar físico y emocional.

La arteterapia no solo es una vía de expresión emocional, sino también un recurso para fortalecer la autoestima y mejorar la calidad de vida de los pacientes pediátricos. Las sesiones pueden adaptarse a las condiciones individuales y suelen producir un efecto positivo incluso en períodos cortos de intervención.

Si bien los resultados son alentadores, resulta imprescindible seguir generando investigaciones rigurosas que permitan validar y sistematizar su aplicación en contextos clínicos infantiles. La integración de la arteterapia como complemento de los tratamientos médicos no solo enriquece la atención integral del paciente, sino que también promueve una experiencia más humana, creativa y resistente frente a la enfermedad. Los niños con cáncer merecen más que tratamientos farmacológicos: merecen alegría, juego y un lugar seguro para la libre expresión, y la arteterapia podría ser una excelente vía para ello.

Referencias

- ❖ Balouchi, A., Mahmoudirad, G., Hastings-Tolsma, M., Shorofi, S. A., Shahdadi, H. y Abdollahimohammad, A. (2018). Knowledge, attitude, and use of complementary and alternative medicine among nurses: A systematic review. *Complementary Therapies in Clinical Practice*, 31, 146–157. <https://doi.org/10.1016/j.ctcp.2018.02.008>
- ❖ Bitonte, R. A. y De Santo, M. (2014). Art therapy: an underutilized, yet effective tool. *Mental Illness*, 6(1), 5354. <https://doi.org/10.4081/mi.2014.5354>
- ❖ Bolwerk, A., Mack-Andrick, J., Lang, F. R., Dörfler, A. y Maihöfner, C. (2014). How art changes your brain: Differential effects of visual art production and cognitive art evaluation on functional brain connectivity. *PLOS ONE*, 9(7), e101035. <https://doi.org/10.1371/journal.pone.0101035>
- ❖ Bragado, C., Hernández-Lloreda, M. J., Sánchez-Bernardos, M. L. y Urbano, S. (2008). Autoconcepto físico, ansiedad, depresión y autoestima en niños con cáncer y niños sanos sin historia de cáncer. *Psicothema*, 20(3), 413–419. <https://www.psicothema.com/pdf/3501.pdf>
- ❖ Konopka, L. M. (2014). Where art meets neuroscience: a new horizon of art therapy. *Croatian Medical Journal*, 55(1), 73–74. <https://doi.org/10.3325/cmj.2014.55.73>
- ❖ Malchiodi, C. A. (2013). *Art therapy and health care*. Guilford Press.
- ❖ Melesse, T. G., Chau, J. P. C. y Nan, M. A. (2022). Effectiveness of psychosocial interventions on health outcomes of children with cancer: A systematic review of randomized controlled trials. *European Journal of Cancer Care*, 31(6), e13695. <https://doi.org/10.1111/ecc.13695>

- ❖ Méndez, X., Orgilés, M., López-Roig, S. y Espada, J. P. (2004). Atención psicológica en el cáncer infantil. *Psicooncología*, 1(1), 139–154. <https://revistas.ucm.es/index.php/PSIC/es/article/view/PSIC0404110139A>
- ❖ Monti, D. A., Peterson, C., Kunkel, E. J. S., Hauck, W. W., Pequignot, E., Rhodes, L. y Brainard, G. C. (2006). A randomized, controlled trial of mindfulness-based art therapy (MBAT) for women with cancer. *Psycho-Oncology*, 15(5), 363–373. <https://doi.org/10.1002/pon.988>
- ❖ Motlagh, E. G., Bakhshi, M., Davoudi, N., Ghasemi, A. y Moonaghi, H. K. (2023). The physical and psychological outcomes of art therapy in pediatric palliative care: A systematic review. *Journal of Research in Medical Sciences: The Official Journal of Isfahan University of Medical Sciences*, 28(1), 13. https://doi.org/10.4103/jrms.jrms_268_22
- ❖ Naumburg, M. (1966). *Dynamically oriented art therapy: Its principles and practice*. Grune & Stratton.
- ❖ Patil, P. P., Karale, R., Mohite, V. R. y Naregal, P. (2021). Effectiveness of art therapy on level of stress and anxiety among paediatric oncology patients. *Sri Lanka Journal of Child Health*, 50(3), 459. <https://doi.org/10.4038/sljch.v50i3.9696>
- ❖ Purrezaian, H., Besharat, M. A., Koochakzadeh, L. y Farahani, H. (2020). Psycho-art-drama: development and testing a new integrated complementary method of psychiatric treatments for hospitalised children with cancer (a case study). *International Journal of Psychiatry in Clinical Practice*, 24(2), 183–192. <https://doi.org/10.1080/13651501.2019.1711426>
- ❖ Schweizer, C., Knorth, E. J. y Spreen, M. (2014). Art therapy with children with autism spectrum disorders: A review of clinical case descriptions on “what works”. *The Arts in Psychotherapy*, 41(5), 469–473. <https://doi.org/10.1016/j.aip.2014.08.003>
- ❖ Tahmasebi, Z., Roshanzadeh, M. y Tajabadi, A. (2023). Effectiveness of painting art therapy on fatigue of children with cancer undergoing chemotherapy: A randomized trial. *Payesh (Health Monitor)*, 22(2), 215–221. <http://payeshjournal.ir/article-1-1955-en.html>
- ❖ Zhou, S., Li, H., Yang, Y., Qi, Y., Liu, W., Mo, L. y Wong, C. L. (2025). Effects of art therapy on psychological outcomes among children and adolescents with cancer: a systematic review and meta-analysis. *BMC Complementary Medicine and Therapies*, 25(1), 149. <https://doi.org/10.1186/s12906-025-04866-2>

