

**Arte y depresión: reflexiones entre la práctica artística y la salud mental desde la construcción de imagen.**

**Un acercamiento hacia la depresión a través de la creación.**

**Laura Manuela Robayo Mesa**

**Línea de profundización: Cultura Visual**

**Dirección de Trabajo de Grado Laura Angelica Rodríguez Silva**

**Trabajo de grado para optar por el título de licenciada en Artes Visuales**

**Universidad Pedagógica Nacional**

**Facultad de Bellas Artes**

**Licenciatura en Artes Visuales**

**Bogotá, 2024**

## Tabla de contenido

1. Introducción .....	1
Justificación .....	3
2. Planteamiento del problema.....	5
Pregunta problema: .....	7
Palabras clave: .....	8
Objetivos: .....	8
Objetivo general:.....	8
Objetivos específicos: .....	8
Categorías: .....	8
Subcategorías: .....	9
3. Marco de Antecedentes.....	9
4. Marco Teórico.....	12
Depresión .....	12
Depresión como malestar social/cultural/político.....	15
Salud Mental .....	18
Determinantes sociales de la salud (DSS) .....	19
Expresionismo.....	20
Creación .....	24
El Relato desde el cuerpo.....	25

El relato local como práctica creativa decolonial .....	26
El relato desde el cuerpo como una práctica analítica creativa .....	28
El relato desde el cuerpo: una mirada al docente y a la escuela .....	29
5. Marco Metodológico.....	31
Enfoque cualitativo .....	35
La entrevista.....	36
Depresión en obras de artistas visuales latinoamericanos .....	40
6. “Laura Fosforito” .....	50
Propuesta de obra escultórica (estableciendo puentes entre la relación arte-depresión desde la creación).....	50
7. La habitación.....	52
La caja de fósforos .....	55
El fosforo .....	57
El fuego.....	58
8. Los rostros.....	58
9. El artrópodario .....	63
10. El Arte de lo imposible .....	66
El artefacto giratorio mecánico.....	66
La Máquina Epistemológica .....	68
Exposición.....	72

11. Análisis de Resultados .....	75
Soledad.....	75
Presión social .....	78
Disyuntiva social.....	80
Resultados de la entrevista.....	82
12. Conclusiones .....	89

**Resumen:** Este trabajo de grado se desarrolla en la modalidad de monografía y tiene como objetivo analizar la representación de la depresión en la producción artística existente. La investigación se centra en el estudio de los procesos creativos de diversos artistas latinoamericanos que abordan la depresión en su obra, con el propósito de evidenciar los diálogos ya establecidos, las diversas formas en que se representa la depresión en distintos contextos y las reflexiones que surgen en torno a la salud física y mental, la pedagogía, la labor docente y la creación.

El estudio se enfoca en comprender cómo se construye la imagen de la depresión en el arte, de qué manera es representada visualmente y qué elementos pueden estar detrás de su creación, planteando que la depresión puede ser entendida como un malestar social derivado de prácticas neocapitalistas instauradas en nuestra cotidianidad. Para ello, se realiza una selección de obras de artistas latinoamericanos que han abordado este tema, ya sea desde su propia experiencia con la depresión o por un interés en visibilizar la problemática. Estas obras se clasifican en diferentes categorías para permitir una lectura de contenido más profunda.

A partir del análisis de referentes, surge la producción de mis propias obras: Laura "Fosforito" y Espiral "Infinita", en las que comparto mi experiencia personal y exploro la relación entre el espacio habitado y la salud mental. Estas piezas buscan ofrecer una narrativa visual de mi proceso emocional, integrando las reflexiones desarrolladas a lo largo de la investigación.

## **Dedicatoria**

Quiero dedicar este trabajo de grado a mi hermano Andrés, quien me fue arrebatado por la violencia y fue el primero en apreciar y esperar con ansias mis dibujos; a mi mamá Beatriz, que, en la lejanía, me apoya y me espera; y a mi hermano Alejandro, que, durante su búsqueda de la libertad, su hermana se convirtió en maestra.

## **Agradecimientos**

Quiero agradecer a mi familia, a mi mamá, Beatriz Elena Mesa Cifuentes, y a mis hermanos, Álvaro Alejandro Corzo Mesa y Andrés Felipe Mesa Cifuentes. Gracias por apoyarme, motivarme y creer en mí desde el principio.

A mi pareja y compañero de vida, Nicolás Roza Hernández: gracias por apoyarme siempre. Gracias por tu amor y cariño incondicionales, por creer en mí incluso cuando yo dudaba, por motivarme a seguir adelante y por caminar a mi lado en este viaje. Sin tu apoyo, tal vez no habría culminado este proceso. Tienes mi amor y gratitud infinita.

También deseo expresar mi gratitud a mis maestros, quienes me acompañaron durante mi paso por la universidad. Aprecio y agradezco profundamente a la profesora Laura Angélica Rodríguez Silva por su apoyo, comprensión, paciencia y cuidado incondicional. No solo fuiste una gran inspiración y maestra para mí, sino también una consejera y amiga, y por ello estaré siempre agradecida.

Gracias al profesor Elkin Idárraga Chica por su enseñanza en las clases de dibujo e incentivar en mí el gusto y amor por el grabado. Al profesor Miguel Rojas Gómez, por estar presente en diferentes clases durante gran parte de mi carrera, incentivando y apoyando mis ideas desde el inicio, aun cuando parecían locas y disparatadas.

Valoro y agradezco el acompañamiento de la profesora Gloria Stella Sáenz Gutiérrez durante el seminario, el cual me motivó a continuar desarrollando este trabajo y dejó en mí un impacto positivo que recordaré siempre.

Y, por último, este proceso no hubiera sido posible sin la ayuda de Ernesto Velandia, Ana León, Adriana Velandia y Guillermo Sánchez, quienes me apoyaron incluso antes de que comenzara toda esta travesía.

## **Introducción**

Las motivaciones para el desarrollo de un trabajo artístico pueden ser innumerables, estas en ocasiones dependen del contexto, conocimientos y referentes que quiera utilizar el artista para basar su obra, pero cabe resaltar que una persona con una enfermedad mental no crea de la misma forma que una persona con un óptimo estado de salud, ya que las condiciones psicológicas como la depresión influyen en todo lo que hace la persona, esto quiere decir que la enfermedad no se desliga del sujeto al momento de crear.

Qué pasaría si la persona que crea es un sujeto que no se encuentra en un óptimo estado de salud y es una persona que ha tenido que lidiar en su vida personal con un trastorno del estado de ánimo como la depresión, decidiendo recurrir a diferentes formas de creación, como un modo de sobrellevar estas experiencias negativas que pueden significar vivir con este trastorno, para transformarlas en algo productivo, positivo y significativo en su vida, encontrando una mediación entre sus problemas y vivencias personales en el arte. Gran parte de estos procesos que implican un intento de sanación y reconciliación con los sentimientos producidos bajo los estados de ánimo que implican la ansiedad y depresión dependiendo el caso, son lo que conocemos hoy en día como arte terapia, pero esta investigación no se quiere centrar en ello sino en cómo se dan los procesos de creación de personas con dichas afecciones y como pueden verse plasmadas en sus obras, claramente puede que esto signifique para la persona una forma de terapia pero la investigación busca más enfocarse en dichos procesos que impliquen reflexión, analizando con detenimiento qué podría estar presente detrás de la creación de esa imagen.

La intención principal de esta monografía es hacer un acercamiento a los diversos procesos de creación, sin pretender explicarlos en su totalidad, ya que son lecturas de carácter inductivo, con la finalidad de producir reflexiones y relaciones entre la pedagogía, la creación y por supuesto la salud mental.

Al contrario del imaginario común en el que se cree que los artistas con estas condiciones de salud realizan la mayor parte de su obra bajo las afectaciones de estas enfermedades, artistas reconocidos a nivel mundial como Vincent Van Gogh realizan su obra luego de sentirse en un mejor estado de salud y no en medio de una crisis depresiva o de ansiedad. La creación artística se produce luego de estos momentos cuando el sujeto ya se encuentra en mejor estado y se siente más cómodo y mejor consigo mismo. Estos episodios posteriores al momento de lidiar con su enfermedad mental producen que el sujeto use como fuente de inspiración alguno de los pensamientos tormentosos y negativos que pasan en su mente a la hora de lidiar con su condición y lo transforman en una creación plástica por medio de la pintura al igual que lo hicieron grandes pintores expresionistas como Edvard Munch, el cual representaba en sus cuadros sus emociones a la hora de sentirse ansioso o como Van Gogh que hace una introspección de sus posibles estados depresivos en sus pinturas.

Este trabajo de grado plantea cómo crear bajo la condición de depresión en diferentes experiencias y contextos puede ser un ejercicio paradójico, pues mientras esta condición de salud mental te mantiene en un estado donde no ves alternativas, soluciones, todo parece ser negativo y sin salida, el acto creativo te permite desarrollar la invención de nuevos futuros, así la vista de este futuro sea bajo el mismo pensamiento negativo y pesimista. Se construye imagen, se crea un futuro, nuevas opciones y posibilidades durante la constante sensación de no poder verlas, esta contradicción me permitió plantear mi propia práctica artística como una paradoja.

Detrás de una imagen existen un sinnúmero de conocimientos, investigar la forma en que se construyen estos conocimientos es también analizar cómo se construye imagen y por qué se dan el tipo de imágenes en diferentes producciones artísticas ya existentes, esto es una forma también de explorar y crear incluso rastrear la historia del arte y la humanidad bajo la categoría de depresión.

Este tipo de investigación dentro de la cultura visual es posible que permita una comprensión más profunda y rica de la relación entre arte y depresión, ya que reconoce la importancia de la subjetividad y la experiencia individual en la comprensión de este trastorno mental e incluso permite expandir el concepto mismo que se tiene por depresión.

## **Justificación**

La pertinencia de hablar en la actualidad de salud mental ha tomado fuerza especialmente tras lo sucedido en la pandemia por el covid 19, personas que durante el confinamiento nunca habían experimentado síntomas relacionados a la ansiedad o la depresión, experimentaron por primera vez algunos de los posibles sentimientos, emociones y afecciones de estas enfermedades sin tener que padecerlas por completo, se puede decir que el aislamiento produjo una degradación tanto en su salud física como mental, la segunda tomando una mayor relevancia, la cual no poseía antes ya que en Colombia en cuanto a salud mental al día de hoy es difícil acceder a una atención pronta y oportuna, por eso es interesante develar como sujetos con estas enfermedades recurren al arte como forma de apaciguar y lidiar con sus difíciles condiciones de salud.

Esta investigación busca servir a aquellos creadores artísticos que encuentran en el arte una forma de expresar sus pensamientos y sentimientos de forma catártica, en un inicio decidí realizar esta investigación porque es común que entre jóvenes artistas padecer alguna de estas dos enfermedades, en mi experiencia personal en la misma licenciatura de Artes Visuales de la Universidad Pedagógica Nacional varios de mis compañeros padecen algún trastorno, siguiendo este patrón me pareció importante darle un lugar de reconocimiento a estos procesos creativos en donde la producción artística se puede convertir en un proceso liberador, exponiendo cómo se pueden disminuir esas condiciones negativas de su enfermedad por medio del uso de un lenguaje artístico plástico.

## **Planteamiento del problema**

La depresión no siempre tiene una razón tangible es una enfermedad, que toda persona puede llegar a enfrentar en algún momento de su vida, estos estados de ánimo pueden afectar el desempeño de un sujeto ya sea a nivel laboral, académico, social y son diferentes los causantes para cada caso estos pueden ir desde detonantes como un duelo, la pérdida de un ser querido, problemas económicos, la incertidumbre por el futuro y los constantes conflictos sociales pueden causar una gran presión en el individuo, dichas situaciones pueden generar sentimientos que no son tenidos en cuenta como algo importante, pero todos ellos generan grandes cambios en la vida de una persona, si esto se maneja de forma adecuada y se le da una atención pertinente se pueden evitar muchas veces empeorar el estado de estas enfermedades, sin embargo existen casos en los que una posible solución a estos sentimientos invitan a buscar una distracción, salida, diferente a la ayuda profesional, en la cual el arte se usa como un tipo de mediación entre estas sensaciones.

La ansiedad y la depresión son padecimientos que pueden afectarnos a cualquier edad y lamentablemente se han extendido en gran medida en los últimos años, por más de una década los trastornos emocionales han sido catalogados como una de las mayores causas de incapacidad a nivel global y se espera que para el próximo año la depresión siga en aumento como una de las principales causas, el problema más grave de esta situación es que generalmente no hay un sentido común sobre cómo actuar en este tipo de situaciones, pero es aquí que entra la pregunta ¿puede el arte ayudarnos? Ya se ha comprobado anteriormente que en efecto si puede ayudar por eso existe la musicoterapia, el arte terapia, incluso el constante juego de videojuegos o prácticas deportivas también se ha estudiado recientemente que pueden ayudar.

Por otro lado es común encontrar en el campo de las artes a personas que padecen o padecieron algunos de estos problemas o trastornos del estado de ánimo, este patrón común entre artistas creadores bajo la condición de enfermedad, origina la importancia de hablar del tema, ya que estudios relacionados al mismo hablan más desde un lado netamente científico, desde la psicología utilizando muestras de estudios donde se comprueba cuantitativa y cualitativamente una relación entre creación y estado de enfermedad mental, pero son pocos los estudios relacionados a indagar en cuanto a la experiencia estética en sí. El vacío yace aquí, en donde los estudios realizados no se centran en la emotividad y sensibilidad artística, ni en una reflexión en cuanto al cuerpo bajo estas condiciones de creación, si no que aluden a hechos metodológicos científicos dejando de lado tal vez la parte más humana. Es por ello relevante analizar este tipo de sucesos, que al día de hoy se siguen presentando no solo en estudiantes de algún tipo de carrera relacionada a las bellas artes sino en personas que se dedican a profesiones que no tienen al parecer nada que ver con el arte, donde buscan y encuentran por medio de la creación artística un aparente escape a sus preocupaciones y pensamientos originados desde sus enfermedades mentales y dichas situaciones se pueden develar a la hora de hacer una lectura a los diferentes tipos de obras producidas, indicando también una aparente conexión de estos sentimientos desde su enfermedad en la creación.

Desde la praxis artística de los sujetos que son tomados como muestra de investigación, se busca encontrar algunas posibles relaciones entre los factores en común expuestos, para luego crear una obra propia que posiblemente refleje alguno o varios de esos elementos encontrados, es decir la finalidad consiste en analizar los procesos de creación, por medio de la experiencia de los sujetos que investigo, para consolidar una experiencia propia.

Este proyecto también busca establecer la depresión como una problemática de salud mental, comprendiendo cuáles son las posibles condiciones en las que puede manifestarse en nuestra sociedad y cómo estas deberían ser cuestionadas para visibilizarla como un malestar social.

Desde el capitalismo neoliberal se implantaron socialmente ideales, qué nos dicen que es y cómo es ser independiente, triunfador y exitoso, si las condiciones actuales no permiten alcanzar dichos ideales los cuales cada vez tienen estándares más altos y cada vez existe más desigualdad, vulnerabilidad y pobreza, la depresión aquí se puede convertir en una especie de consecuencia a todos estos malestares mencionados anteriormente, “cuando las exigencias de dichos ideales a seguir son más altos y no podemos identificarnos con ellos, surgen emociones de frustración, tristeza y angustia, aquí la depresión y ansiedad son modos de ser subjetivamente impotentes e inconformes, la culpa de no llegar al éxito recae en nosotros mismos y no se culpa el sistema. (Gallo, 2022).

**Pregunta problema:** ¿Cómo es posible evidenciar las reflexiones existentes sobre la depresión en diferentes experiencias artísticas?

- ¿Cómo se manifiestan y entrelazan las representaciones artísticas de la depresión en diversas obras, y de qué manera estas expresiones contribuyen a generar diálogos significativos sobre la salud mental?
- ¿Cómo desde mi experiencia personal con depresión puedo analizar la representación de la misma en el arte?

**Tema objeto de investigación:** La relación entre de los trastornos psicológicos como la depresión en procesos de creación artística

**Palabras clave:** Arte, depresión, procesos creativos, salud mental, practica artística.

**Objetivos:**

**Objetivo general:** Evidenciar cómo desde la producción artística es posible hablar de la depresión en diferentes ámbitos y experiencias, resaltando las condiciones bajo las que son producidas las obras como su contexto y los diálogos que se establecen al hablar de forma subjetiva sobre las vivencias al lidiar con este trastorno del estado de ánimo.

**Objetivos específicos:**

- Realizar una selección de obra donde se hable de forma intencional o no sobre la depresión bajo la perspectiva de diferentes artistas, para tener un panorama general sobre cómo es abordado este tema en la producción artística.
- Identificar las posibles condiciones, rasgos, o factores en común de las obras que me permiten estudiar la depresión desde diversas experiencias artísticas para poder categorizarlas.
- Establecer un “lugar” de reconocimiento en donde las experiencias y saberes en la creación bajo la categoría de depresión, ya sea porque el autor padece esta condición o no, sean tenidos en cuenta, no solo para el uso de esta investigación si no para entender a profundidad las reflexiones que se producen en este tipo de conocimiento. Reflexiones que pueden plantear posibles soluciones a las problemáticas que se encuentren en los hallazgos.

**Categorías:**

- Depresión

- Referentes Artísticos
- Procesos de creación

***Subcategorías:***

- Soledad, presión social, disyuntiva social, el cuerpo - espacio

**Marco de Antecedentes**

Existe en el imaginario colectivo una especie de relación entre la creatividad y diferentes condiciones de salud mental, este imaginario viene construido desde la edad media en donde un alto grado de creatividad, inteligencia y genialidad se atribuían a presentar algún tipo de alteración mental, en un inicio fue fuertemente atribuida la genialidad a la locura.

Sin embargo, una persona con algún problema de su alteración del estado del ánimo o patología psiquiátrica no crea de forma más sobresaliente que alguien que no lo padece. Cuando la condición de salud mental es tan grave esta ni siquiera permite que se puede realizar muchas actividades del diario vivir mucho menos permite crear, lo que ha expuesto que este punto de vista se vaya desmintiendo por sí solo, pero aún persiste la idea de que la creación en personas bajo este tipo condición se suele caracterizar por ser más sensible, no porque el dolor o el sufrimiento abran la puerta a crear mejor si no porque este tipo de sensibilidad permite centrarse más fácilmente en lo que uno piensa y siente, enfatizando en aquello que nos aflige y causan esos pensamientos, generando una interiorización y reflexión profunda, que permite no solo crear de forma más cohesiva si no mejorar el estado de ánimo o incluso la condición de salud al entender de dónde provienen esos pensamientos y perturbaciones.

Las personas con mayor nivel de sensibilidad, incluyéndose la sensibilidad artística que a menudo se asocia a la creatividad, son proclives a la depresión. Tienden a sentir con mayor intensidad las emociones y a fijarse más en los detalles, siendo más afectados por lo general por los sucesos y pensamientos. (Castillero, 2018).

A continuación, se presenta una serie de trabajos que son tenidos en cuenta como antecedentes, encontrados bajo las categorías de arte, depresión y salud mental.

Este antecedente que se analiza se presenta para optar por el título de pregrado de Licenciado en Educación Básica con énfasis en Educación Artística en la corporación universitaria Minuto de dios: Esta investigación hace un estudio tomando como muestra el estudio de caso de dos docentes con depresión y analiza de forma semiótica la producción artística realizada por los participantes, estableciendo como premisa la canalización de las emociones y cargas negativas presentes en personas que viven con depresión a través de sus creaciones.

La construcción de experiencia artísticas desde el arte visual como mediación entre los sentimientos en personas con trastornos del ánimo (depresión) y el proceso creativo, realizado por William Alejandro Escobar Malagón en 2018. Las producciones artísticas a lo largo de la historia han sido una muestra de cómo el artista hace uso de su capacidad creativa como medio para transformar sus ideales y la percepción sobre el mundo que lo rodea. La creatividad ha sido uno de los pilares determinante para la elaboración de muestras que han representado un ítem en la evolución cultural de nuestras sociedades desde cualquiera de los campos del que se le desee observar: este trabajo se centrara en las expresiones y manifestaciones de las artes visuales, las cuales, pretenden evidenciar el cómo estas concepciones e ideales, así como, las visiones y

sentires propios de personas con afectaciones en el trastorno de ánimo (depresión), se ven alteradas en los padecimiento de esta enfermedad.

2. Este segundo antecedente es presentado para optar al título de Diseñador Visual de la Institución Universitaria Antonio José Camacho: La Poesía Ilustrada Alusiva a las Problemáticas de Salud Mental (depresión y ansiedad) de los Jóvenes Afrodescendientes de Buenaventura, realizado por Andrey Javier Núñez Hurtado, en 2022.

Este proyecto explora la salud mental de los jóvenes en Buenaventura, Colombia, quienes han sufrido las consecuencias de la guerra. Haciendo uso del diseño visual, se presentan los antecedentes de esta problemática y los resultados de una investigación realizada con un grupo de jóvenes de la región. Como resultado, se crea un libro digital con ilustraciones que transmiten mensajes sobre salud mental, basados en las experiencias del autor como joven afrodescendiente y de otros jóvenes víctimas de violencia en la ciudad.

Esta investigación enfatiza en como el ambiente, las condiciones socioeconómicas y políticas son causantes de depresión en una población que ha sido víctima de la violencia y la guerra, donde el arte es utilizado como recurso para generar conciencia acerca de estas problemáticas y así producir una reconciliación con el territorio.

3. Este antecedente es presentado para optar al título profesional de licenciado de artista profesional, Escuela Superior de Formación Artística Pública “Felipe Guamán Poma de Ayala” –Ayacucho: La depresión: Nexos en la creación pictórica, Ayacucho – 2022, realizado por Julio Pavel Ayala Barzola, 2023. La depresión y la creatividad, se encuentran enmarcadas como dos polaridades opuestas que no podrían marchar juntas, sin embargo estos dos polos es de sumo interés para la investigación y dar a conocer que existe un nexo interno, cada una de ellas se vale para las expresiones plásticas en sus

diferentes dimensiones artísticas, en ese sentido la humanidad ha visto, como a lo largo de la historia de las artes el hombre necesitó un aliciente subjetivo con factores depresivos que explotaron en goce estético, para crear piezas artísticas pictóricas, que hoy son muestra existencial de la grandeza creativa del hombre.

Esta investigación analiza diversas obras creadas bajo un estado depresivo del mismo autor y propone como las personas que crean bajo esta condición experimentan un grado elevado de creatividad como consecuencia de lidiar con las causas y síntomas de su trastorno de salud mental.

## **Marco Teórico**

### **Depresión**

La depresión se define como un trastorno de salud mental el cual se puede asociar a la presencia de diferentes sentimientos como la tristeza, melancolía, infelicidad , se entiende como un trastorno del estado del ánimo donde una de las principales afectaciones es la anhedonia, esta se caracteriza por la falta de interés y la incapacidad de sentir placer, gusto o satisfacción en actividades del diario vivir que antes el sujeto disfrutaba realizar, dificultado la capacidad de realizar actividades cotidianas al menos durante dos semanas y puede ser un estado que se presente de forma transitoria o permanente.

Según la Organización Mundial de la Salud:

La depresión es un trastorno de salud común en todo el mundo, pues se estima que afecta a un 3,8% de la población, incluidos un 5% de los adultos y un 5,7% de los adultos de más de 60 años. A escala mundial, aproximadamente 280 millones de personas tienen depresión. La depresión es distinta de las variaciones habituales del estado de ánimo y de las respuestas emocionales breves a los problemas de la vida cotidiana. Puede convertirse en un problema de salud serio, especialmente cuando es recurrente y de intensidad moderada a grave. Puede causar gran sufrimiento a la persona afectada y alterar sus actividades laborales, escolares y familiares. En el peor de los casos, puede llevar al suicidio. Cada año se suicidan más de 700 000 personas. El suicidio es la cuarta causa de muerte en el grupo etario de 15 a 29 años. (Organización mundial de la salud, 2023)

A pesar de ser una enfermedad frecuente en todo el mundo existe mucha desinformación al respecto. Se debería trabajar en nuevas estrategias que promuevan el cuidado de la salud mental. No todas las personas con depresión atentan contra su vida, pues el suicidio es algo que en cierta medida se puede evitar, cuando se busca ayuda a tiempo.

Aunque hay tratamientos conocidos y eficaces contra los trastornos mentales, más del 75% de las personas afectadas en los países de ingresos bajos y medianos no recibe tratamiento alguno. Entre los obstáculos a una atención eficaz se encuentran la falta de recursos y de proveedores de atención de salud capacitados, además de la estigmatización asociada a los trastornos mentales. En países de todo tipo de ingresos, las personas que experimentan depresión a menudo no son correctamente diagnosticadas, mientras que otras que en realidad no padecen el trastorno son a menudo diagnosticadas erróneamente y tratadas con antidepresivos. (Organización mundial de la salud, 2023)

En mi experiencia personal la depresión es una enfermedad que no solo se limita a un sentimiento de tristeza profunda o prolongada, tampoco la entiendo como un simple bajo estado de ánimo causado por un cansancio, agotamiento y falta de energía, como se piensa en el común imaginario, claramente estos son síntomas causados directamente por la enfermedad, pero expresiones cotidianas como el clásico “me dio la depre”, “me siento depre”, son una simplificación de algo mucho más complejo y la evidencia de la falta de educación hacia ello, aquí la depresión es entendida como una emoción, un sentimiento corto y pasajero que puede durar unos días pero con el tiempo existe la posibilidad de que desaparezca y volver fácilmente a un estado previo a la depre donde nos encontrábamos bien, asociando también la depresión a un estado por el cual se atraviesa solamente en periodos de dificultad e inconformidad o las situaciones denominadas como malas rachas.

Una forma más adecuada para mí de entender la depresión seria, un estado continuo ya sea indefinido o definido de tiempo en el cual el sujeto es incapaz de sentir felicidad, dicha, gusto, alegría o satisfacción en diferentes aspectos del diario vivir, generando un inconformismo, hacia la vida o existencia misma del ser, donde no solo no se desea vivir o se carece de un deseo o el denominado las “ganas de vivir” si no se busca acabar o atentar contra la vida misma al punto de afectarla gravemente de forma negativa, siendo el suicidio el extremo de no tratar la enfermedad pero sin llegar a él se demuestra en pequeños actos como el autosabotaje, la autocrítica en exceso, el aislamiento, el cuestionamiento propio y dudar constantemente de sí mismo y sus decisiones. Todo esto permea el ser, su forma de ver, entender actuar e interactuar con el mundo, el pensamiento cambia y se caracteriza por un pensamiento negativo y pesimista.

Según la psicología cognitiva, los pensamientos generados por la depresión "producen distorsiones a la hora de orientarse en el mundo" y mirar la realidad. Estos pueden influenciar en

la temática a desarrollar de los artistas, pero cabe resaltar que cada caso es diferente ya que no todos los individuos deciden ver con la misma perspectiva, pero una de las formas más comunes de ver su entorno y de entender sus propios imaginarios bajo la ansiedad incluyen, el pesimismo, pensamientos generalizados como nunca, todo, siempre, nada, el catastrofismo, la comparación con otros, la inferioridad, y la suposición de saber que piensan los otros y ver sus malas intenciones o que todo va a salir mal.

Dichas líneas de pensamiento son fuentes primordiales para trabajos artísticos con temas ficcionarios, en los cuales se hablan de posibles apocalipsis y finales del mundo, lo cual es algo muy característico del tipo de pensamiento de una persona con ansiedad y también es común en personas con depresión.

### ***Depresión como malestar social/cultural/político***

Un malestar social puede definirse como un estado general de inconformidad, insatisfacción, tensión dentro de la sociedad y se puede producir por diversas causas ya sean políticas, económicas, culturales y sociales, el cumulo de dichos malestares se pueden manifestar en movimientos sociales, protestas, desarrollos de nuevos movimientos políticos o partidos, activismo; como una respuesta en contra a una institución, o a un causante de algún tipo de injusticia social, desigualdad o afectación general al bienestar de la sociedad.

Tanto M, Fisher como J, Gallo son autores que concuerdan en que la depresión no debe ser entendida solo como un problema de carácter individual, cuando la falta de oportunidades, el fracaso económico, y no alcanzar el éxito en metas personales recae en culpar solo al individuo, ya que desde las lógicas capitalistas predominantes con este ideal de que “podemos ser lo que queramos ser” así como Barbie. Visto en autor Smail se denominaría voluntarismo mágico, si no llegamos a lograr estos ideales, esta culpa no cae en el colectivo solo recae en el individuo, la

salud mental se ve más afectada que nunca y la depresión se vuelve un malestar de carácter social que no afecta solo a un individuo si no que es causado en parte por el mismo colectivo que reafirma que culparse a sí mismo es la base de la solución.

Tal vez Fisher se adelantó un poco al ver que esta problemática estallaría con la llegada de nuevas tecnologías, y no es nada disparatado creer en que estaba en lo cierto cuando el uso de redes sociales constantemente condiciona nuestras emociones e incluso nuestros estados de ánimo al ver que no podemos ser exitosos o no podemos estar satisfechos si no tenemos el ultimo producto a la moda que se promociona en redes como Tik Tok.

El consumismo ligó profundamente la noción que tenemos de bienestar con nuestro poder adquisitivo y generó una ansiedad por comprar objetos que no son necesidades en primer lugar, pero que igual son deseados por las masas, nadie quiere perderse la nueva experiencia que está en tendencia y que te promete llevar al tope de liberación de endorfinas y dopamina y ¿qué pasa cuando no se es parte de estas experiencias y de este consumismo extremo?, se produce un declive en el estado de ánimo en el que se puede caer incluso en la desesperación, frustración, inconformidad y desaprobación de la concepción que tenemos de nosotros mismos al no ser capaces de participar en lo que todos los demás parecen disfrutar.

Mark Fisher enfatiza, que la depresión entendida como un problema personal que solo afecta a el individuo y que solo el individuo puede resolver, ya sea mediante ayuda psiquiátrica o psicológica, le despoja a esta problemática de salud mental de una de sus posibles causas más predominantes y es el poder social.

La forma de poder social que más me afectó fue el poder de clase, aunque por supuesto el género, la raza y otras formas de opresión producen la misma sensación de inferioridad ontológica, expresada con exactitud en el pensamiento que articulé más arriba: yo no soy

ese tipo de persona que desempeña roles destinados al grupo dominante. (M, Fisher, 2013, p. 281)

La clase dominante hace referencia a la clase hegemónica y privilegiada con recursos adquisitivos a la que aspiran llegar las clases bajas, dichas clases bajas pueden llegar a sufrir resentimiento y furia que los impulsa y motiva para intentar pertenecer a la clase dominante, pero por creencias implantadas desde su nacimiento de inferioridad, se les hace creer que no están destinadas para cambiar su condición de clase por lo tanto son incapaces para desempeñar diversos roles que ocupan las clases dirigentes y al ver la imposibilidad y dificultad de romper con estas dinámicas se producen afectaciones a nivel mental, personal y social que surgen desde una problemática política mucho más profunda que se trata de invisibilizar, pues en palabras de Fisher.

La depresión está en parte constituida por una desdeñosa voz "interior" que te acusa de autoindulgencia -no estás deprimido, solamente te estás lamentando de ti mismo, debes tranquilizarte-; y esa voz tiende a despertarse cuando se hace pública la condición. Por supuesto, no se trata para nada de una voz "interior": es la expresión internalizada de fuerzas sociales reales, algunas de las cuales tienen un interés particular en negar cualquier conexión entre depresión y política. (M, Fisher, 2013, p. 280)

David Smail, un psicólogo clínico que en su obra "The Origins of Unhappiness" argumenta que la depresión y otros problemas psicológicos a menudo tienen raíces en factores sociales y estructurales, más que en causas puramente individuales o biológicas. Smail plantea que el malestar social, como la desigualdad, la falta de poder y la alienación, contribuye significativamente al desarrollo de la depresión.

Necesitamos dirigir nuestra mirada hacia el mundo para identificar las fuentes de nuestro dolor y malestar. En lugar de cargar con la responsabilidad de los “síntomas” de “enfermedades”, “miedos neuróticos”, “complejos inconscientes”, “cogniciones defectuosas” y otros fracasos en el desarrollo o la comprensión, sería mejor aclarar qué está mal en un mundo social que genera tales formas de sufrimiento. (Smail, 1993, p. 1)

## **Salud Mental**

La salud mental es un componente integral y esencial de la salud. La Organización Mundial de la Salud establece que “La salud es un estado de completo bienestar físico, mental y social, y no solamente la ausencia de afecciones o enfermedades.” (OMS, 2018)

Es importante resaltar que esta definición considera la salud mental como algo más que la ausencia de trastornos o discapacidades mentales. La salud mental es un estado de bienestar en el que la persona utiliza sus capacidades para hacer frente al estrés normal de la vida, trabajar de forma productiva y de contribuir a su comunidad. En este sentido positivo, la salud mental es el fundamento del bienestar individual y del funcionamiento eficaz de la comunidad.

La salud mental y el bienestar son esenciales para nuestra capacidad individual y colectiva de pensar, expresar emociones, relacionarnos, trabajar y disfrutar de la vida. Por ello, la promoción, protección y recuperación de la salud mental se presentan como aspectos cruciales para las personas, las comunidades y las sociedades en todo el mundo.

En Colombia la Ley 1616 de 2003. define la salud mental como:

Un estado dinámico que se expresa en la vida cotidiana a través del comportamiento y la interacción de manera tal que permite a los sujetos individuales y colectivos desplegar

sus recursos emocionales, cognitivos y mentales para transitar por la vida cotidiana, para trabajar, para establecer relaciones significativas y para contribuir a la comunidad.

### **Determinantes sociales de la salud (DSS)**

Los determinantes sociales de la salud son condiciones en las que las personas nacen, crecen, viven, trabajan y envejecen, y que afectan su salud física y mental. Estos determinantes son factores sociales, económicos y ambientales que influyen de manera significativa en la salud de las poblaciones.

El primer determinante en las personas abarca su edad, su sexo y sus factores hereditarios que sin duda influyen drásticamente en su salud tanto física como mental y no son modificables.

Sin embargo, en torno a las personas hay otros factores que influyen en la salud y sí pueden ser modificados.

En segundo lugar, están las conductas de las personas (factores relacionados con el estilo de vida individual). Como, por ejemplo, practicar actividades de ocio, hacer ejercicio físico, tomar café moderadamente, no fumar, hacer relajación, estudiar, pensar en positivo, descansar y dormir las horas necesarias, etc.

En tercer lugar, están las relaciones con personas de su entorno (redes sociales y comunitarias). Ejemplos de ello son: Hacer amistades, hablar de preocupaciones con personas cercanas, disponer de una red de apoyo social (familia, amigos, pareja), y la existencia de recursos que faciliten realizar actividades sociales.

En cuarto lugar, están las condiciones de vida y trabajo, de alimentación y el acceso a bienes y servicios. Ejemplos: los ingresos económicos, la pobreza, las condiciones de la vivienda o del barrio, tener o no tener trabajo, disponer de tiempo de ocio, el acceso a la educación, la

satisfacción de necesidades básicas como alimento o producción de los mismos, la existencia de programas de promoción de salud mental, de intervenciones comunitarias, de unidades de salud mental, la existencia de cupos suficientes en centros de día, en unidades de hospitalización, suficientes profesionales de la salud mental y el acceso a tratamientos farmacológicos y psicoterapéuticos.

En quinto lugar, como mediadores de la salud están: las influencias económicas, culturales y medioambientales. Por ejemplo: Tener o no un gobierno democrático, contexto de crisis económica o paro, sufrir algún tipo de discriminación por razón de etnia o cultura, género, identidad sexual, discapacidad, un desastre nuclear, etc.

Luego de entender los Determinantes Sociales de la Salud, cabe mencionar que no todos crecemos con las mismas condiciones y que muchas de las características de nuestro contexto moldean la manera en que crecemos y en que percibimos el mundo, por lo que hay una diversidad de experiencias de vida.

### **Expresionismo**

Se suele mencionar que los distintos movimientos artísticos plantearon las bases para las siguientes grandes expresiones artísticas, pero no se menciona a menudo que estos, comenzaron a plantear y poner en la mesa de conversación las posibles relaciones que contaban la manera en cómo los propios artistas plasmaban sus vivencias, emociones e inquietudes así como malestares, por medio de las distintas expresiones artísticas, como lo son el dibujo, la pintura, la escultura, la fotografía e incluso el cine, así como las distintas expresiones corporales que forman parte del amplio abanico escénico y performativo.

Hay casos en donde algunos artistas se encuentran ligados a distintos trastornos mentales y como tal la locura, así como lo planteaba el mismo platón desde la antigüedad, pero gracias a

los distintos avances científicos, hoy podemos llegar a ver que en todos los casos no es así, pero si un buen porcentaje de la comunidad artística estaba o está afectada por diversos trastornos mentales durante sus procesos creativos y esto a su vez les permitió expresar sus molestias por medio de dibujo y pintura comúnmente, ya que estas dos técnicas permiten al artista exteriorizar muchos de sus malestares, más comúnmente relacionados a los procesos depresivos, así como de la pérdida, de algo o alguien.

Ya dejando esto un poco más claro retomo el camino que el expresionismo llegó a plantear en su época y lo que siguió muchas décadas después hasta la actualidad. Uno de los grandes retos que afrontaron los expresionistas fue, como tratar de manifestar ese mundo interior y tratar de ponerlo en conjunción con su propia expresión artística, lo cual muchas veces impulsaba al artista a centrarse solo en su arte y dejar de lado la sociedad, poniendo en primer lugar el cómo es apropiado para el propio creador el organizar sus sentires y plasmarlos para lograr de esta manera materializar lo que se creía imposible, un sentir, un malestar, un trastorno o incluso la propia depresión.

Edward Munch como uno de los principales exponentes del expresionismo era conocido por su probable trastorno bipolar, donde experimento diferentes estados, entre los cuales estaba un sentimiento profundo de melancolía que lo llevaba a un estado depresivo, se cree que esto marco su expresión artística de una identidad única en donde se puede llegar a identificar lo que el autor trataba de hacer visible, así como van Gogh, que también su arte trataba de exponer temas de corte parecido a Munch. Por este motivo hoy en día los hace objeto de estudio y posiblemente demuestran, como el arte y los distintos trastornos mentales en especial la depresión, se evidencian en el hacer artístico.

El movimiento del expresionismo me permitió hacer un análisis histórico en dónde comenzó a ser más evidente, que distintos artistas asociados a patologías mentales, empleaban el arte como una manera de mostrar lo que en su interior se encontraba, materializando lo que en ocasiones no lograban describir de manera adecuada por medio de textos o palabras.

El arte post impresionista buscaba alejarse de la representación de la realidad por lo meramente real, del naturalismo y formalismo predominantes en la composición artística hasta la época y buscaba una aproximación a la pintura completamente nueva.

El arte posimpresionista es el primero en acentuar lo grotesco y mendaz de esta cultura. De aquí la lucha contra todos los sentimientos voluptuosos y hedonísticos, de aquí la oscuridad, depresión y carácter atormentado en las obras de Picasso, Kafka y Joyce. La aversión al sensualismo del arte anterior, el deseo de destruir sus ilusiones va tan lejos que el artista ahora se niega a usar incluso los medios de expresión de aquél, y prefiere, como Rimbaud, crearse un lenguaje artificial propio. (Hauser, 1951, p. 673)

Esta experimentación y ruptura con los métodos tradicionales artísticos remiten a inicios del siglo XX con el dadaísmo, los artistas buscan romper con la técnica explorando nuevas formas innovadoras, rechazando todas las formas anteriores que al parecer para el momento ya estaban demasiado gastadas, pues estas no corresponden a las coyunturas de la época.

En el siglo XX se reconoce la creciente importancia de la expresión individual y la subjetividad en el arte. Los artistas buscaron representar sus experiencias personales y emociones, alejándose de las formas artísticas tradicionales más objetivas. La producción artística del siglo XX estuvo estrechamente entrelazada con los cambios sociales y culturales de la época. Los artistas se vieron influenciados por las teorías psicoanalíticas, las ideas filosóficas y las críticas a la sociedad industrializada y de consumo.

En cuanto al expresionismo, este surgió como una reacción contra las tendencias naturalistas e impresionistas predominantes en el arte a fines del siglo XIX y principios del XX. Los artistas expresionistas buscaban ir más allá de la mera representación de la realidad externa para expresar emociones, sentimientos y experiencias internas.

El expresionismo puso un fuerte énfasis en las emociones y la subjetividad. Los artistas expresionistas buscaban representar estados emocionales intensos y experiencias psicológicas profundas a través de colores, formas y técnicas expresivas con una tendencia a distorsionar y exagerar las formas y los colores para expresar estados emocionales extremos. Esta tendencia hacia la distorsión se aplicaba tanto a figuras humanas como a paisajes y objetos.

Los temas existenciales y sociales fueron una constante preocupación, muchas obras expresionistas abordaron cuestiones como el alienamiento, la ansiedad, la soledad y las tensiones sociales en una era de cambio y conflicto. Tener en cuenta esta vanguardia tuvo una gran relevancia en esta investigación, pues da muestra de cómo se priorizaron en la producción artística reflejar estados de malestar, inconformidad y frustración frente a un contexto específico de crisis.

### ***Dexpresionismo***

Es un nuevo movimiento impulsado por la cruz roja desde el año 2018, por el cual se plantea dar visibilidad y voz a pacientes o artistas que sufren de depresión, por diversas muestras expresivas.

La iniciativa surge de la estrecha relación que hay entre arte y depresión. Muchas personas dedicadas al mundo del arte plástico, la escritura, etc, han vivido la depresión, y el arte les ha servido como terapia y válvula de escape para expresar sus sentimientos y emociones frente a la enfermedad. (Prieto, O. 2018, octubre 3).

Este trabajo está apoyado en conjunto con profesionales de la salud, así como artistas que guían los trabajos pictóricos, fotográficos y de video de los pacientes, para que por medio del arte logren expresar sus malestares, los cuales los aquejan y no los dejan avanzar en muchos casos, esto es muchas veces visto como una especie de arte terapia, pero va más allá, ya que es un canal que permite expresividad y puede ser una posible ruta a seguir para quizás dar con un diagnóstico apoyado de distintas pruebas médicas formales, permitiendo formular un tratamiento adecuado de acuerdo a lo que se identificó en un diagnóstico previo.

Es una de las medidas por las cuales incluso muchos de los propios artistas logran dar con esos malestares que puede que logran en una etapa de su vida identificar como algo que no está bien dentro de lo que “normal” pueda llegar a significar, tratando incluso de una manera muy pasiva lo que podría ser un problema o no.

Esto tampoco quiere decir que todos los artistas para su proceso creativo deban sufrir de algún estado mentalmente alterado, si no que en un caso en donde si puedan estar padeciéndolo, el arte sea un conducto o un canal, que permite la expresividad y como esto se puede llegar a plasmar sus sentires, que en muchos casos no tienen un canal adecuado por el cual puedan ser exteriorizados, desde lo más íntimo y privado de nuestro ser.

## **Creación**

Este trabajo de grado le interesa indagar ¿cómo se dan los procesos creativos en diferentes obras?, ¿cuáles pueden ser las posibles estrategias que utilizan los artistas en sus creaciones para hablar de la depresión?, el proceso creativo, aunque es difícil de rastrear su inicio, ya que la inspiración puede venir de diversas fuentes o lugares, es posible rastrear el recorrido que tuvieron los artistas para llegar al resultado de la imagen que construyeron, muchos de estos procesos van ligados directamente a la subjetividad y a experiencias personales de cada

artista, en mi caso también está ligado a mis experiencias personales, pero para ahondar en esto es necesario tener en cuenta que se entiende por creación.

Agamben comparte que Deleuze entendía el acto de creación como un acto de resistencia, “resistir siempre significa liberar una potencia de vida que había sido aprisionada u ofendida.” (Agamben, 2013, p.30) Estos actos de resistencia son resistir a la muerte, a la sociedad o a un paradigma establecido.

La intención de tener en cuenta la creación es desvelar como se dio ese proceso, cual es la forma que utiliza cada artista para dar cuenta de él, cuál es su trasfondo, de donde surgen esas ideas o intereses investigativos “El elemento genuinamente filosófico contenido en una obra –ya sea obra de arte, de ciencia, de pensamiento– es su capacidad para ser desarrollada, algo que ha quedado –o ha sido intencionalmente abandonado no dicho, y que debemos saber encontrar y recoger.” (Agamben, 2013, p.31)

La potencia hace referencia a tener un saber específico “Aristóteles llama a esta potencia héxis, de hecho, “tener”: el hábito, es decir, la posesión de una capacidad o de una habilidad.” (Agamben, 2013, p.33) dicha potencia puede decidirse si se pone en acción o no en el acto. Abandonar la potencia es resistir.

### **El Relato desde el cuerpo**

El relato desde el cuerpo es una práctica creativa que nos invita a explorar y reflexionar sobre nuestras experiencias desde una perspectiva física y sensorial, a través de esta práctica, podemos indagar por el maestro y cuestionarnos sobre la escuela de una manera más profunda y significativa, al adentrarnos en el relato desde el cuerpo, nos conectamos con nuestras sensaciones, emociones y experiencias físicas en relación con la educación. Nos permitimos

explorar cómo nos sentimos en el aula, cómo nos relacionamos con los demás y cómo nos afectan las dinámicas y estructuras educativas.

Los relatos desde el cuerpo son una alternativa de reconocer diversas posibilidades del estar y ser en la escuela y restituyen el conocimiento subalterno y local. Cómo práctica analítica y creativa para indagar por el maestro y preguntar por la escuela. (Villalba, 2015 Pág. 40)

A través de la práctica del relato desde el cuerpo, podemos descubrir aspectos de nosotros mismos que no siempre son evidentes a través del pensamiento racional, nos permite acceder a una dimensión más intuitiva y emotiva de nuestra experiencia educativa, lo que puede traer consigo al explorar nuestras historias desde el cuerpo, también podemos abrir espacio para la creatividad y la experimentación, podemos encontrar nuevas formas de expresar nuestras vivencias y dar forma a nuestras narrativas de una manera más auténtica y personal, es una práctica poderosa que puede ayudarnos a profundizar en nuestro autoconocimiento y a cuestionar y transformar nuestros paradigmas educativos. Es una herramienta valiosa para explorar la complejidad y la riqueza de nuestras experiencias en el aula y en la escuela, y para conectar con nuestro ser más íntimo y auténtico en el proceso de aprendizaje.

### ***El relato local como práctica creativa decolonial***

Es una forma de narración que busca reivindicar las historias y experiencias de las comunidades locales desde una perspectiva crítica y liberadora, esta práctica busca romper con las narrativas hegemónicas impuestas por el colonialismo y el patriarcado, y dar voz a las memorias y saberes ancestrales que han sido marginados y silenciados, busca cuestionar las estructuras de poder y dominación que perpetúan la opresión y la invisibilizarían de las culturas

y cosmovisiones locales, a través de la creación de narrativas alternativas y subversivas, esta práctica busca reivindicar la diversidad cultural y la riqueza de las tradiciones y saberes de las comunidades locales.

Ante los relatos hegemónicos, se propiciaron los relatos locales como acción decolonial que restaura la representación y la narratividad, propia de quienes habitan las instituciones humanas y padecen los discursos totalizantes que pretenden dar respuestas universales a toda contingencia de la condición humana. (Villalba, 2015, Pág. 40)

También busca fomentar la autorrepresentación y la autodeterminación de las comunidades locales, permitiéndoles contar sus propias historias desde su propia perspectiva y en sus propias voces. De esta manera, se busca contrarrestar la mirada eurocéntrica y colonialista que suele prevalecer en los relatos dominantes, y promover una visión más inclusiva y respetuosa de la diversidad cultural, es una herramienta poderosa para descolonizar las mentalidades y transformar las estructuras de poder, promoviendo la igualdad, la justicia y la dignidad de todas las comunidades y culturas, es una forma de resistencia cultural y política que busca construir un mundo más justo y equitativo, donde todas las voces y experiencias sean valoradas y respetadas.

En este trabajo de grado se habla de la vida y obra de diversos artistas, uno en particular es el caso del mexicano Martín Ramírez, su obra y vida no se separan en la creación, tras vivir recluso en una institución psiquiátrica donde se expuso años después fue un caso de xenofobia, su perspectiva y vista del mundo trato de ser silenciada, pues su obra establecía reflexiones acerca del encierro y las injusticias a las que fue sometido. Una vez esta creación fue liberada se expuso el tipo de marginación a la que fue sometido, todo por buscar una vida mejor en otro país.

Los inicios de su obra remiten a sus conexiones con su pasado, sus tradiciones familiares en las prácticas de la vida campesina en la ranchería como lo son la agricultura y la ganadería, a pesar de tratar de encajar en una nueva sociedad Norte Americana el nunca renegó ni se desconectó de sus raíces, su obra autobiográfica es una muestra de cómo a pesar del tiempo volver a los orígenes de quienes somos nos liberan del yugo de quienes puedan intentar robar nuestra voz.

### ***El relato desde el cuerpo como una práctica analítica creativa***

“Se expone, entonces, el relato desde el cuerpo, como una alternativa narrativa de indagación que visualiza y cuestiona los discursos hegemónicos incorporados en nuestro cuerpo, y contribuye a la producción de conocimiento desde la experiencia del docente investigador.”

(Villalba, 2015, Pág. 41)

El cuerpo es un lugar de vivencias, emociones y memorias que muchas veces son difíciles de verbalizar. A través de la práctica analítica creativa, podemos explorar esas experiencias desde una perspectiva diferente, utilizando el cuerpo como medio de expresión, se invita a conectarse con sus sensaciones físicas, emociones y pensamientos a través de la experimentación corporal, esto puede incluir la utilización de técnicas como la danza, el movimiento, la improvisación teatral o la expresión artística para explorar de manera no verbal aquello que no se puede decir con palabras.

La práctica analítica creativa puede ser especialmente útil en casos en los que las emociones son difíciles de expresar verbalmente, como en situaciones de trauma, estrés o ansiedad, permitiendo conectar con sus emociones a través del cuerpo, invita a explorar nuestras experiencias desde una perspectiva más completa y enriquecedora, que integra la dimensión

física, emocional y mental de nuestra realidad interna, mediante la experimentación y la expresión creativa, podemos encontrar nuevas formas de comprendernos y de relacionarnos con nuestra propia historia, facilitando así el proceso de crecimiento y transformación personal.

Es aquí cuando el ejercicio escultórico que se propuso como creación personal cobra sentido, pues fue un medio fundamental para permitirme explorar esas experiencias que en un inicio se me presentaban como inenarrables y el ejercicio plástico desde el uso del recurso de recrear el cuerpo o en específico hasta donde se encuentra el desarrollo de mi obra, el gesto, pero este como un accionar político que muestra cómo entenderse desde el dolor es una forma válida y necesaria de posicionarse para poder entenderse a profundidad así mismo y de esta manera poder seguir adelante, una vez se le da un lugar, un nombre y si se desea un rostro a ese sufrimiento, es más fácil soltar y dejar ir cuando llega la aceptación.

### ***El relato desde el cuerpo: una mirada al docente y a la escuela***

Entre estos acontecimientos fue surgiendo el interés por la experiencia docente como experiencia vivida, sentida, que se va tejiendo en el cuerpo, en las memorias, en mí. Nos vamos cargando de emociones, sensaciones, imágenes, dolores, arrugas, gestos... del diario vivir y situaciones extraordinarias. Es así como se va dando el interés por reconstruir relatos breves, escuetos fragmentos de la experiencia vivida desde el sentir. (Villalba, 2015, Pág. 42)

El cuerpo del docente es su herramienta de trabajo, es a través de él que se comunica, enseña y se relaciona con sus alumnos, sin embargo, muchas veces se deja de lado la importancia de cuidar y escuchar a este cuerpo que nos contiene y nos permite realizar nuestra labor educativa, el docente, al igual que cualquier otra persona, experimenta sensaciones físicas y emocionales a lo largo de su jornada laboral. El estrés, la fatiga, la tensión muscular, son solo

algunas de las manifestaciones que pueden aparecer si no se presta atención a las señales que el cuerpo nos envía.

Es por eso que es fundamental desarrollar una conciencia corporal, aprender a escuchar lo que nuestro cuerpo nos está diciendo. ¿Estamos cansados? ¿Necesitamos descansar? ¿Tenemos tensión en alguna parte del cuerpo? Estas preguntas nos ayudarán a entender las necesidades de nuestro cuerpo y a tomar las acciones necesarias para cuidarlo y mantenerlo en equilibrio, además, es importante tener en cuenta que una buena relación con nuestro cuerpo impacta directamente en nuestra labor como docentes, un cuerpo sano y equilibrado nos permite estar más presentes, atentos y disponibles para nuestros alumnos, por el contrario, un cuerpo descuidado y maltratado puede afectar nuestra capacidad de transmitir información, de conectar con los alumnos y de mantener un ambiente de aprendizaje adecuado.

Por otro lado, la escuela como institución también tiene un cuerpo, un cuerpo compuesto por todos los actores que la conforman: docentes, alumnos, directivos, padres, es importante que esta comunidad educativa también se preocupe por escuchar y cuidar su cuerpo, es decir, por mantener relaciones sanas y equilibradas entre sus miembros, por promover un ambiente de respeto y colaboración, por brindar espacios de expresión y escucha, el cuidado del cuerpo del docente y de la escuela es fundamental para garantizar un ambiente educativo saludable y propicio para el aprendizaje, escuchar nuestras sensaciones físicas y emocionales, cuidarnos y cuidar a los demás, es una tarea que nos concierne a todos y que nos ayudará a crecer como individuos y como comunidad educativa.

## Marco Metodológico

La metodología que se decide utilizar para este trabajo de grado es la Investigación Basada en las artes (IBA) la cual se define como:

Un tipo de investigación de orientación cualitativa que utiliza procedimientos artísticos (literarios, visuales y performativos) para dar cuenta de prácticas de experiencia en las que tanto los diferentes sujetos (investigador, lector, colaborador) como las interpretaciones sobre sus experiencias desvelan aspectos que no se hacen visibles en otro tipo de investigación. (Hernández, 2008, p. 92).

Es una metodología pertinente para este trabajo de investigación ya que el arte no solo es el objeto de estudio, sino también el método, las artes se usan como un insumo para evidenciar los diferentes tipos de comprensiones artísticas y formas de ver el mundo bajo la categoría de crear en condición de depresión o crear para hablar de depresión y salud mental, el arte se usa como insumo que también permite la generación e interpretación de conocimiento, de entender y estudiar el mundo ya sea desde un momento histórico o desde sus dinámicas sociales y personales.

En mi proceso personal me interesó acercarme a obras y artistas que abordaran el tema de los trastornos de salud mental, en un inicio se tuvo en cuenta la depresión y la ansiedad como temas principales para finalmente delimitarla a solo depresión, pues es un interés para mi conocer como otros artistas hablan de este tema. Estructurando así varias etapas para la identificación de los procesos a analizar y los procesos a crear, este último dando como resultado la creación de mi obra. Teniendo en cuenta las características principales de investigación basada en artes según Hernández en su artículo de La investigación basada en Artes: propuestas para repensar la investigación en educación, la IBA se caracteriza por lo

siguiente:

Utiliza elementos artísticos y estéticos mientras otro tipo de investigaciones se basan en elementos lingüísticos o numéricos, la IBA usa elementos relacionados con las artes visuales. Busca otras maneras de mirar y representar la experiencia, la IBA busca encontrar diversas perspectivas y lugares no explorados, no busca encontrar certezas, no persigue explicaciones sólidas, pretende ver de otras maneras los fenómenos de interés de estudio. Trata de desvelar aquello de lo que no se habla. No pretende dar soluciones, plantea una conversación amplia y profunda sobre las políticas y las prácticas, tratando de desvelar aquello que se suele dar por hecho y se naturaliza (Hernández, 2008, p. 94). Según esto se formularon los tres momentos metodológicos o las siguientes tres etapas.

Tabla 1

Primera Etapa	Segunda Etapa	Tercera Etapa
La etapa de la observación: Esta etapa consta de la indagación, recolección y selección de insumos artísticos que se usaron como objeto de estudio, teniendo en cuenta las delimitaciones específicas para escogerlos.	La etapa de la praxis: Esta etapa se propone desarrollar el ejercicio de creación escultórico personal, así como resaltar los diferentes momentos que se presentaron a lo largo de todo el proceso creativo.	La etapa de hallazgo: Esta etapa busca desvelar los posibles resultados tras analizar todas las obras y sus factores en común para producir las futuras conclusiones que puede tener la investigación.

*Tabla 1. Etapas de la investigación.*

La primera etapa la cual puedo denominar la etapa de observar: En ella se hizo una recolección de referentes artísticos de diversas partes del mundo, entre los más conocidos como en un inicio eran el artista Vincent Van Gogh y Edvard Munch, ya que son

mundialmente famosos por su creación y las posibles asociaciones de su obra con temas de salud mental, pero al final estos referentes fueron descartados ya que aunque sirvieron como un motivador inicial por mi búsqueda de obras, son referentes que se alejan a los contextos y realidades del continente Suramericano, así que decidí entonces limitar aún más mi búsqueda alejándome de referentes europeos y encontré referentes más cercanos a las dinámicas sociales que se presentan en Colombia y por supuesto a mi realidad también. Esta fase observar me ayudó a entender cuáles son las formas en las que se aborda el tema en cuanto a producción artística que para mí eran importantes tenerlas en cuenta pues en mi proceso de creación siempre traté en primera instancia empaparme de los referentes artísticos que han creado bajo mi tema de interés, que tienen más experiencia que yo y que incluso han vivido experiencias similares a las mías haciendo que de cierta forma me pueda identificar con ellos y con lo que dicen. Es, similar a una búsqueda de antecedentes, pero en este caso de artistas visuales latinoamericanos, tenerlos presentes puede ayudarme no solo como fuente de inspiración o para fortalecer mi discurso, si no para tratar de aproximarme de una forma única al tema pues es mi visión y mi entendimiento lo que se plasma en el resultado de la obra, evitando caer en repeticiones de lo que ya se había producido antes.

Tener este ejercicio curatorial en donde se traen a colación las obras de diferentes artistas latinoamericanos, entender sus posibles intenciones e inspiraciones para cada obra, permitió consolidar lo que quería reflejar al hacer mi propia creación, pues esta no se habría gestado sin esta investigación previa.

La segunda etapa es la de la praxis: Esta etapa tiene como objetivo permitirme hablar de forma consciente y crítica de aquello que no sabía cómo compartir y expresar, mi propia depresión, ya hable de la depresión vista desde otras perspectivas, analice las diferentes

estrategias que usaron los artistas para hablar de sus experiencias personales, ahora es mi turno de usar mi voz para compartir mi propia experiencia, dando como resultado algo que denominaría un meta-texto escultórico en el cual se condensan mi obra después de analizar y observar la obra de otros, generando nuevas reflexiones y formas de crear, es decir mi obra paso por un proceso de decantación, en donde la mezcla de saberes de diversos autores me dio paso a formular mi propia modo de conocimiento.

Al indagar sobre la creatividad (los contenidos de la investigación) y su interpretación (una explicación de los contenidos) el participante en la investigación se fortalece, la relación entre el investigador académico y el investigador participante se intensifican y se hace más igualitaria, y los contenidos son culturalmente más exactos y explícitos, dado que se utilizan tanto formas de conocimiento emocionales como cognitivas. (Hernández, 2008, p. 93).

Conocimiento que puede surgir desde mis emociones y sentimientos al transformarlo en una creación plástica, y al examinar a mí misma como investigadora sujeta de estudio, dando nuevas comprensiones al mirarse a uno mismo.

Esta etapa fue la más compleja de todas, no basta con solo decir que es difícil hablar de uno mismo y de lo que le aflige, si no encontrar una manera de hacerlo en la cual al ver la obra te produzca un tipo de satisfacción en el sentido que el mensaje sea claro, fácil de entender para todo tipo de espectadores, y que también te permita un tipo de catarsis y reconciliación contigo mismo y las situaciones vividas, porque aunque no es el objetivo de la creación reparar de alguna forma mi propio dolor, si considero que es una forma que puede ayudar a soltar y continuar al reconocerse a uno mismo desde su sentir.

La estrategia que se utilizó en esta etapa de creación fue en encontrar una forma común para hablar de mí misma que no solo se ve en repetidas ocasiones en las obras seleccionadas,

si no que en general los artistas recurren a ella para hablar de sí mismos y fue la habitación en la que vivo y el autorretrato, la manera en que los traduje a elementos plásticos se encuentra explicada de forma detallada más adelante en el apartado de creación Laura “fosforito” donde desde la praxis artística pude llegar a establecer conexiones entre el quehacer artístico y como este proceso se produjo de una forma intencional para hablar de mi propia salud mental y la depresión que he vivido, todo desde mi punto de vista netamente subjetivo.

Más adelante en lo que podría considerar como una tercera etapa la de los hallazgos: En esta tercera etapa se propone la construcción de análisis y posibles resultados en donde se desarrolló la creación de categorías que me permitieron encontrar elementos en común en las obras de los artistas latinoamericanos que se seleccionaron para usar como objeto de estudio bajo la producción de obra que se aproximan al tema de la depresión y salud mental.

Como resultado se proponen las siguientes categorías: la soledad, la presión social, y la disyuntiva social. La metodología IBA me permite hacer una lectura de obras seleccionadas para luego realizar mi propia creación, que no está directamente basada en todas las obras que analicé, pero que si presentan relaciones entre si al leer cada obra, no solo en su composición general o en el hecho de que estas caben bajo la categoría de depresión vista en el arte, sino en contrastes hallados al ponerlas a dialogar en común bajo subcategorías como la soledad, la presión social, la relación personal con el cuerpo y el espacio y el contexto social, político y económico, pueden englobar varias de las problemáticas que reflejan dichas obras.

### **Enfoque cualitativo**

Esta investigación es de carácter cualitativo ya que este enfoque me permite analizar el fenómeno que estudio y desarrollar una interpretación de la realidad social y de los diferentes

contextos que he recolectado con la selección de obras, este enfoque cualitativo me ayuda a ver de forma holística los resultados, ya que esta investigación enfatiza en que la depresión no debería ser entendida o vista como un problema individual si no más como la suma de un cumulo de factores que se pueden evidenciar al tener en cuenta un panorama más completo.

En este enfoque cualitativo se hace uso de lo fenomenológico al comprender la experiencia subjetiva de las personas y en cómo perciben y dan sentido a su realidad. En el contexto de la creación artística bajo depresión, este enfoque se centraría en explorar cómo los individuos experimentan y comprenden su propio estado psicológico, sus sentimientos, pensamientos y comportamientos asociados, así como su relación con el mundo que les rodea y como este tipo de entendimientos les permite desarrollar su creación artística o en específico mi tipo de interés sobre ¿cómo se genera esa construcción de imagen bajo estas condiciones? Es posible que este enfoque permita una comprensión más profunda y rica de la relación entre arte y depresión, ya que reconoce la importancia de la subjetividad y la experiencia individual en la comprensión de esta condición de salud mental.

También según el paradigma critico la depresión puede ser vista como un malestar social desde la perspectiva del autor Jairo Gallo en dónde la depresión se vuelve una consecuencia a vivir en una sociedad que nos enferma.

## **La entrevista**

La entrevista es una conversación entre dos o más personas que se entabla con un propósito o intención determinada, la entrevista tiene como uno de sus principales objetivos, obtener información o suministrar la información, sobre el tema de estudio en específico.

Existen varios tipos de entrevistas “se dividen en estructuradas, semiestructuradas y no

estructuradas o abiertas” (Sampieri, Collado, 2014, p. 403).

Para esta investigación se propuso el diseño de una entrevista semiestructurada y así obtener un insumo que se pueda analizar. La entrevista semiestructurada permite un diálogo más dinámico y flexible sin perder de vista el objetivo inicial y los cuestionamientos que se quieren abordar, también es útil para optimizar el tiempo tanto del entrevistador como del entrevistado, pues ayuda a no desviarse de ejes principales que se quieren tratar.

Las entrevistas semiestructuradas se basan en una guía de asuntos o preguntas y el entrevistador tiene la libertad de introducir preguntas adicionales para precisar conceptos u obtener mayor información. Las entrevistas abiertas se fundamentan en una guía general de contenido y el entrevistador posee toda la flexibilidad para manejarla. (Sampieri, Collado, 2014, p. 403)

La entrevista semiestructurada me permitió profundizar en dialogar sobre los diversos entornos que he tenido en cuenta para abordar la depresión, los cuales corresponden a entornos tanto académicos, familiares, como sociales y culturales. Así como entablar una conversación en cuanto a las posibles relaciones del arte con la salud mental y los posibles imaginarios que hay detrás de ellos.

Se recurre a la realización de una entrevista también con la intención de obtener insumos que amplíen el espectro del tema a investigar en este caso la depresión en el ámbito artístico. Para seleccionar una persona a entrevistar se tuvo en cuenta como criterio que fuera un docente de la Licenciatura en Artes Visuales que conociera las dinámicas del entorno, con conocimientos específicos relacionados a la salud mental y pudiera dar cuenta de su perspectiva respecto a la depresión en ámbito artístico y educativo, y por supuesto se tuvo en cuenta que fuera un docente con la disponibilidad de tiempo para realizarla.

Por lo cual se elaboró una entrevista para conversar con el profesor Néstor Noreña docente de la facultad de Bellas Artes de la Licenciatura en Artes Visuales de la Universidad Pedagógica Nacional el día 7 de noviembre del 2023.

Los temas para abordar en la entrevista eran diversos, en un acercamiento inicial deje conocer al entrevistado, en qué consistía mi investigación de trabajo de grado y el cuestionario de la entrevista para que tuviera presente los temas de interés a discutir.

El diseño de la entrevista estuvo conformado por 15 preguntas, las cuales no se respondieron en un orden específico si no que se fueron dialogando a lo largo de toda la conversación. Entre estas preguntas se encuentran las siguientes:

- ¿Cuál es su nombre y edad?
- ¿Cuál es su formación, qué estudios ha realizado? ¿Cuál es su profesión?
- ¿Hace cuánto tiempo llegó a la licenciatura de Artes Visuales? ¿Cuál ha sido su trayectoria en ella?
- ¿Qué tipo de experiencia previa ya sea personal o laboral ha ejercido que esté relacionada con la educación artística?
- ¿Qué tipo de experiencia previa ya sea personal o laboral ha ejercido que esté relacionada con la salud mental?
- ¿Cómo siente que se ha abordado el tema de la salud mental en la licenciatura?
- ¿Considera que el tema de la salud mental se ha hecho más presente en la licenciatura en Artes Visuales?, ¿Por qué?, ¿a qué factores cree que se deba esto?
- En el campo de la docencia, tanto profesores como estudiantes, lidian a diario con altas cargas de estrés que eventualmente pueden afectar tanto su salud física y mental,

- ¿Conoce si esta problemática es hablada y tenida en cuenta la licenciatura? ¿Qué posibles medidas puede nombrar para este problema desde sus conocimientos?
- ¿Desde su experiencia personal como docente considera que existe una conciencia hacia la importancia de la salud mental en diferentes ámbitos educativos?
  - Considera que al día de hoy en Colombia hablar de un trastorno mental como la depresión u otros siguen siendo temas de los cuales casi no se habla ya sea en el entorno social o familiar ¿por qué?
  - ¿Considera que puede existir una relación entre la salud mental y la creación artística? ¿Cree usted que el arte puede tener un impacto en la salud mental de las personas?
  - Se cree que el arte puede ser terapéutico ¿Qué opina de este imaginario o qué otros imaginarios conocen respecto a la salud mental y el arte?
  - ¿Conoce alguna experiencia en la que haya una relación entre bienestar y creación artística?
  - ¿Considera que es posible por medio de la educación artística ayudar a las personas a comprender y gestionar sus emociones para evitar posibles problemas de salud mental?
  - ¿Qué recomendaciones tiene para otros educadores que deseen incorporar principios de la psicología en la enseñanza de las artes visuales para promover la salud mental?

Los resultados de estos cuestionamientos serán traídos a colación más adelante y esta muestra también sirve para vislumbrar las posibles conclusiones. Sin embargo, la entrevista completa se encuentra en los anexos.

## **Depresión en obras de artistas visuales latinoamericanos**

En este aspecto se busca recolectar la experiencia de diversos artistas latinoamericanos que hablan sobre depresión y su entendimiento hacia ella, ya sea desde su experiencia personal porque han sido diagnosticados con este trastorno o porque simplemente quieren abordar el tema en su trabajo artístico buscando generar algún tipo de reflexión o crítica a un suceso o contexto en particular con la intención de comunicar visualmente su perspectiva acerca de este trastorno de salud mental y todo lo que puede estar detrás de ello a nivel social y político.

Entre estos artistas se pueden encontrar hombres y mujeres, nacidos en diferentes épocas de diversas edades y nacionalidades, teniendo como eje en común el tema de la depresión en su obra y posiblemente en su vida, destacando esas condiciones específicas en las que se presentó la depresión como un problema de salud propia del artista y como esto afecto su vida y creación, según sea el caso. Por otra parte, también se tienen en cuenta experiencias del artista que no lidia personalmente con la depresión como un problema de salud, pero decide abordar el tema.

### **Daniela Acosta Parsons**

Daniela Acosta Parsons es una artista historiadora, magister en Artes Pláticas, Electrónicas y del Tiempo de la Universidad de los Andes. Esta artista colombiana, retrata por medio del dibujo su experiencia personal al lidiar con depresión clínica causada tras haber sido abusada sexualmente, por medio de la publicación de su trabajo en la revista *Bacánika* y el sitio web la Silla Vacía pude encontrar su obra, la cual trata temas como el dolor, su experiencia con el

decaimiento y tratamiento de su depresión y sus recuerdos en su proceso de recuperación en el hospital.

Su obra surge desde la intención de comunicar lo incommunicable, en la revista menciona la dificultad de explicar a personas cercanas como se siente lo que está viviendo en el momento, los dibujos aparecen como una solución para articular todo lo que está sintiendo y se transforman en un lenguaje del dolor.

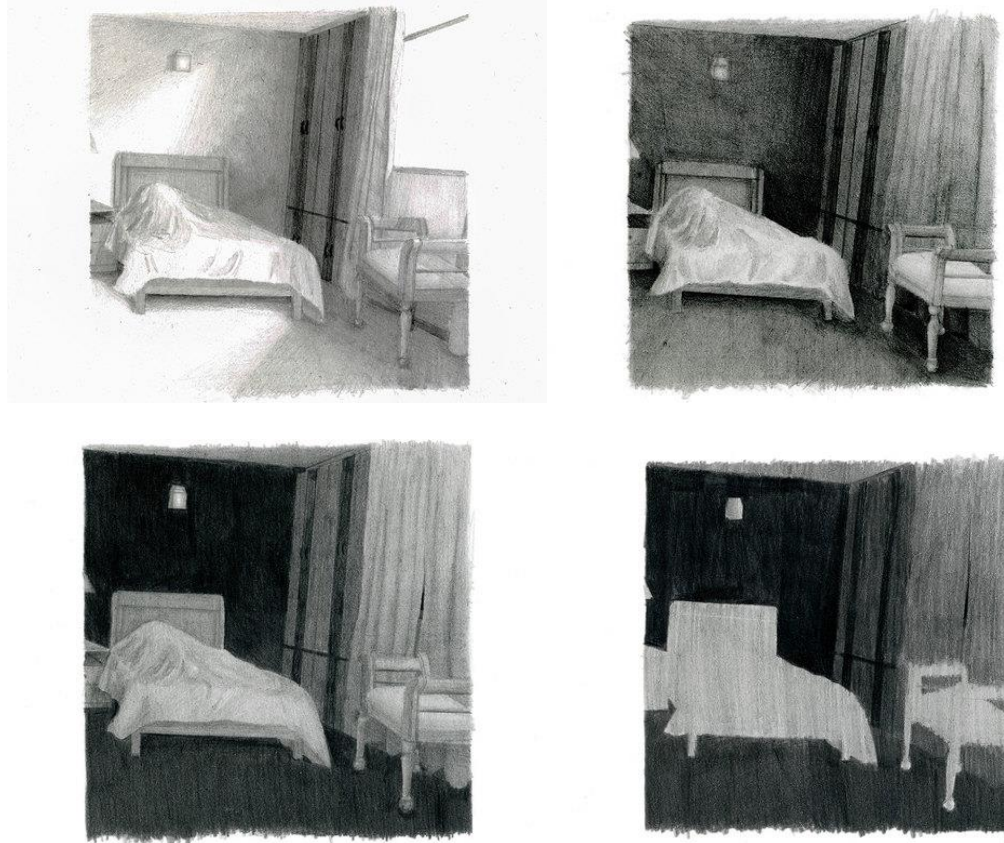
Creo que conocí y entendí el dolor a través del ejercicio de dibujar. No sé explicarlo muy bien, pero aparte del dibujo no había otra forma en que se pudiera comprender “aquello”. Hay cosas que puedes dejar ir, que las puedes soltar si la elaboras, pero hay otras que no se pueden restaurar. Yo creo que el dolor y la tristeza terminan siendo parte de ti. Y está bien decir “esto soy yo, no es algo separable”. Y la mayor conquista sería habitar el lugar de la devastación, volver a habitar la cotidianidad, tu cuerpo, tu casa. (Cardona, A, 2019)

En el año 2016 fue internada en hospital psiquiátrico tras haber vivido situaciones difíciles en su vida personal que le provocaron una crisis depresiva severa. Experimentar los efectos secundarios de los tratamientos en su cuerpo la llevaron a buscar una forma de encontrar normalidad en su estadía en esa institución, aquí el lápiz y el papel se vuelven una herramienta para adaptarse, reconciliarse con el espacio y preservar el recuerdo de esos duros momentos.



*Ilustración 1 Beaten, Lápiz sobre papel, 35 cm x 35 cm, 2017. Tomado de la revista Bacanika.*

Tras ser internada en la institución nace una serie de dibujos de su habitación, hace reflexiones en su obra sobre el tiempo, el tránsito, la relación entre paciente y doctor, los pensamientos negativos, el estigma y prejuicio que existe frente a la enfermedad y el poder del doctor sobre quien es normal y quien no lo es. “Esa habitación alude a una confrontación con la mente de cada uno, como si nos invitara a seguir ahí y a sentarnos a mirar por la ventana. Es una inquietud sobre el temor de enfrentarse a los pensamientos más hondos. Cuánta gente le huye a estar sola no por temor al aburrimiento sino para no quedarse consigo misma “. (Garzón, 2022)



*Ilustración2. La habitación, 2019. Tomado de la revista La silla vacía*

### **Natalia Cardona Puertas**

Es una diseñadora industrial de la pontificia universidad javeriana e ilustradora colombiana que comparte su obra en la revista Bacánika, en dicha revista por medio de una entrevista relata como desde temprana edad tiene recuerdos de haber tenido problemas de salud mental relacionados a la ansiedad y depresión, desde una temprana edad se exigía mucho a sí misma, cuenta como en preescolar constantemente sufría de gastritis por la presión de mantener una excelencia académica y continuar en su lugar de la estudiante “estrella”, sin ser consciente de ello su salud física y mental ya se estaba viendo afectada, pero solo hasta vivir una crisis ansiosa que posteriormente desencadenó en ella una depresión severa en el año 2014 en su último semestre de

universidad, al momento de elaborar su proyecto de tesis de pregrado, fue cuando recibió un diagnóstico de ambos trastornos y decidió recibir ayuda psicológica.

Su obra *Honest Thoughts* nace de su deseo de querer expresar de forma personal e íntima sus emociones. Tras vivir tres años en Estados Unidos, estar lejos de sus seres queridos, y terminar su maestría, el sentimiento de vacío e incertidumbre se potencializo.

Por medio del papel y lápiz realizó una ilustración, plasmando sus emociones. Sus trazos según ella son desordenados y rápidos con la intención de comunicar el ruido y la oscuridad de su ansiedad. “La ansiedad se le presenta a Natalia a veces como un vacío o una sombra y otras como un ardor en la boca del estómago o una voz que no la deja en paz. Es parte de ella, la asusta, la petrifica. Pero a veces es ella quien la logra ahuyentar”. (Cardona, A, 2019)



*Ilustración3. Honest Thoughts, Natalia cardona, 2019. Tomada de la revista Bacánika.*

## **Martin Ramirez**

Es un pintor mexicano nacido en Tetitlan de Morelos 30 de marzo 1895 – California 12 de febrero 1963 es conocido por ser un gran exponente del arte marginal, pasó gran parte de su vida en hospital psiquiatrico, 33 años en donde produjo gran parte de su obra, emigra con su familia a estados unidos en busqueda de una mejor calidad de vida, debido a la gran depresion en Estados Unidos se queda sin trabajo y sin hogar, vivia en las calles de California en 1931 y luego es ingresado al Stockon State Hospital y fue diagnosticado con ezquisofrenia y depresion maniaca. En 1948 es internado en Dewitt State Hospital, “Existen dudas al respecto, no sólo de los diagnósticos que se le hicieron, sino de que posiblemente fue sólo una víctima de racismo y por ello fue ingresado a estos sanatorios” (Espinosa, 2018). En esta última institución conoce a Tarmo Pastor quien lo apoyó con su trabajo artístico.

Ramírez es un artista autodidacta que no produjo su obra bajo tradiciones artísticas, lejos de su país natal México y fuera de la comunidad artística estadounidense. Al principio se creía que su obra era muestra de su locura o estado mental, actualmente se considera como uno de los dibujantes más importantes del siglo XX.

“Esta obra en particular narra su travesía migratoria, su incorporación en la modernidad californiana y su reclusión en la institución psiquiátrica, para ello usa líneas simples y un uso único de la perspectiva”. (Espinosa, 2018). En ella se representa su vida como trabajador del ferrocarril, su obsesión por las puertas o marcos del hospital donde paso gran parte de su vida.



*Ilustración 4. Martín Ramírez, sin título (Hospital), 1954. Lápiz, lápices de colores sobre pedazos de papel. 103 x 91cm. Colección del Museo de Arte de Milwaukee. Patrimonio de Martín Ramírez.*

### **Antonio Romoleroux**

Es un artista ecuatoriano nacido en Quito el 12 de abril de 1968, más reconocido por la inventiva de técnicas mixtas en sus obras innovando en el grabado, escultura y pintura. Este artista en particular no ha sido diagnosticado con depresión o con algún problema de salud mental, pero él decide abordar el tema, desde diferentes perspectivas. La serie identidades sistémicas está cargada fuertemente de una crítica social a varias problemáticas que se dan por normalizadas en la sociedad.

El artista aborda temas desde la desigualdad, la corrupción, la pobreza, la explotación, la violencia de género, la falta de empatía y solidaridad humana, refleja una sociedad que sufre y las consecuencias extremas de dicho dolor.

La constatación del sufrimiento que dicha realidad produce en la psique humana, me motivó a plasmar esa realidad social y sus efectos psicológicos en los seres humanos: la depresión, el miedo, la ansiedad, la violencia, la carencia de empatía, que pueden llegar a extremos de padecimientos que llevan a situaciones límite, como son la esclavitud, los hábitos de carácter psicópata, la violación a niños y niñas así como el suicidio infantil y adolescente, realidades que no han sido tratadas hasta el presente como una problemática social existente con graves consecuencias. (Romoleroux,1987, p.2). Dicha serie al tratar un tema tan delicado como lo es el suicidio infantil es estudiada al día de hoy.



*Ilustración 5. Depresión, óleo sobre tela, 180 x 140 cm. 1990 Antonio Romoleroux de la serie identidades sistémicas tomado de <https://www.antonioromoleroux.com/es/espanol-identidades-sistemicas-dibujo-pintura-y-grabado/>*

## **Mary Leonora Carrington**

Es una artista, pintora y escritora con nacionalidad mexicana, nacida en Lancashire Inglaterra el 6 de abril del 1917, y falleció el 25 de mayo del 2011 en Ciudad de México, es conocida por pertenecer al movimiento surrealista. En su autobiografía “Memorias de Abajo” de 1943, narra como su pareja, Max Ernst, fue detenido en Francia por ser un extranjero alemán y es llevado a un campo de concentración.

A partir de ese momento se inicia un calvario para la joven artista. Los intentos por conseguir la liberación de Max Ernst y su soledad la hicieron caer en una depresión. Una amiga la convence de pasar a España y gestionar desde allí un salvoconducto. Se fueron en coche hasta Andorra, y luego entran por la Seu d'Urgell y llegan a Barcelona. Y en tren, hasta Madrid. Pero las cosas se complican sin que se conozcan todos los detalles. Según su propio relato, una noche fue violada por un grupo de hombres (supuestamente de requetés). Sufre una crisis nerviosa y la noticia de su estado llega hasta su familia inglesa que decide entonces su ingreso en una conocida clínica psiquiátrica de Santander, atendida por el Dr. Luis Morales. (Maset, 2021, p.2)

Este suceso marco la vida de la artista llevándola casi a la locura. Tras su reclusión en la institución psiquiátrica decide escapar a la embajada mexicana en Lisboa, posteriormente emigra a México en 1942.

Carrington se convirtió una figura destacada en el panorama artístico mexicano y dejó un legado duradero en el arte surrealista. En obras pictóricas posteriores, utilizó imágenes simbólicas y elementos surrealistas para dar a conocer su mundo interior.

En varias de sus obras existen animales fantásticos creados por ella misma, animales que eran híbridos entre insectos, aves y mamíferos, en mundos de en sueño cargados de pura imaginación que desarrollo y trabajo durante toda su obra a lo largo de su vida, manteniéndose siempre dentro del surrealismo.

En su autorretrato se muestra sentada en una silla, con un pelo despeinado, vestida como para salir a montar a caballo, en diversas obras muestra una fascinación por ellos, en esta también hay una hiena salvaje con a la que le está hablando, su rostro es extraño y un poco similar al de ella. Hay dos caballos blancos uno que se puede ver a través de una ventana con un lujoso marco dorado, la ventana podría ser la jaula dorada en donde ella se sentía encerrada. El primer caballo corre al aire libre y el segundo es de madera y se encuentra colgado en la pared, lo que podría suponer que simboliza como se sentía en ese momento, los pantalones que ella usa se asemejan un poco al caballo blanco de la ventana. La casa en donde se encuentra está vacía, no tiene otros muebles aparte del que ella usa para sentarse, una casa lujosa vacía puede representar también lo que ella sentía en esa alta sociedad y es que todo era vacío.



*Ilustracion 6. 'Autorretrato' la posada del caballo del alba (1936-1938). The Metropolitan Museum of Art, New York.*

### **“Laura Fosforito”**

#### **Propuesta de obra escultórica (estableciendo puentes entre la relación arte-depresión desde la creación)**

Dentro de este apartado se expondrá la creación artística que se podría ver como un hallazgo y se produjo para esta investigación durante los años 2023-2024, en donde uso mi obra como objeto de estudio, a mí y a mis experiencias como investigadora sujeta de estudio, después de haber estudiado y analizado diversos tipos de obras y referentes que quisieron tratar el tema de depresión en el arte, pude condensar todo ese conocimiento en la creación de las siguientes obras. La primera obra que se encuentra es la serie de miniaturas (Laura “fosforito”) y la última es la máquina epistemológica (Espiral “Infinita”) como resultado de la indagación por mi interés personal en los objetos y figuras imposibles, la cual explico más detalladamente en el apartado el arte de lo imposible.

Para iniciar como parte de mi proceso personal en la construcción de mi obra se propone la realización de una serie de pequeñas esculturas, que en su momento denomine Laura “Fosforito”. Consiste en pequeñas cajas de fosforo que van a ser intervenidas para albergar en su interior esculturas, que en su concepto hacen referencia a los diferentes espacios habitados en los últimos 7 años durante mi paso por la universidad. Pretendo construir un mecanismo cognitivo, así como emocional para hablar por medio de la obra y traer una especie de reconstrucción de sensaciones y sentimientos del pasado.

Los momentos y sentires que llegué a vivir, habitando diferentes lugares los cuales fueron y son habitáculos en donde pasé por diferentes situaciones complejas que marcaron en cierta forma mi vida, desde experiencias positivas hasta las negativas, que de manera directa llegaron a causar malestares y el deterioro de mi propia salud mental, son el punto de partida para hablar de mi experiencia personal al vivir con depresión por años. Por esta razón propuse la realización de una serie de obras que no son precisamente organizadas por orden cronológico, pero que atienden a situaciones concretas sobre las formas en que percibo mi propia depresión y a mí misma, esto a su vez me puede llegar a permitir plasmar una breve descripción de lo ocurrido en cada espacio, así como la reconstrucción de un instante que fue detonante para mí en cuanto al declive de mi salud mental y como esto me dio paso a construir una narrativa de mi propia depresión desde la creación misma, que es en un principio la clase de relación que se busca establecer en este proyecto de grado, ¿cómo se puede hablar de la depresión en el arte cuando es completamente intencional? y ¿qué tipo de reflexiones se dinamizan al respecto?.

A modo de proceso semi-etnográfico pues no me centro completamente en un hacer un estudio de caso, deseo plasmar por medio de la obra cómo afronte estos procesos en mi cotidianidad, además de como cada uno de estos me pudo ayudar a comprender las practicas

sociales y relacionales que llegue a tener en estos espacios y como por medio de estas expresiones artísticas se dio un nuevo tipo de entendimientos respecto a la depresión a nivel personal y a nivel más general.

Para esto organicé un conjunto de apartados donde se profundiza en los aspectos grupales e individuales de la serie de obras que produce, esto con la intención de dar al lector que no puede ver la obra en persona, una descripción de las inquietudes iniciales a la hora de desarrollar este trabajo de creación. Cabe aclarar que cada interpretación es subjetiva y la obra está abierta a un sinfín de interpretaciones, son mis apreciaciones e intenciones personales.



*Ilustración 7 Robayo, L (2024). Laura “Fosforito” Escultura Mixta [fotografía del autor].*

### **La habitación**

Al cuestionarme durante un largo periodo de tiempo ¿Qué tipo de obra puedo crear con la intencionalidad específica de narrar mi depresión? de contar sin palabras lo que fue para mí, me

enfrente ante un bloqueo creativo el cual en parte se generaba desde mis inseguridades al no querer compartir mis experiencias por temor al prejuicio o al estigma al decir ante compañeros o conocidos que he lidiado con depresión durante años, por lo general trato de no compartir esto con nadie, produciéndome aún más rechazo a la idea de hablar de ello, pero aun así mediante el proceso de creación misma, me encontré luchando contra esa idea pues era necesario hacerlo, no solo porque he recalcado anteriormente la importancia de llevar al dialogo este tipo de vivencias tanto en entornos artísticos como académicos, sino porque quería explorar si era posible dejar salir estas particularidades que he experimentado de forma plástica, y aunque la intención de esta investigación no es solucionar mis problemas o llegar a un punto netamente de catarsis, mirar hacia atrás detenidamente las emociones y las situaciones que tuve que vivir, me permitieron llegar a una especie de redención y reconciliación conmigo misma.

Para esto decidí iniciar narrando como durante los últimos siete años de mi vida he vivido sola en la ciudad de Bogotá en pequeñas habitaciones en distintos inquilinatos, lejos de mi familia y de mi hogar natal que está en la ciudad de Cúcuta Norte de Santander, dicha situación la he experimentado durante los años que he cursado la carrera de la Licenciatura en Artes Visuales. El Título de la serie “Laura / fosforito” nace como un apodo que utilizaron mis vecinos para guardar mi nombre como contacto en WhatsApp, en forma de burla al hecho que yo vivía en la habitación más pequeña del inquilinato, una habitación tan grande como una caja de fósforos. Al escuchar esto pude imaginar como mi propia cama en donde dormía se convertía en su totalidad en una pequeña caja de fósforos. Visualice como la parte exterior que permite cerrar la caja se transformaba en la cobija con la que me arropaba todas las noches y mi cuerpo era un pequeño fosforo que yace recostado en ella.



*Ilustración 8. Robayo, L (2024). El habitáculo [fotografía del autor].*

Decidí construir una recreación de la distribución de mi cuarto el cual era tan pequeño y carecía del espacio suficiente para poder tener todas mis cosas, pues cabía en el principalmente solo mi cama. La recreación era muy similar a la idea inicial que pude imaginar con la diferencia que mi cama no era la caja de fósforos en sí, si no que estaba dentro de ella, abriendo paso no solo a recordar como era este lugar en donde vivía, que a fuerza tuve que considerar un hogar

y explorar la sensación de encierro, soledad y pequeñez ante un mundo que se rige por cuatro paredes de 4 metros aproximadamente, y de este modo poder jugar con las infinitas posibilidades que se podían elaborar para albergar dentro de estas pequeñas cajas, permitiendo la continuación del uso de las mismas utilizando el factor sorpresa de no saber que se pueden encontrar en ellas y construir un pequeño universo donde se priorizan mis perspectivas frente a la depresión desde mi realidad.



*Ilustración 9. Robayo, L (2023). La Habitación [fotografía del autor].*

### **La caja de fósforos**

El uso de la caja de fósforos nace como una metáfora en relación al espacio y como el habitar de forma permanente en un lugar tan reducido puede asociarse de cierta forma a la depresión.

Una caja de fósforos es un objeto pequeño, de uso común y cotidiano, la necesidad de usar esta caja como elemento de exploración escultórica nace desde la metáfora, el concepto surge con la idea de enfatizar ¿qué es vivir en un lugar tan diminuto como una caja de fósforos? ¿Qué implicaciones tiene vivir en un lugar tan pequeño como una caja de fósforos?

Para dar un ejemplo de ello podemos observarlo en la sociedad Sur Coreana, país número 1 en tasas de suicidio anuales, en donde muchas de las problemáticas de afectación a la salud mental van ligadas a temas como la imposibilidad de vivir en un espacio digno debido a los altos precios de finca raíz que limitan a las personas a pagar de forma excesiva por una habitación de 4mx4m, y si a esto le sumamos como problemáticas como la constante presión social, la sobreexplotación laboral que mantiene a jóvenes y niños estudiando más de 12 horas diarias para prepararse a un futuro altamente competitivo con un bajo rango de éxito y trabajando más de 60 horas semanales, se puede entender porque esto afecta directamente la calidad de vida de las personas y en especial su salud mental.

La tasa de suicidios de Corea del Sur tiene que ver con una mezcla de factores económicos, sociales y culturales. Después de quedar destrozado por la Guerra de Corea, que terminó en 1953, el país surgió de entre las cenizas para convertirse en una potencia económica.

Pero ese rápido crecimiento económico no condujo a una expansión de servicios públicos, contribuyendo en cambio a una creciente desigualdad. Eso creó una sociedad basada en niveles altos de competitividad y éxito, lo que llevó a muchos de sus ciudadanos a sufrir de problemas psicológicos. (Ha, S.2023, noviembre 1).

Mas adelante se volverán a retomar algunas de las problemáticas mencionadas en la sociedad sur coreana, vistas en diferentes obras que se seleccionaron para vislumbrar los posibles hallazgos de esta investigación.

Por consiguiente, podemos analizar la posibilidad de que existe una correlación entre el espacio y el cómo el habitar de forma permanente en un lugar tan reducido puede asociarse de cierta forma a un declive en la salud mental y esta situación puntual a la depresión, cabe aclarar que esta puede ser no la única causa, y en particular en mi experiencia esta metáfora se construyó como una forma inicial para abordar el tema. Esto con la intención que me permitiera hablar de mí y de mis vivencias personales siendo así como el ejercicio plástico ayudo a dejar salir estas experiencias.

Usando la caja de fósforos para representar el lugar o las formas en las que he transitado en estos últimos 7 años y como puedo encontrar diferentes maneras de narrar los sentimientos, comprensiones y las concepciones que tengo de mí misma y de lo que he experimentado. En una primera caja se propuso la recreación de la habitación en la que vivo, usando como material principal los mismos elementos de la caja de fósforos.

La caja de fósforos se compone en su interior de una habitación, consiste en un lugar pequeño, solo con una cama en ella y un cuerpo (yo) hecho de fosforo, sentado y arropado sobre la cama, el piso está cubierto por ceniza. La obra sugiere los estragos del paso por el fuego, pero sin evitar que haya cesado, por su fragilidad parece que podría prenderse en llamas en cualquier momento.

### **El fosforo**

El cuerpo está compuesto simplemente del mismo fosforo, de un papel encerado enrollado en varias capas que al desenvolverse lo dejan desarmado sin un centro, sin un núcleo, sin estructura, son sus propias capas las que componen su forma esquelética. Es un cuerpo hecho de un material

frágil, débil, vulnerable, fácil de romper, diseñado para que su papel se consuma lentamente y la llama dure más tiempo encendida.

Su cabeza consiste en una mezcla de químicos, fosforo, azufre y otros elementos, permanece apagada pero una pequeña fricción puede encenderlo hasta consumirse a sí mismo. Puede ser un acto doloroso, iniciar el fuego, ver ¿qué tan lejos puede llegar?, incluso hasta consumirnos por completo y de paso todo a nuestro alrededor.

Un objeto tan cotidiano, tan pequeño, pero tan poderoso como para iniciar una llama, para encender el fuego. Este ejercicio plantea un juego de hacer fuego sin fuego, pero con fuego, se pueden accionar miles de cosas e iniciar una llama sin haber quemado nada aún.

### **El fuego**

El poder de iniciar una llama sin haber hecho ignición es como hablar de la posibilidad de encender el fuego sin fuego, pero con fuego, realmente la obra aún no se ha quemado, pero siempre queda abierta la posibilidad solo hay unos pequeños vestigios en el rostro con las cenizas que quedaron, de un dolor y sufrimiento que esta sanando, de una imagen que se está reconstruyendo de las cenizas.

La potencia de jugar visualmente a traer la presencia del fuego sin quemar nada, sin estar una llama literalmente presente, habla de nuestro poder de acción, de los miles de posibilidades, entre ellas la más importante la posibilidad de transformación, de quemarlo todo, de empezar de nuevo y surgir como el ave fénix de las cenizas.

### **Los rostros**

Para hablar de una posible imagen del yo, que me permita hablar de mí y la percepción que tengo de mí misma, fue difícil hablar de una autoimagen cuando el concepto propio que se tiene del yo es tan indefinido, confuso y en proceso de construcción, en especial después de tantos

procesos dolorosos que hacen que esa imagen este descompuesta y borrosa. Aquí nace el uso del concepto “desdibujado” la artista Daniela Acosta Parsons usa este concepto para designar su imagen como algo roto, fragmentado y curiosamente por medio del ejercicio del dibujo termina de definir eso que denomina desdibujado, tratando de volver a reconstruirse así misma desde su creación.

Los tres rostros que se presentan a continuación son una creación de un autorretrato, cada uno en una etapa muy diferente en la construcción de esa imagen. Para la creación de estos rostros quise basarme en el concepto de la máscara, ¿cuál sería la máscara que podría usar para representarme a mí misma? ¿La máscara que uso para verme y reconocirme ante el otro? ¿cómo se vería? La máscara surge como una muestra de todo lo que oculto, pero al mismo tiempo todo lo que dejo ver y esta fue la fuente de la imagen de los rostros que quería componer para abordar el Yo.

El primero es un rostro sin expresión alguna completamente quemado, carbonizado, su piel está hecha a base de sus propias cenizas que a duras penas le pueden dar algo de forma, está totalmente desfigurado, solo su mirada conserva algo de estructura, pero los demás rasgos de su rostro no están presentes, no tiene una nariz o labios ni pómulos marcados y definidos, esa mirada es blanca, fría, incluso tétrica e inexpresiva. Este rostro parece estar más allá, más cercano a la muerte que a la vida.

Es un rostro que muestra el paso de un millón de dificultades que a duras penas sobrevive, un rostro cansado y desgastado, que ha naturalizado el vivir con dolor y miles de necesidades, como parte de su rutina, es un rostro que evidencia la necesidad de ayuda, así su boca este sellada para pedirla. Es uno rostro de los rostros que aparentan más vulnerabilidad en comparación a los siguientes.



*Ilustración 10. Robayo, L (2024). Rostro #1 [fotografía del autor].*

El segundo rostro es completamente blanco, cubierto de vendas hechas del papel encerado que forma el cuerpo del fosforo, unas vendas tan débiles y frágiles hechas de un material altamente inflamable, en peligro constante de combustión, dicho rostro sigue siendo inexpresivo, pero ya denota unos ligeros rasgos más marcados en comparación al primero, se puede ver su boca y sus ojos son negro absoluto, pero ya está mirada no tiene una apariencia tan siniestra como la primera.

Es un rostro en proceso de curación su piel está totalmente cubierta por las vendas, se podría suponer que es un proceso que implica mucho tiempo, no va a ser una recuperación rápida o instantánea. También un rostro completamente cubierto puede significar vergüenza o timidez.



*Ilustración 11. Robayo, L (2024). Rostro #2 [fotografía del autor]*

El tercer y último rostro está compuesto por los mismos elementos de los rostros anteriores, está hecho del papel encerado del fosforo, su rostro es blanco pero parcialmente, su cabeza está cubierta de un poco de ceniza en la parte superior derecha, sus ojos están cubiertos por dos elementos nuevos, en su ojo derecho hay una mariposa que sale de él y cubre parcialmente la mitad del lado derecho de la cara y en su ojo izquierdo hay una rosa, sus rasgos son más definidos que los otros rostros, la mariposa y la rosa destacan por su tamaño y su figura, se destacan también por ser las formas más definidas en toda la cara.

Este es un rostro que denota un cambio una transformación y una combinación de las máscaras anteriores, aquí todas se mezclaron en una sola, hay la presencia de la ceniza del primer rostro que estaba completamente calcinado en la parte superior de la cabeza, muchos de los

malestares mentales o psíquicos se manifiestan en el hemisferio derecho de nuestro cerebro. Su semblante es blanco y cubierto de vendas como el segundo rostro, pero como añadido sus ojos son el factor que cambian al estar tapados por dos nuevos elementos. La rosa aparece como un signo de cambio, de representación de la belleza en el duelo y el dolor, la mariposa puede hacer alusión a la metamorfosis y al evidente cambio que refleja esta última cara que se encuentra en un proceso de transición para evolucionar en algo distinto, que, aunque aún no es completamente definido, ya no es un semblante de un rostro completamente aterrador, desfigurado o deformado, aquí ya empieza a surgir la naturaleza de su verdadera forma.



*Ilustración 12. Robayo, L (2024). Rostro #3 [fotografía del autor].*

## **El artrópodario**

Este pequeño ejercicio de artrópodario consiste en tomar aquellos cadáveres que quedan sueltos, darles un final, aunque no una sepultura, trata de tomar cada emoción seleccionarla, clasificarla, examinarla, detenerse meditar, observar y reflexionar ¿qué paso con cada emoción? ¿Qué suscito en mí? ¿Que representa o como le puedo dar una forma en mi vida? y ¿cómo ella habito en mí?, para ello se dispone el uso del cuerpo de varios insectos hechos en el mismo material del fosforo, pero con una característica particular que es el uso de la forma del cuerpo en la técnica de origami con el mismo papel encerado que se ha usado en toda la obra.

El uso de origami se incluyó en la obra a partir de una experiencia personal en donde aprendí a elaborar mariposas en origami en la universidad, este aprendizaje se dio durante una dura etapa que se presentó al inicio del 2024 y fue el fallecimiento de tres estudiantes de la Licenciatura en Artes Visuales Carol Valentina González Vargas y Juan Camilo Campos Martínez y de la Licenciatura en Biología Santiago Ayala López, en dicho momento yo y otros compañeros realizamos mariposas de diversos colores en la técnica de origami como ofrenda y homenaje a aquellos que partieron muy pronto. Esta situación fue muy dura de afrontar a nivel personal, ver a personas cercanas a mi edad quitarse la vida y a la comunidad educativa luchar por mejoras al sistema de ayudas y bienestar psicológico, te hace replantearte muchas cosas, me di cuenta que, aunque pensaba que en mi condición de salud me encontraba estable, volví a enfrentarme a misma con pensamientos e ideas suicidas.

La imagen de las mariposas comúnmente se asocia a simbolismos como el cambio y el renacimiento, su proceso de metamorfosis, su salida del capullo de oruga para convertirse en mariposa puede entenderse a sí mismo como una metáfora de la vida y la muerte de una etapa y el

renacimiento y evolución, el inicio de una nueva era, representan emociones positivas, la esperanza de un nuevo comienzo y las segundas oportunidades para volver a intentarlo sin cometer los errores del pasado.

A la par que esta situación sucedía en la universidad, yo me encontraba realizando mis practicas pedagógicas en el IDIPRON sede Oasis, donde tuve la oportunidad de conectar con jóvenes que afrontan una realidad aún más dura y compleja que la mía y la de muchos y es la situación de calle.

Durante una de mis practicas realizamos un taller de elaboración de rosas en papel reciclado, aquí aprendí a elaborar las rosas y las decidí incluir también en la obra, pues realmente son un recordatorio de como esta práctica me salvo y me mantuvo lejos de todos estos pensamientos tan nocivos. Durante esa sesión de practica discutimos y reflexionamos sobre ¿cuáles son los momentos en los que están presentes las rosas en nuestra vida?, son situaciones completamente opuestas, por un lado, generalmente son en momentos de alegría y felicidad como cuando las regalamos a seres queridos y por otro lado en momentos de duelo y perdida como cuando muere alguien cercano o a quien queremos dar una última despedida.



ilustración 13. Robayo, L (2024). Practica pedagogica 2024-1 IDIPRON Oasis [fotografía del autor].

Fue importante para mí incluir las rosas y mariposas a lo largo de la obra “Laura fosforito” tanto en el “Rostro #3” como en “El artrópodario”, pues son recordatorio de las anécdotas descritas anteriormente, son fundamentales para representar la muerte, transformación y mi proceso personal de cambio durante todas estas situaciones.

Aunque no es común el uso de plantas en un artrópodario, sí hay casos donde se incluyen flores para recrear el hábitat natural de algunos artrópodos, los insectos como escarabajos, mariposas y abejas usan las rosas como fuente de alimento por su néctar y polen y como lugar de refugio. La inclusión de la rosa representa la belleza de lo efímero y la transitoriedad de las emociones, el dolor es pasajero y se marchita tan rápido como los pétalos, así como una rosa puede ser refugio para un insecto, sumergirse en la soledad y la melancolía pueden traer consuelo en un momento de desesperación y son emociones que no podemos privarnos de sentir.

Las polillas por otro lado son fácilmente atraídas a la luz, pueden representar la curiosidad, la búsqueda de la verdad, el conocimiento del ser y la conexión espiritual, pero esa luz a la que son atraídas también puede ser una llama y el fuego para ellas es claramente un peligro, el uso de este elemento tiene la intención de hablar de la vulnerabilidad y la fragilidad. Vulnerabilidad que surge cuando uno se siente atraído por algo fascinante pero potencialmente dañino o cuando se revelan demasiados detalles personales y se exponen intimidades que dejan de ser privadas y pasan a ser públicas, exponerse así mismo es también ponerse en un lugar frágil y vulnerable, vivir completamente solo rodeado de desconocidos, bajo condiciones indignas y soportarlo, es ponerse en una situación vulnerable. La insistencia de las polillas en seguir la luz puede reflejar una emoción de perseverancia, incluso en situaciones adversas o en la búsqueda de objetivos que parecen inalcanzables.



*Ilustración 14. Robayo, L (2024). El artrópodo [fotografía del autor].*

## **El Arte de lo imposible**

### **El artefacto giratorio mecánico**

La creación de un artefacto o dispositivo que me permita articular de forma directa como se dio la producción de conocimiento en mi trabajo de grado y mi experiencia personal al vivir con depresión durante años, surge desde el espacio académico Seminario de Profundización II de la línea cultura visual, clase que estaba a cargo de la docente Gloria Saénz a inicios del 2024-1. Para ello se propuso la creación de una máquina epistemológica que diera cuenta de cuáles son los engranajes que componen la construcción de saberes que se dinamizan en esta investigación y cómo funcionan de manera teórico-práctica.

Decidí entonces seleccionar los cinco momentos más importantes dentro de mi reconstrucción semi cronológica de eventos, en donde me enfrente directamente a mi depresión y utilice las mismas obras ya creadas para representarlos, organizando de manera que los que estarán en la base de la maquina giratoria son mis primeras experiencias dentro del recorrido en mi tiempo en la Universidad Pedagógica Nacional, los que están en la parte superior serán los más recientes y los que son la resolución que me llevaron a plantear esta propuesta.

El propósito de esta propuesta es que el espectador interactúe con la obra y de una manera cíclica observe como mientras gira una manivela, la espiral también gira y se puede seleccionar la caja que quieres abrir permitiendo ver el contenido de las mismas, con la intención de demostrar mediante el movimiento que, así como puedes estar al inicio de la espiral en cualquier momento puedes ubicarte abajo o en el medio, pues el desarrollo de esta investigación se dio de igual forma, nunca fue lineal.

Quise comenzar hablando sobre mí y mi propia depresión. Sin embargo, al enfrentarme a la incapacidad de hacerlo y no poder desarrollar mi propuesta plástica desde el inicio, decidí hablar sobre la depresión de otros. Esto me llevó a investigar la creación, la vida y obra de distintos artistas, lo que finalmente me permitió encontrar una forma de narrar mis propias experiencias.

Esta obra es una manera de contar mis vivencias y como he decido afrontarlas, de esta manera la escultura me abre el paso a plasmar mi pensar y sentir al representar mis miedos y malestares. Hablo de mi propia depresión desde la aproximación escultórica, produciendo diálogos entorno a la salud mental, el espacio, el cuerpo y por supuesto el arte.

## La Máquina Epistemológica



*Ilustración 15. Robayo, L (2024). Ejercicio colectivo en clase [fotografía del autor].*

Para continuar el proceso de creación de la máquina epistemológica primero nos cuestionamos ¿qué entendemos por máquina y ¿cómo sería su posible funcionamiento?. Por lo cual quise fusionar diversos sistemas de funcionamiento fundamentados en principios básicos de la física.

Primero imagine que la máquina podría ser como una escalera sin fin como la escalera imposible del matemático Roger Penrose, basado en las figuras geométricas imposibles y en la perspectiva de mundos y universos inexistentes de M.C Escher, pues las escaleras interminables lo asemejo a la estructura de los diversos inquilinatos en donde he vivido a lo largo de varios años, se componen principalmente en casas o edificios con muchos pisos, muchas habitaciones, muchos pasillos y por supuesto muchas escaleras .



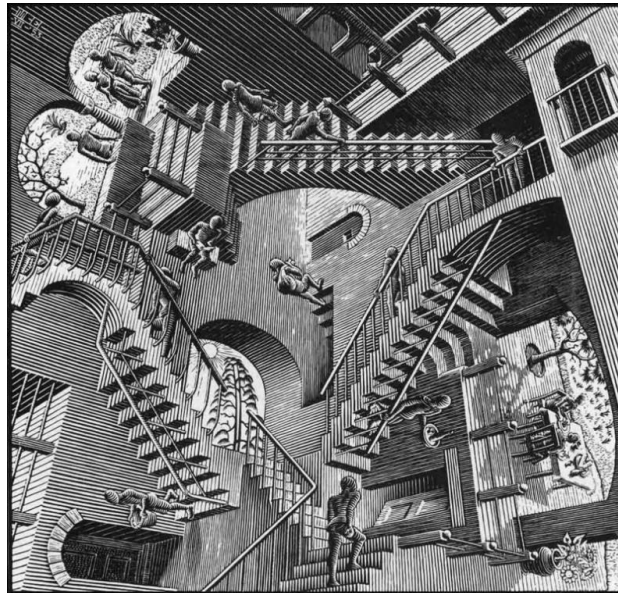
*Ilustración 16. Robayo, L (2024). El Fin del Principio [fotografía del autor].*

Mi intención era que la máquina pudiera girar para dar la sensación de repetición y vértigo, así que inicié por la construcción de un sistema básico de rotación que se activara manualmente mediante el uso de poleas.

El segundo sistema que quería desarrollar era un sistema de tracción que me permitiera apilar las cajas de fósforos como si fueran los escalones de la escalera y, mediante la rotación, las cajas se fueran abriendo y cerrando por sí mismas usando una cuerda que las uniera a todas.

Este sistema, sin duda alguna, fue el más complejo de elaborar y el que presentaba más problemas para solucionar, por lo cual no funcionó, ya que estaba basado en el mecanismo de rotación de la hélice de Da Vinci y, al estar las cajas posicionadas de manera horizontal, era casi imposible que se pudieran abrir.

Meses después, descubrí que la solución para que este sistema pudiera realizar la acción de abrir y cerrar consistía en posicionar las cajas de fósforo de forma vertical para que se pudieran abrir y cerrar mediante la rotación, simulando el sistema de un carrusel, pero aplicado a las intenciones estéticas y funcionales de la máquina que quería crear.



*Ilustración 17. Escher, M. C. (1953). Relatividad [Litografía]. Recuperado de <https://www.mcescher.com/gallery/relativity/> [Fecha de acceso: 2023, 10 de noviembre]*

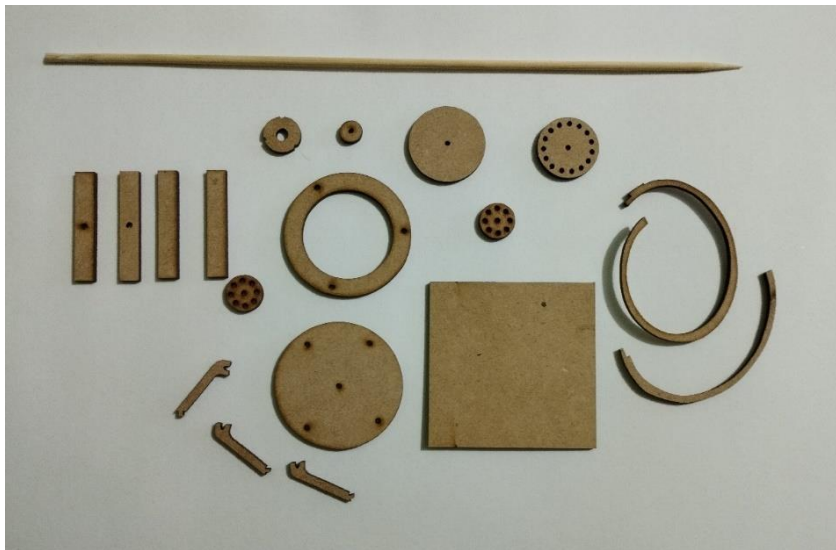
Mi euforia ante este proyecto me permitió plantear la formulación de un tercer sistema que consistía en uno de ignición, pues al trabajar con fuego en repetidas ocasiones, se me sugirió que alguna de mis obras podía ser incinerada. Sin embargo, por cuestiones de tiempo, no se pudo

incluir esta última parte, pero la idea no me dejó descansar, así que igual decidí proponer su planeación y diseño teórico.

El sistema consistía simplemente en quemar una pequeña cinta de magnesio que conectara todas las cajas y que, impulsadas por la combustión de un pequeño papel flash, hubieran ayudado a que la obra se quemara, consumiéndose con mayor rapidez y produciendo un gran destello lumínico, pues la mezcla de ambos compuestos químicos genera un efecto espectacular.

La cinta de magnesio se usaba con anterioridad en los antiguos focos del flash de las cámaras, y el papel pólvora se utiliza al día de hoy en trucos de magia y shows de gastronomía.

Tras múltiples intentos y ensayos de prueba-error, y la construcción de varios prototipos fallidos, al final opté por producir una máquina más simplificada, sin el uso de escalones. Los escalones fueron reemplazados por una espiral plana que envuelve todo el sistema de rotación.



*Ilustración 18. Robayo, L (2024). Piezas de la maquina [fotografía del autor].*

El resultado de todas estas propuestas fue la máquina epistemológica nombrada “espiral infinita” la cual consiste en una espiral hecha de madera y cartón, que gira como un trompo, similar a una escalera en caracol, pero en movimiento. En dicha espiral se encuentran ubicadas en

diferentes secciones o “pisos” cajas de fósforos las cuales contienen en su interior diferentes representaciones de los lugares y realidades en las que he habitado.

El mecanismo de activación consiste en una polea que, al accionarse, desata una reacción en cadena que permite a la espiral moverse y rotar por sí misma. Frente a cada caja de fósforos hay un pequeño hilo rojo que, al ser jalado, permite abrirlas y cerrarlas, revelando su contenido.

La metáfora que trabaja esta máquina es ver la vida como una espiral que está en constante movimiento puesto que nada es permanente y un aparente camino sin salida puede llevar a un nuevo inicio o a un sin fin de posibilidades, pues dicha espiral plantea un recorrido sin utilidad que no lleva a ningún lugar, es decir la utilidad de esta máquina es ser inútil. La máquina en si puede ser una paradoja también, mientras la espiral te lleva a ningún lugar, te puede llevar a un infinito de posibilidades, aunque parezcan imposibles.

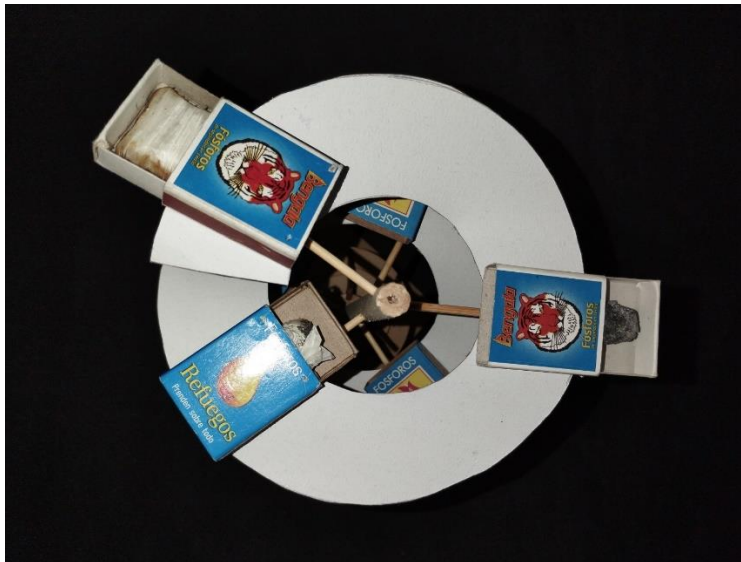
La idea de la espiral en movimiento surge de la necesidad de hacer énfasis en lo transitorio no solo de los diferentes espacios habitados o situaciones y memorias representadas sino también de las emociones. El espectador al no contar con una estructura cerrada puede ver desde cualquier ángulo ya que no hay como tal una pared, es decir en un momento se puede estar abajo y al siguiente arriba, se puede estar ubicado en el inicio como en el final, volviendo al punto de partida, la idea del cambio también surge como algo cíclico y contradictorio. Las cajas de fósforos se abren y cierran dejando entre ver pequeñas partes de mi vida.

### ***Exposición***

La obra Espiral “Infinita” fue exhibida en el Pasaje Macondo del Centro Cultural Gabriel García Márquez - Fondo de Cultura Económica, haciendo parte de la exposición Máquinas

Epistemológicas 1.0 realizada los días 27-19 y 18 de mayo de 2024 en la ciudad de Bogotá. En la exposición participaron los estudiantes de la línea de profundización cultura visual de la clase de Seminario de Profundización I y II de la Universidad Pedagógica Nacional. También se realizó una mediación artística entre estudiantes, docentes y espectadores, donde pude compartir mis intenciones en la creación de la máquina y exponer brevemente en qué consistía la investigación de mi trabajo de grado, obteniendo respuestas positivas por parte del público y de la comunidad académica.

En el texto (Máquinas Epistemológicas 1.0) se encuentran más detalles sobre la exposición, junto con reflexiones más extensas sobre la creación de las máquinas epistemológicas y los trabajos de grado de la línea de profundización cultura visual.



*Ilustración 19. Robayo, L (2024) Maquina epistemológica. [fotografía del autor].*



Ilustración 20. Robayo, L (2024). *Maquina epistemológica* [fotografía del autor].

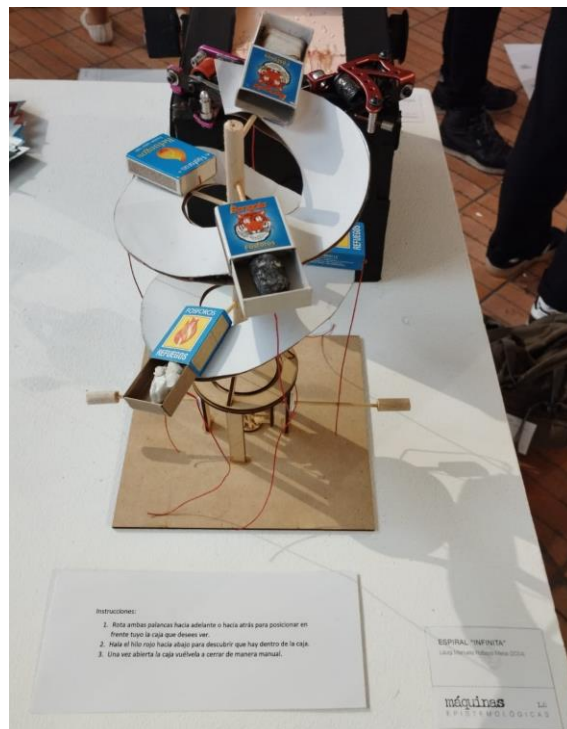


Ilustración 21. Robayo, L (2024). *"Espiral infinita"* [fotografía del autor].

## **Análisis de Resultados**

En este apartado se busca encontrar u organizar por categorías elementos que son posiblemente comunes y recurrentes en las obras de los artistas mencionados anteriormente, examinando qué tipo de contenidos se están comunicando visualmente, para luego cuestionar y realizar hipótesis acerca de las posibles respuestas a las preguntas que nos plantean las obras.

Dichas categorías son transversales y funcionan a modo de resultados a lo largo de esta investigación porque demuestran los ejes centrales comunes que pude identificar en todas las obras a la hora de abordar la depresión en el arte.

### **Soledad**

Es bastante común que artistas con depresión, que realizan su obra para hablar de este problema de salud mental, reflejen temas de emociones como tristeza, melancolía, preocupación, y por último la soledad.

El por qué de una persona se siente solo puede ser debido a muchas causas, entre ellas la pérdida o muerte de un ser querido, la frustración de sentirse incomprendido o de no ser escuchado, el padecimiento de una enfermedad y la más evidente estar sin compañía o rodeado de otras personas, ya sea esto por elección propia (aislamiento) o por el aislamiento ejercido de un grupo social hacia un individuo, esto último puede convertirse en un caso de discriminación o segregación.



*Ilustración 22. La habitación, Daniela Acosta, 2022. Tomado de la revista La silla vacía*

En la obra de Parsons nos invita a habitar en ese cuarto solitario y vacío donde solo cambia la luz y la posición de la sábana, este tipo de soledad, es un aislamiento voluntario por enfermedad. Con la intención de recuperar su salud ella se somete a vivir internada en un hospital, la obra nos lleva a ese lugar donde todo aparenta ser tranquilo e inamovible, sin cambios, pero también donde la inestabilidad y el caos pueden ser internos y lo único que permanece igual y estático son la posición de los muebles.

Por su parte la obra de Ramírez se introdujo como un ejemplo en Estados Unidos de lo que en Europa se había documentado como el arte de los dementes, art brut, arte outsider o arte marginal. Este tipo de arte se produjo principalmente en los años 70, se caracteriza por la creación de artistas bajo condiciones de enfermedad, pobreza, miseria, excluidas de la sociedad, privados de la libertad, etc. Es una expresión donde la creación se da fuera de la cultura normativa del momento, la mayoría de sus artistas son autodidactas, no pertenecen a una academia, no les interesa seguir a las instituciones artísticas.

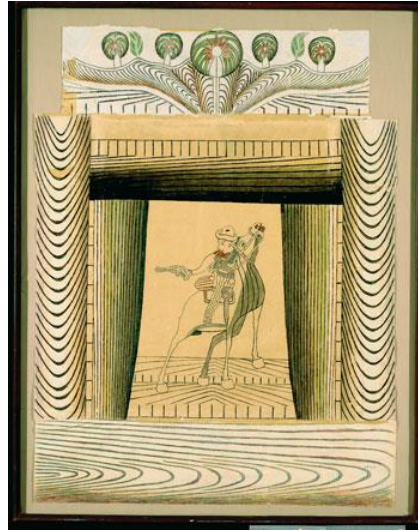
Este artista al caer recluido en una institución psiquiátrica por más de treinta años, dedicó su tiempo a la producción de más de 450 dibujos, vivió en soledad gran parte de su vida en esa

institución, no hablaba, por lo que se creía que era mudo, en realidad era porque no hablaba inglés. Su forma de comunicarse era a través de sus creaciones, de sus dibujos.

Su repetitivo uso de líneas nos hace cuestionarnos por su obsesión por ellas, ¿Dónde están esos lugares que parecen fuera de lo conocido por su uso paradójico de la perspectiva?, ¿Quiénes son los protagonistas de sus obras?

Martín Ramírez descubrió de manera intuitiva que trabajando la línea en sucesivas repeticiones podía levantar las formas del papel y dotarlas de corporeidad. Este sencillo gesto gráfico le permite construir asombrosos espacios donde la transición dentro-fuera se produce sin pedir permiso a la lógica. (García,2011, p.144).

Sus obras tienen un alto contenido de carácter autobiográfico, ellas hablan no solo de su reclusión, de su aislamiento forzado, también hablan de su trabajo como minero, su trabajo como migrante en las vías del tren, de sus orígenes en una ranchería en el rincón de Velásquez, representando las labores que desempeñaban hombres y mujeres, también se observan figuras religiosas como la virgen, iglesias, catrinas, entre otras. Usando su soledad nos da una muestra de partes de su vida, de su cultura, de su forma de verse y entenderse en las situaciones de marginación y reclusión.



*Ilustración 23. Martín Ramírez, sin título (Jinete armado), c. 1954. Crayola y lápiz sobre pedazos de papel. 122 x 91cm. Colección particular. © Patrimonio de Martín Ramírez.*

## **Presión social**

La presión social puede ser ejercida tanto por familiares, amigos, seres cercanos al individuo o también se puede presentar en ámbitos laborales, académicos y sociales y se caracteriza o se conoce por ser una sensación de no alcanzar a llenar o encajar en ciertos estándares ya establecidos o por el contrario al llenar dicho estándar, la presión se ve al tratar de mantenerse en él, exigiendo y demandando demasiado del individuo, cambiando su forma habitual de comportarse e interactuar y influyendo completamente en la persona.

Es común en jóvenes sentir presión ya sea por parte de sus padres, para cumplir las expectativas que tienen sobre sus hijos o en el ámbito escolar y universitario para cumplir las exigencias formativas de la institución. Este tipo de presión puede tener consecuencias negativas en la persona y si no se maneja de manera adecuada se pueden ver alteraciones en la salud física o mental.

Este tipo de presión ya lo estudiamos y analizamos previamente con el ejemplo de la sociedad surcoreana. Allí, no solo el entorno familiar y social ejercen presión, sino también la autoexigencia personal, que se presenta como un rasgo cultural. Al ser un país de primer mundo, buscan mantener su posición y pertenecer a la alta sociedad, conservando un estatus elevado en todos los ámbitos. Este es un ideal al que aspiran tanto como sociedad como a nivel individual.

Natalia Cardona desde su relato y su experiencia misma con depresión y ansiedad que menciona en la revista, ella atribuye sus problemas a dicha presión social que vivió desde muy temprana edad a causa de la autoexigencia y el deseo de llenar las expectativas impuestas de su entorno. En su obra, se muestran siluetas simples, carentes de expresión en tonos grises, como se describe textualmente “es un cambia pieles que de mí se alimenta”.



Ilustración 24. *Honest Thoughts*, Natalia Cardona, 2019. Tomada de la revista *Bacánica*.

En el autorretrato de Leonora Carrington también podría existir un nivel de presión social, pues habla de una vida de la alta sociedad, en la cual no encuentra nada; es vacía, y al tratar de encajar en ella, expresa cómo pierde su libertad, pues la ve a lo lejos de su ventana, mientras ella sigue ahí sentada con su cabello alborotado y su gesto de aburrimiento, deseando salir de esa vida mientras habla con su aspecto más salvaje, representado por la hiena.

### **Disyuntiva social**

Existen obras que fueron creadas bajo condiciones que afectaron contundentemente la realidad del artista y que pueden hacernos cuestionar sobre los temas que tratan y cómo estos buscan crear una reflexión hacia una situación particular.



*Ilustración 25. Depresión, óleo sobre tela, 180 x 140 cm. 1990 Antonio Romolero de la serie identidades sistémicas tomado de <https://www.antonioromolero.com/es/espanol-identidades-sistemicas-dibujo-pintura-y-grabado/>*

La obra de romolero, en particular, genera más interrogantes que respuestas. Con una mirada, en términos generales, podemos cuestionarnos por qué varios de los personajes se

encuentran en el piso, seis de ellos parecen inconscientes. De pie, se encuentra un hombre sosteniendo un niño, una pareja con las manos detrás de su cabeza en una posición vulnerable. En la parte inferior derecha, se encuentra una mujer tocando la cabeza de el único niño de pie. En la parte inferior izquierda, un hombre está arrodillado con su mano sobre una niña en el suelo. El lugar es oscuro y parece ser pequeño para tantas personas.

La posición de las personas de pie nos hace imaginar que ejercen algún tipo de poder o control sobre las personas que yacen en el suelo. Si estas personas están muertas, ¿Por qué murieron? ¿Qué les paso?, ¿Es acaso la escena de un crimen? Si se mira de cerca en el brazo de uno de los niños que están en el suelo, se puede ver una cortada que daría a entender, que en efecto estan muertos y sus agresores son los adultos vivos que están de pie.

Esta obra, en particular, se gestó para hablar del abuso de poder, la explotación y el suicidio infantil, usando el cuerpo para reflejar de manera explicita los acontecimientos que se dieron en esta situación.

### **El Cuerpo-espacio**

Tanto Daniela Acosta en su obra “Sin título” como Martín Ramírez en su obra “Sin título (Hospital)” son artistas que usaron una habitación para representar esa pequeña parte de su vida en la que estuvieron enfrentados a su salud mental de forma directa, en específico ambas habitaciones son de una institución psiquiátrica.

En mi caso, utilicé la habitación en donde vivo y retraté mi depresión desde mi relación con el espacio y cómo vivir en un lugar pequeño y en condiciones indignas me permite hablar de mi propia salud mental. Para ello, exploté el recurso de la metáfora de una caja de fósforos y todo lo que puede haber en ella.

El segundo recurso más utilizado en varios de los artistas fue el autorretrato, esta

estrategia también fue usada en la obra de la artista Daniela Acosta “Derrotada por el sueño” donde ella pone en primer plano su rostro y nos deja ver sus momentos más vulnerables de dolor antes de dormir.

En mi caso, yo recreé mi rostro por medio de una trilogía de máscaras que simbolizan diferentes fases de mi proceso hacia la recuperación, transformación y reconstrucción de mi propia imagen, me permitió hablar de mis inseguridades y las formas distorsionadas de verme a mí misma.

## **Resultados de la entrevista**

En cuanto a la entrevista, trataré de resaltar puntos claves que son importantes tener en cuenta, pues a lo largo de esta investigación se han desarrollado, pero es necesario ponerlos en relación con los datos recolectados de acuerdo a las apreciaciones del profesor Néstor Noreña. Según su experiencia como docente de la Licenciatura en Artes Visuales, él conoce el contexto de primera mano, sobre cómo se viven y tratan algunas de las diversas afecciones psicológicas que presentan los estudiantes de la facultad, sin perder de vista el eje central, que es la depresión en arte y claramente las diferentes situaciones donde se puedan evidenciar ambas ya sea en el entorno educativo, social, familiar, etc. Llegando a aclarar algunas comprensiones sobre la salud mental en la práctica educativa, tanto desde su experiencia personal como docente y desde sus estudios y área de conocimiento.

En un inicio se discutió sobre la depresión como concepto, hay una distinción clara entre la depresión como algo patológico, es decir una enfermedad que se debe tratar y

medicar. Por otro lado, también se encuentra la depresión como un estado psicológico, donde la depresión se vuelve un refugio para entender la realidad en la que vivo:

Ahora, otro lo vemos como un estado psicológico, pero no como una patología. Y como un recurso para afrontar esos miedos que tenemos del futuro no posible. Que hoy estamos enfrentados a un futuro no posible, los jóvenes hoy en día tienen dificultades mayores que las que tuvimos nosotros de jóvenes, entonces todo el panorama se les presenta muy pesimista y no tan optimista. (N. Noreña, comunicación personal, 7 de noviembre de 2023)

En ambos casos la depresión se caracteriza por mantener una visión negativa respecto al futuro y por la dificultad de encontrar un sentido de vida ante no poder ver alternativas.

Esta distinción también nace desde el debate del discurso de la contrapsicología, donde se busca entender diversas afecciones psicológicas como un estado psicológico, mas no como un trastorno, como se es visto, por ejemplo, en el caso de la psicología clínica tradicional, ya que el trastorno marca un orden de patologización.

En segundo lugar, en cuanto al ejercicio artístico bajo esta condición o estado de depresión, se presenta como algo paradójico y contradictorio, pues al momento de no ser capaz de ver posibilidades positivas, se sigue construyendo y creando futuros, así estos futuros sean distópicos, oscuros, lúgubres y pesimistas. Es decir, bajo este estado de depresión, donde no se puede ver con claridad un futuro, se puede encontrar al artista creando futuros ante la imposibilidad de verlos. El acto creativo se vuelve un escape, una fuga. En una habitación sin salida, el artista crea ventanas que permiten ver más opciones hacia otros mundos y realidades dejando fluir la imaginación. El arte moviliza el

pensamiento, se moviliza la cognición para estructurar estas narrativas que ayudan a darle sentido a una realidad que, en un principio, carece de sentido.

Por medio de la creación, se puede salir de ese estado depresivo sin ser consciente de que se está saliendo, pues movilizar el pensamiento también permite salir de esa inmovilidad física y mental que hace que la depresión te mantenga estático.

Digamos que el arte te moviliza y la movilización es un ejercicio de lo cognitivo y la inteligencia, mover el pensamiento, porque el movimiento es el primer nivel de inteligencia que tuvo el ser humano, es el básico entonces cuando estás ahí y el arte te pone a moverte, ¿qué te mueve? Tus estructuras cognitivas a seguir pintando lo negro, oscuro, pero sigues ahí y después te da una pista y después otra y ahí te mantiene y no te suicidas y abres ventanas. (N.

Noreña, comunicación personal, 7 de noviembre de 2023)

En cuanto a la obra de arte como tal, esta me permite hablar, me permite comunicarme, ¿Qué historia me quiere contar la obra? Esa pregunta motivó esta investigación. La obra se comunica conmigo y le permito que me cuestione al tratar de interpretar lo que me quiere decir.

La obra establece un diálogo, hay un ejercicio de conversación, porque la obra empieza a construir. Digamos yo le asigno unos significados a la obra, pero la obra también tiene órdenes simbólicos que tienen mayores significados que los que yo le coloco a ella. No quería decir eso, pero el punto es que puede decir esto también y puede decir eso también. La obra va teniendo como vida propia, no por ella misma sino por los significados que yo le doy, entonces me interpela, la obra me interpela y me moviliza y va encontrando el refugio para expresarme en el mismo estado. (N. Noreña, comunicación personal, 7 de noviembre de 2023)

Y al tratar de interpretar estas obras se encuentran diálogos, ¿Cuál es el diálogo que quiere establecer conmigo? no es necesariamente el diálogo de sufrimiento o de algo negativo, se encuentran diálogos que buscan provocar, incomodar e inquietar, para estimular la creación y para seguir construyendo esa conversación, utilizando el recurso de lo visual.

En la creación de la obra, hay un momento en el cual esta se suelta. Ya no le pertenece solo al artista, no es mía, no es solo del creador. La obra pasa a ser del espectador, de quien la recibe por medio de sus sentidos y esa obra es una versión de un yo, una versión del yo, que ya no soy, porque la dejé ir y es necesario soltar para crear una nueva obra. Si tú no rompes, haces un no yo con esa obra, entonces no podrás ser creativo, tendrás que repetir lo mismo. Tienes que romper con el yo, para poder crear otra. Aunque esas son mías, pero no soy yo, y ese es un ejercicio. Si sigues creando ese no yo, ese no yo, son muchas cosas, es navegar a la deriva en estado de alerta, y eso es lo que salva a alguien. (N. Noreña, comunicación personal, 7 de noviembre de 2023)

No somos una identidad fija, somos varias identidades que se van construyendo “Judith Butler, en la teoría queer de la identidad y como los actos performativos van ayudando a construir una identidad. Entonces tú haces una obra y ahí hay un acto performativo. Yo soy, estoy construyendo, estas son mis intenciones, estas son mis emociones, esta es mi historia, pues ahí está. Pero yo tengo que en un momento decir, si ya no soy ese, si ya soy esta otra obra.” (N. Noreña, comunicación personal, 7 de noviembre de 2023).

En cuanto al entorno universitario, la preocupación por la salud mental de los estudiantes busca focalizar sus esfuerzos en alumnos de primeros semestres frente al

consumo de sustancias psicoactivas, donde jóvenes que no quieren enfrentarse a sus emociones negativas o a su realidad, buscan una solución rápida para sentirse mejor. Esta búsqueda de una felicidad instantánea puede terminar en un consumo que llega a ser muy peligroso, pues se puede caer en una dependencia a estas sustancias, al tratar de encontrar una solución o un bienestar inmediato, se generan nuevos problemas que a largo plazo deterioran gravemente la salud y por supuesto la salud mental al abandonar por completo el cuerpo y dejar de lado cualquier tipo de cuidado personal.

La gente va a buscar ¿Cómo le huyo yo a esto? Me inyecto, consumo. Yo tengo otro: la pintura, la escultura, el dibujo, el arte, la música, esa es una posibilidad, pero la gente se refugió, y la preocupación en la salud mental es que la gente no encuentra posibilidades, no encuentra mundos posibles y entonces se refugian en una falsa felicidad. (N.

Noreña, comunicación personal, 7 de noviembre de 2023)

El discurso de la salud mental, aunque presenta una connotación negativa actualmente por estar ligado a enfermedades, no implica necesariamente estar enfermo mentalmente. Durante la pandemia la OMS y la OPS cambió y reforzó el discurso, con prácticas que invitan al cuidado, al cuidado de sí mismo y de los demás, donde se busca cuestionar y reflexionar sobre las relaciones que tengo con el otro, con mi entorno e incluso sobre mi relación conmigo mismo y con los intereses personales que pueda tener como por ejemplo el arte.

El cuidado de la salud mental del cuidémonos, que había sido también un objeto de estudio de Foucault, con el cuidado de sí. Diseñamos el cuidado de sí, desde la religión: cuídese para que se salve, si usted no se cuida se lo va a llevar el demonio, no se va a ganar el cielo, se va para él mismísimo infierno. (N. Noreña, comunicación personal, 7 de noviembre de 2023)

Lo que queda ante la falta de cuidado propio es el descuido personal, retomando lo anterior. El abandono del cuerpo, donde en la depresión se ve reflejado en el aislamiento, el encierro, el desinterés por las cosas que deberían producir gusto de realizar o que usualmente se solían disfrutar, el descuido y abandono en el trabajo, en el estudio, en las relaciones personales con padres, hijos, amistades, parejas, etc.

Ante este abandono lo favorable es que el artista, tiene la alternativa de seguir creando, a pesar del malestar, la creación impulsa al artista a seguir haciendo cosas, ya sea escribir, pintar, dibujar, bailar. Alguien que no le interese el arte, puede verse con menos opciones para encontrar una salida a su depresión, cayendo en ese estado sin hallar otras posibilidades e incluso decidiendo permanecer ahí.

¿No hay futuro? Pues claro, si no hay futuro, más malestar hay. La ventaja del artista es que encuentra el futuro en el arte. Pero eso sí es una situación preocupante. Y todas las universidades están preocupadas por esa situación. Sobre todo, con los chicos que están llegando, están llegando muy pesimistas. (N. Noreña, comunicación personal, 7 de noviembre de 2023)

Existen casos particulares de estudiantes donde se presentan ataques de pánico en clase, desmayos o convulsiones, son particularidades que por ejemplo en años como el 2019 previo a la pandemia, no eran tan comunes de encontrar. Claramente existían este tipo de vivencias, y personas que eran susceptibles a tener ataques de pánico preferían retirarse del aula.

En cambio, desde el 2022, en nuevas cohortes se presentaban este tipo de situaciones donde el cuerpo se manifiesta de una forma severa ante el estrés, la angustia y todo lo que conlleva enfrentar las exigencias que demandan la vida académica. Esto se puede atribuir al hecho de que fue un proceso de aprendizaje tanto para alumnos y maestros sobre cómo atender

este tipo de necesidades, convirtiendo la facultad en un entorno más seguro al estar preparado frente a la forma de actuar en estas circunstancias.

Es encontrar este escenario seguro para botar todo eso, o sea, el cuerpo se vuelve un síntoma, un síntoma que aquí es el único sitio donde lo pueden soltar, nosotros estamos aprendiendo de eso, estamos aprendiendo, porque eso nunca nos había pasado, y yo llevo toda la vida de docente y nunca había tenido unas vivencias como las que estoy teniendo ahora. (N.

Noreña, comunicación personal, 7 de noviembre de 2023)

## Conclusiones

Este apartado busca establecer las conclusiones a las que pude llegar tras la elaboración de esta monografía.

Durante esta investigación en todo momento y en las tres etapas que planteé desde un inicio para su desarrollo, estuvo presente la perspectiva del sujeto. Lo fenomenológico fue primordial: la experiencia personal y lo situado al cuerpo. Tras analizar esto, pude encontrar de manera inductiva categorías globales para estudiar la depresión en diferentes ámbitos, como el artístico, académico, social, político y cultural.

Construí un lenguaje plástico visual por medio de la creación de la obra, dando cuenta de un proceso de destilación que fue totalmente intencional. Pues teniendo en cuenta que “El arte es siempre aprender de los descubrimientos y experiencias que ya han adquirido otros” (Borgdorff, 2010, p. 8) no solo se aprende en el hacer, se aprende viendo el hacer de otros.

Por otra parte, hablar de la salud mental atiende directamente a hablar de la salud física, existe un pensamiento erróneo generalizado en donde estas dos se encuentran separadas. Aunque a menudo se suele pensar en la depresión como una condición o estado en el que la persona decide voluntariamente estar, la realidad es que, vista como patología, la depresión es como cualquier otra enfermedad que puede manifestarse en cualquier momento, mediante síntomas como el cansancio, la pérdida de interés o gusto por actividades que antes disfrutabas, el agotamiento, la falta o el exceso de sueño entre otros. Estos síntomas que se vieron representados de diversas maneras en las obras a lo largo de todo este recorrido. Esto también puede explicar por qué es el uso recurrente de la imagen del cuerpo mismo para aludir a la depresión, ya sea desde su semiótica (su posición, su gesto, su postura, etc.).

La depresión no se debe ver como algo que se queda solo en los pensamientos y en la mente de la persona o como una elección, la única elección que se puede tomar frente ella es si tratarla o no, decidir intentar salir de ahí o no, reconocerse desde este estado de ánimo implica decidir ejercer mi agenciamiento.

Hablar de salud mental no se reduce a las patologías; va más allá de la condición mental de las personas. El malestar físico es una forma en que el cuerpo responde a la adversidad y al conflicto, sin que necesariamente exista una patología. Lo que realmente define el deterioro de la salud mental es la falta de bienestar frente a estas situaciones. Por ello, mejorar las prácticas de autocuidado de cada individuo puede ser fundamental para promover una mejor salud mental.

El problema de la salud mental no es un problema de enfermedad, la salud mental no hay que mirarlo como una enfermedad, sino como estilos, las condiciones mentales de aquí de los sujetos son de estilos distintos. Claro aquí usted encontrará más que en otras cosas, que los sujetos tienen prácticas psicológicas particulares, pero es porque quieren mirar el mundo, ¿Por qué es que aquí llegan tantos? Porque este es el espacio donde pueden contar las cosas de otra manera, las pueden ver de otra manera que, si se van para otra facultad, otro programa, no pueden. (N. Noreña, comunicación personal, 7 de noviembre de 2023)

Es parte de descapitalizar el pensamiento entender que la depresión no debe ser vista como un problema individual y aislado que afecta solo a unos cuantos individuos simplemente por sus traumas y vivencias personales. Más bien, debe ser entendida como una problemática social donde tras someterse a dinámicas sociales opresoras que rompen el espíritu, cuerpo y mente. La depresión se manifiesta así en el cuerpo como una enfermedad. Dichas dinámicas

sociales, al ser parte de la cotidianidad, generan graves afectaciones a la salud mental, incluso puede llegar a presentarse como ansiedad u otro tipo de afecciones.

No existe una fórmula única para representar la depresión. Aunque esto parece evidente, en el imaginario común hay una creencia de que la depresión solo se puede representar mediante el sufrimiento y el dolor ya sea intencional o no, existen obras donde la depresión puede llegar a presentarse como algo catártico, liberador, esperanzador, pacífico e incluso bello.

En cuanto a mis expectativas personales en esta tesis me hubiera gustado decir que encontré la solución a los problemas expuestos en el planteamiento. Sin embargo, no es la función de un trabajo de grado solucionar los grandes malestares sociales, solo observarlos, estudiarlos y plantear rutas de escape como el arte, pero nunca son soluciones planteadas bajo certezas o verdades absolutas. Esto último también corresponde a un problema de la misma investigación basada en artes debido a su alto grado de ambigüedad como método.

En cuanto a mi labor docente, puedo decir que este proceso investigación ayudó a resignificar mi experiencia, ya que facilitó el entendimiento y la comprensión de mí misma, desde mi sentir y vivencias. Conocerse a uno mismo es fundamental para poder conocer e interactuar de manera efectiva con los demás.

Existen formas de crear e investigar desde el entendimiento propio de los sentires y experiencias. Cada punto de vista subjetivo es un nuevo tipo de saber y conocimiento que merece su lugar no solo de reconocimiento, sino de enunciación, siendo tan válido como cualquier otro. Este tipo de autoconocimiento permite nuevas comprensiones, reflexiones y posicionamientos.

También se resignifica la labor docente en cuanto se entiende la depresión como una condición que despoja al ser humano de su vitalidad e incluso de su humanidad si así se quiere ver. Pues la anhedonia hace que el sujeto que vive con depresión carezca de la capacidad del

placer mismo de disfrutar y permitirse vivir la vida en plenitud. El ejercicio artístico, permitió recuperar en cierta medida todo lo anterior de forma global a través del arte.

Esto da paso a la posible asociación que existe entre el arte y el bienestar. Pues, en lo personal, mediante mi proceso de creación experimenté la alegría, la euforia y emociones positivas, al pensar en compartir mi producción artística para dialogar con otros. Dichas emociones me motivaron a enfocarme en la continuación y la culminación de mi obra dejando por momentos de lado los pesados sentimientos que producen vivir con depresión.

## Referencias:

Agamben, G. (2013). Creacion y Anarquía. La obra en la época de la religión capitalista  
[https://www.solidaridadobrera.org/ateneo\\_nacho/libros/Giorgio%20Agamben%20-](https://www.solidaridadobrera.org/ateneo_nacho/libros/Giorgio%20Agamben%20-%20Creacion%20y%20anarquia.pdf)

[%20Creacion%20y%20anarquia.pdf](https://www.solidaridadobrera.org/ateneo_nacho/libros/Giorgio%20Agamben%20-%20Creacion%20y%20anarquia.pdf)

Ayala, J. (2023). La depresión: Nexos en la creación pictórica, Ayacucho. Perú [Tesis pregrado, Escuela Superior de Formación Artística Pública “Felipe Guamán Poma de Ayala”].

Borgdorff, H. (2010). El debate sobre la investigación en las artes. *Cairon: revista de ciencias de la danza*, (13), 25-46. Recuperado de

<https://pdfs.semanticscholar.org/04a4/86da67d8c12d58fba5498c35d4914b93051c.pdf>

Cardona, A (2019, junio). Expresar lo Inexpresable: Arte y enfermedad mental. Bacánika.  
<https://bacanika.com/articulo/expresar-lo-inexpresable-arte-y-enfermedad-mental>

Castillero, O. (30 de enero de 2018) *La relación entre la creatividad y la depresión ¿Es cierto que las personas más creativas tienen una tendencia a padecer más dolor emocional?*

<https://psicologiaymente.com/clinica/relacion-entre-creatividad-y-depresion>

Espinosa, V. (2018) Martín Ramírez: Arte en los márgenes de la sociedad y la locura. *Alter Nativas, Revista de estudios culturales latinoamericanos, No.8*

<https://alternativas.osu.edu/es/issues/spring-8-2018/visual-culture5/epinosa.html>

Fisher, M. (2013) Depresión y resentimiento de clase. En F. Bruno (Ed.), *Los fantasmas de mi vida: Escritos sobre depresión, hauntología y futuros perdidos* (pp. 257- 283) Caja Negra.

Gallo, A (2022, 24 de mayo) La práctica psicoanalítica en la época del coaching con Jairo Gallo [Video]. YouTube <https://www.youtube.com/watch?v=KWBL9tpOSTo&t=207s>

García, G (2011, abril) *Estudios de la imagen*. Revista Sans Soleil - N°3, 2011/2012, pp. 144 – 152 <http://revista-sanssoleil.com/wp-content/uploads/2011/10/ramirez-graciela.pdf>

- Garzón, D (2022, marzo) *La depresión desde el arte*. La silla Vacía.  
<https://www.lasillavacia.com/historias/silla-nacional/la-depresion-desde-el-arte/>
- Hauser, A. (1951) *Historia social de la literatura y del arte*. Retomado de  
<https://proletarios.org/books/Hauser-Historia-Social-de-la-literatura-y-el-arte.pdf>
- Ha, S. (2023, noviembre 1). Suicidios de Corea del Sur: “Mientras trataba de salvar a otros, mi hermano se quitó la vida”. *BBC*. <https://www.bbc.com/mundo/articles/c4n4846de92o>
- Hernández, Fernando (2008). La investigación basada en las artes. Propuestas para repensar la investigación en educación. *Educatio Siglo XXI*, No. 26, 2008, pp. 85-118.
- Hernández Sampieri, R., Fernández Collado, C. y P. Baptista. (2016). Metodología de investigación, 6ta. edición. México: Editorial Mc Graw Hill, pp. 400- 403.
- Malagón, W. (2018). *La construcción de experiencia artísticas desde el arte visual como mediación entre los sentimientos en personas con trastornos del ánimo (depresión) y el proceso creativo*, Bogotá [Tesis pregrado, Corporación universitaria Minuto de dios].  
<https://repository.uniminuto.edu/items/c27f84ba-5a89-4218-8c4e-8e2c69a21977>
- Maset, J. (2021,5 de mayo). ¿Que artista surrealista fue encerrada y escapo del psiquiátrico de Santander? *La Vanguardia*.  
<https://www.lavanguardia.com/cultura/20210505/7428956/leonora-carrington-max-ernst-santander-morales.html>
- Núñez, A. (2022). La Poesía Ilustrada Alusiva a las Problemáticas de Salud Mental (depresión y ansiedad) de los Jóvenes Afrodescendientes de Buenaventura [Tesis pregrado, Institución Universitaria Antonio José Camacho].  
<https://repositorio.uniajc.edu.co/entities/publication/55aa0101-a3b8-43a4-b692-2eb2b51be606>

Organización mundial de la salud (2022, junio 17). Salud Mental: Fortalecer nuestra respuesta. Recuperado de <https://www.who.int/es/news-room/fact-sheets/detail/mental-health-strengthening-our-response>

Organización Mundial de la Salud (2023, marzo 31). *Depresión*. Recuperado de <https://www.who.int/es/news-room/fact-sheets/detail/depression>

Prieto, O. (2018, octubre 3). *Dexpresionismo: un nuevo movimiento para visibilizar la depresión desde el arte*. Salud a Diario. <https://www.saludadiario.es/pacientes/dexpresionismo-un-nuevo-movimiento-para-visibilizar-la-depresion-a-traves-del-arte/>

Romoleoux, (1987) A Dibujo, pintura y grabado identidades sistémicas (1987) – (1990). <https://www.antonioromoleoux.com/es/espanol-identidades-sistemicas-dibujo-pintura-y-grabado/>

Ruiza, M., Fernández, T. y Tamaro, E. (2004). Biografía de Edvard Munch. En *Biografías y Vidas*. La enciclopedia biográfica en línea. Barcelona (España). Recuperado de <https://www.biografiasyvidas.com/biografia/m/munch.htm>

Sáenz, G. y Guerrero, E. (2024). *Máquinas Epistemológicas 1.0* Re[Tinta]. Publicación digital. Bogotá D.C

Smail, D. (1993). *The Origins of Unhappiness a new understanding of personal distress*. Londres, Karnac.

Villalba Labrador, R. (2015). El relato desde el cuerpo: una práctica creativa para indagar por el maestro y preguntarse por la escuela. *Educación y Ciudad*, (28), 37-48.

<https://doi.org/10.36737/01230425.v.n28.2015.21>