

Prácticas artísticas y calidad de vida en jóvenes universitarios integrantes de grupos artísticos

Autores:

Luz Patricia Díaz Heredia. Enfermera. Dra. en Enfermería. Profesora Asociada Facultad de enfermería.

Departamento de enfermería. Universidad Nacional de Colombia. E-mail: lpdiazh@unal.edu.co

Mónica del Pilar Urrego Méndez. Psicóloga. Especialista en Administración de Empresas y Desarrollo Humano.

Consultora Organizacional y Psicoterapeuta. E-mail: mpurregom@unal.edu.co

Ana María Herrera Becerra. Estudiante de Psicología. Facultad de Ciencias Humanas. Universidad Nacional de Colombia.

E-mail: amherrerab@unal.edu.co

Gloria Alicia Rodríguez Cruz. Licenciada en Educación con énfasis en Administración. Magister en Administración. Profesional Especializada División de Cultura. Dirección de Bienestar Universitario. Universidad Nacional de Colombia.

E-mail: garodriguezcr@unal.edu.co

› Resumen

Introducción. La cultura y sus expresiones artísticas constituyen un componente fundamental en la vida y la formación integral de los seres humanos. La relación entre cultura y educación es bidireccional, pues hace parte de un mismo proceso encaminado a potenciar capacidades personales, generar bienestar y desarrollo humano. Con el fin de reconocer el aporte de la cultura al ámbito universitario, se propuso desarrollar una investigación que tuvo como objetivo identificar la influencia de las prácticas artísticas en la calidad de vida de un grupo de jóvenes universitarios pertenecientes a grupos en los que se aprenden y desarrollan diversas prácticas artísticas. **Material y Método.** Estudio cualitativo con análisis de contenido. **Resultados.** Se reconoció la influencia de las prácticas artísticas en cinco categorías que teóricamente son soportadas por las dimensiones previamente identificadas en la revisión de la literatura del constructo calidad de vida: Bienestar físico “Tomo conciencia de mi cuerpo y sus potencialidades”, Bienestar emocional “Me encanta lo que hago”, Bienestar Social “Mi grupo es mi segunda familia”, Bienestar Material “El arte me abre nuevas posibilidades de ocupación” y Desarrollo personal “El arte transformó mi vida”. **Conclusión.** Como conclusión se señala que existe una influencia positiva en la calidad de vida de los individuos que desarrollan prácticas artísticas, al contribuir de manera importante en el desarrollo y fortalecimiento de las diferentes dimensiones del ser, promoviendo el desarrollo integral, la prevención, promoción de la salud y la sana convivencia.

› **Palabras claves:** Arte; calidad de vida; adulto joven, promoción de la salud (DeCS).

Artistic practices and quality of life in college students members of artistic groups

› Abstract

Background. Culture and its artistic expressions are a fundamental components in the life and the integral development of human beings. The relationship between culture and education is bidirectional, because it is part of the same process aimed at enhancing personal skills, generate well-being and human development. In order to recognize the contribution of culture to the scope of the university, it was proposed to develop a research aimed to identify the influence of artistic practices in the quality of life of a group of university students who belong to groups that learn and develop diverse artistic practices. **Material and method.** The methodology used was a qualitative with content analysis. **Results.** The results allowed us to recognize the influence of artistic practices in five categories that are theoretically supported by the dimensions previously identified in the literature review of the construct life quality: physical well-being “I became aware of my body and its potential”, Emotional well-being “I love what I do”, Social Well-being “My group is my second family”, Material Well-being “art opens new possibilities of occupation” and, Personal Development “art transformed my life”. **Conclusions.** As conclusion, it states that there is a positive influence on the life quality of individuals who develop artistic practices, these practices contribute significantly to the development and strengthening of the different dimensions of being, furthermore, they promote integral development, prevention, health promotion and healthy living.

› **Keywords:** Art; quality of life; young adult; health promotion (DeCS).

› Introducción

Lo artístico y cultural como actividad del ser humano influye en su desarrollo, al evidenciar que tiene consecuencias cognitivas que impactan en la vida de los estudiantes al mejorar el análisis, la reflexión crítica y en general el pensamiento holístico, habilidades y destrezas físicas que permiten sensibilizar los sentidos vitales, pues facilitan la autoconciencia, estimulan la memoria y la imaginación, favoreciendo además de la salud física y la actividad cognitiva. Así mismo, la práctica artística constituye un espacio para explorar la vida interior mediante los lenguajes que ofrece la expresividad en su diversidad, desde las clásicas bellas artes: música, danza, narración oral, teatro, hasta en las formas más tradicionales de la propia cultura como lo es la tradición oral (1).

De igual forma, la práctica artística favorece el desarrollo de habilidades sociales, el trabajo en equipo al promover la capacidad de descubrir, compartir e incorporar experiencias que se constituyen en símbolos colectivos, posibilitando el conocimiento individual y grupal mediante el desarrollo de identidad, autodisciplina, crítica y cohesión social (2).

Algunos autores manifiestan que es importante defender y darle el valor adecuado al impacto del arte en la educación, pues se han comprobado los resultados positivos en el desarrollo de habilidades cognitivas; aumento significativo en el procesamiento visual del aprendizaje, toma de decisiones en equipo para resolver un problema (3,4); por medio del arte el aprendizaje es más sencillo, más disfrutable y se obtienen mejores resultados (5). En educación superior se realizó una investigación sobre rendimiento académico y arte, en la cual encontraron correlación significativa entre el promedio/rendimiento académico de algunas asignaturas e involucramiento y motivación artística (3).

La calidad de vida como concepto principal de este proyecto, se considera multidimensional, y contempla los niveles de: bienestar emocional, relaciones interpersonales, bienestar material, desarrollo personal, bienestar físico, autodeterminación, inclusión social y derechos; que reflejan los valores positivos y las experiencias de vida (6). La Organización Mundial de la Salud (OMS) define la calidad de vida como “la percepción del individuo sobre su posición en la vida dentro del contexto cultural y el sistema de valores en el que vive, y con respecto a sus metas, expectativas, normas y preocupaciones” (7).

La aplicación del concepto en los diferentes escenarios, llevó a determinar la investigación en calidad de vida como imprescindible por su principio organizativo aplicable a la mejora de la sociedad, sujeta a transformaciones culturales, políticas, tecnológicas y económicas (8,9).

Para la OMS, la salud es “un estado de completo bienestar físico, mental y social, y no solo la mera ausencia de enfermedad” (7), considerado como referente importante en este estudio. Adicionalmente, debe considerarse que es “un concepto que engloba un amplio abanico de factores, potenciales intelectuales, sociales, emocionales y físicos característicos del ser humano a lo largo de todas las épocas y culturas” (10).

El arte como lenguaje que teje historias, comunica sentidos para crear, transformar y ayudar a la definición del significado de vivir, mediante el disfrute de lo estético, lo armonioso y lo corporal, hace parte de la cotidianidad del ser humano, contribuyendo a su bienestar. Sin embargo, el reconocimiento de las prácticas artísticas como medio que contribuye a la calidad de vida y al desarrollo integral en los jóvenes universitarios, que complementan su formación académica a través de las mismas, no ha sido abordado en profundidad,

por lo cual, la presente investigación se propuso como objetivo identificar la influencia de las prácticas artísticas en la calidad de vida de un grupo de jóvenes universitarios practicantes de artes diversas. Teniendo en cuenta lo mencionado, la pregunta de investigación que orienta la realización de este estudio fue ¿existe influencia en la calidad de vida de los jóvenes universitarios que desarrollan prácticas artísticas y culturales como parte de su vida universitaria?

› Material y método

El paradigma en el que se inscribe la presente investigación es el interpretativo, este es un estudio cualitativo con análisis de contenido. Se utilizaron como técnicas de recolección de información la entrevista semiestructurada y el grupo focal, contando como informantes los estudiantes universitarios representantes de distintos grupos que desarrollan actividades tales como la danza, la música, el teatro y la narración oral.

Se realizaron 19 entrevistas semiestructuradas que permitieron profundizar en las opiniones, conocimientos, motivaciones y experiencias del sujeto. El procedimiento para la realización de estas implicó el diseño de una guía de preguntas, la convocatoria a los integrantes de los Grupos Artísticos Institucionales (GAI), durante el año 2015.

El grupo focal permitió la recopilación de información asociada a las experiencias de los integrantes de los Grupos, el cual se desarrolló en una sesión de 1 hora y 10 minutos en la que participaron de manera voluntaria otros 19 miembros de estos grupos artísticos. El grupo focal contó con una mediadora que guio la actividad y con dos observadoras que se encargaron de registrar por escrito algunos comentarios relacionados con las dinámicas y el lenguaje verbal y no verbal, quienes hacían parte del equipo de investigación.

Respecto al método de análisis para las entrevistas, se planteó el Análisis Cualitativo de Contenido (11), cuyo procedimiento incluye: Selección del objeto de análisis dentro de un modelo de comunicación: el corpus elegido fue la transcripción de las 19 entrevistas y el grupo focal. A continuación, se definieron las Unidades de Análisis en las transcripciones del corpus: en ellas se enumeraron de forma consecutiva las frases u oraciones de la transcripción, teniendo en cuenta el tipo de información focal sin ninguna modificación. Posteriormente, se establecieron las reglas de análisis y códigos de clasificación para agrupar la información y generar las categorías. Por último, se desarrolló la construcción de las categorías correspondientes a través del análisis y comparación de los códigos que pertenecían a cada categoría. El proceso analítico se continuó con la integración e interpretación final de los hallazgos: en esta última etapa se apoyó en todo el trabajo inductivo previo y en la interpretación para descubrir lazos entre categorías, para comprender lo enunciado por los jóvenes. Finalmente, se devolvió la información a los participantes, quienes confirmaron la interpretación realizada.

Es de anotar que la investigación respondió a las normas éticas establecidas en los códigos nacionales e internacionales, razón por la cual fue sometida al comité de ética de la Facultad de Enfermería de la universidad Nacional de Colombia, que revisó y avaló el desarrollo de la misma, mediante oficio UGI-197-2014 del 1 de octubre de 2014 y se complementó con la firma del consentimiento informado por todos los participantes.

› Resultados

En primera instancia se presenta la caracterización general del grupo de estudiantes que participaron en la investigación ver tabla 1.

TABLA 1. CARACTERIZACIÓN DE LOS 38 PARTICIPANTES DEL ESTUDIO.

Género	Masculino	18
	Femenino	20
Edad	Menor de edad (18 años)	8
	19 a 24 años	21
	Mayor 24 años	9
Estudiante por área	Ciencias básicas	11
	Ciencias de la salud	5
	Ciencias humanas	8
	Ingenierías	6
	Artes	5
	Ciencias políticas y derecho	2
	Ciencias económicas	1
Grupo artístico institucional	Grupo Pop y Rock	4
	Grupo Danza Árabe	3
	Grupo Cantos y Danzas Afrocolombianas	3
	Grupo Gaitas y Tambores	4
	Grupo Salsa y Merengue	4
	Grupo Tuna Femenina	2
	Grupo Zancos y Comparsa	4
	Grupo Tuna Masculina	2
	Chirimía y Conjunto de Marimba	4
	Música Andina	1
	Danza Contemporánea	1
	Grupo de Stomp	1
	Grupo Ensamble Músico-vocal	2
	Narración Oral	2
	Teatro Experimental	1

FIGURA 1. CATEGORÍAS IDENTIFICADAS EN EL ESTUDIO.

"Me encanta lo que hago"	<ul style="list-style-type: none"> • Alegría • Satisfacción • Manejo emocional
"Mi grupo es mi segunda familia"	<ul style="list-style-type: none"> • Red de apoyo • Familiaridad • Construcción colectiva
"Tomo conciencia de mi cuerpo y sus potencialidades"	<ul style="list-style-type: none"> • Transformación de hábitos • Conciencia corporal • Fuerza, flexibilidad, equilibrio, resistencia
"El arte me abre nuevas posibilidades de ocupación"	<ul style="list-style-type: none"> • Becas por distinciones • Conocimientos artísticos como sustento económico • Aprendizaje artístico de calidad a bajo costo
"El arte transformó mi vida"	<ul style="list-style-type: none"> • Crecimiento personal • Formación integral • Aprendizajes para la vida

Como muestra la figura 1, del proceso de análisis desarrollado se establecieron cinco categorías: "Me encanta lo que hago", "mi grupo es mi segunda familia", "tomo conciencia de mi cuerpo y sus potencialidades", "el arte me abre nuevas posibilidades de ocupación" y "el arte transformó mi vida".

La categoría "el arte transformó mi vida", fue la categoría más relevante planteada como resultado positivo de la práctica artística, y en particular al referirse a la capacidad para asumir retos individuales con cierta dificultad, al poner a prueba las propias habilidades para su consecución, y cuya obtención genera altos niveles de satisfacción, en particular cuando se enfrentan a presentaciones ante el público o en competencias. Estos logros constituyen el objetivo y la motivación principal del individuo que destina su mejor esfuerzo y energía para su realización, así como el reconocimiento que otros pueden hacer de sus habilidades.

Algunos testimonios que sustentan estos resultados son:

"Me aportó primero en mi actitud como persona, forjando un carácter, quitándome la pena (vergüenza) con las personas, siendo también más flexible, un poco más amable." (E-5)

"Soy una persona que encontró la disciplina, el orden y el esfuerzo en la danza". "El arte y sus diversas manifestaciones han tenido un papel muy importante en mi vida que se ha dado paralelo a mi proceso de formación académica". (E-1)

"Te cambia la forma de ver el mundo" (E-4)

"El arte se vuelve parte de la vida de uno". (E-16)

La categoría "Me encanta lo que hago", fue la segunda dimensión en la que los participantes de los GAI refirieron haber tenido alguna influencia en su vida, en particular en el manejo emocional

de las situaciones, que se conceptualizó desde la asertividad, como la habilidad para expresar los pensamientos, sentimientos y emociones y elegir cómo reaccionar. Y por otra parte, el autocontrol, que puede estar dado desde un locus de control interno y que corresponde a la capacidad de manejo de las emociones y del estrés. Los participantes se refirieron al manejo de la timidez frente a otras personas gracias a su incursión en las prácticas artísticas, lo cual les permite aumentar su autoconfianza y relacionarse más fácilmente. Este aspecto introduce transformaciones en la dimensión social y de desarrollo personal, dado que les permite desenvolverse en otras esferas de su vida como fue expresado en las siguientes frases:

“Si uno está allá es porque dice ‘amo bailar y esto es lo que me gusta, esto es mío’ y eso me encanta; me encanta que cada vez que voy es algo nuevo, cada clase es diferente, todas las experiencias son muy chéveres.” (E-2)

“A nivel emocional también ha influido bastante, porque nosotras manejamos mucho el promover ciertos valores como la humildad, el liderazgo y, pues, obviamente esto impacta tanto mi vida académica actual como mi vida profesional, esto me hace feliz y realizada.” (E-1)

“Uno extiende sus límites y se da cuenta que es capaz de hacer mucho más, se siente uno feliz y realizado.” (E-19)

“Me ha impactado, he aumentado la confianza en mí mismo al saber que tengo algo para mostrar a las personas. Ya no soy tan tímido ante otras personas como antes.” (GF-P3)

Otra categoría identificada fue “Mi grupo es mi segunda familia”, en particular el aspecto de relaciones interpersonales, que se conceptualizó a través de la existencia de una comunicación asertiva, como expresión directa de los sentimientos. El en-

cuentro de un grupo que soporta y apoya no solo en las actividades propias del arte, sino que se convierte en una familia extendida fundamentada en la amistad. El impacto en las relaciones sociales es importante, por cuanto estas se fundamentan en la integración a un grupo y la pertenencia al mismo, generando sentimientos positivos de confianza en sí mismo y en los demás. Además, se enfatiza en el reconocimiento que sienten por parte del público cuando se presentan en el escenario, el cual se evidencia en los aplausos, la retroalimentación verbal y no verbal, y en el ambiente que se genera en estos espacios. Las expresiones que soportan esta categoría incluyen:

“Lo principal ha sido el construir valores de familia y amistad en el grupo.” (E-11)

“Las prácticas artísticas aportan en la vida profesional de manera impresionante, en la medida en que te permiten relacionarte con las personas que comparten ese mismo gusto, pero también te permiten abrir lazos interpersonales.” (E-8)

“Lo principal ha sido el construir valores de familia y amistad en el grupo. Somos un grupo que es muy unido, trabajamos siempre ayudándonos unos a otros, buscamos aprender y desarrollar habilidades en esta área de la cultura, y además generar lazos de amistad, apoyarnos y eso marcó la universidad para mí porque, simplemente son mi segunda familia.” (GF-P15)

“Los lazos que uno forma tan rápidamente son muy fuertes. El grupo es como un núcleo, una familia chiquita, es delicioso sentirse parte de algo en la universidad.” (GF-P17)

“Independientemente del grupo en el que uno esté, del arte que practique, es el hecho de trabajar en grupo y de pertenecer a una familia, porque los GAI se convierten en eso, son personas que comparten algo y se reúnen en la semana para hacer algo que les gusta, hacerlo bien y acompañarse.” (E-13)

“En presentación, ese aplauso, la alegría del público, su reconocimiento, es eso lo más valioso.” (E-2)

La siguiente categoría identificada en lo enunciado por los jóvenes de los Grupos fue “Tomo conciencia de mi cuerpo y sus potencialidades” en donde el estado de salud fue el más representado en las unidades de análisis clasificadas. Esta dimensión incluye como aspecto principal el funcionamiento físico, considerado como la respuesta adecuada del organismo ante la actividad física diaria, así como el efecto positivo en el estado de salud, y el adecuado desempeño ante las exigencias corporales que demanda la práctica artística, al respecto los jóvenes se expresaron así:

“En la parte física el rendimiento que uno tiene es exigente; entonces, pues he mejorado mucho mi salud también.” (E-9)

“El pertenecer a un Grupo Artístico Institucional te exige disciplina, que lleva a cambios en el tono muscular, cambios en la elasticidad, las articulaciones, el movimiento, la postura, como uno se mueve y se desenvuelve en el espacio.” (E-6)

“Y en general, pues, bailar cualquier estilo es como hacer un deporte también, se trabaja a nivel cardiovascular, aporta mucho; a mí en particular me da equilibrio, un balance entre lo que hago en la academia, lo que hago en ingeniería y pues en este otro mundo más artístico.” (GF-P4)

“Yo fumaba cigarrillo y me di cuenta que mi cuerpo no da para estar fumando e ir a bailar tres horas.” (GF-P10)

A pesar de que el buen estado físico de los integrantes de los GAI se evidencia en las presentaciones artísticas y que los entrevistados reportan haber sentido transformaciones positivas en su condición corporal, esta no es la principal motivación para pertenecer al grupo ni el aspecto que más destacan. Más bien, como muestra el gráfico 2, el bienestar físico es una dimensión que se impacta de forma paralela mientras suceden los cambios más evidentes en el Desarrollo personal.

FIGURA 2. RELACIÓN DE LAS CATEGORÍAS CONSTRUIDAS EN EL ESTUDIO.



En la categoría denominada “El arte me abre nuevas posibilidades de ocupación”, los testimonios dieron cuenta de la posibilidad de obtener ingresos económicos o ahorros importantes mediante el desarrollo de las prácticas artísticas como forma de trabajo, también refirieron que los aprendizajes obtenidos pueden ser aplicados a futuro en el ejercicio profesional, incrementando las posibilidades de adquisición. Algunos enunciados que soportan esta categoría son:

“Las experiencias que he adquirido me han servido para proponer en otros espacios y también en el campo laboral talleres de danza árabe, en mi sitio de práctica y también en otros lugares.” (GF-P1)

“La universidad me ha ayudado brindándome becas por obtener distinciones en diferentes concursos.” (E-4)

“Estuve becado gracias a los reconocimientos obtenidos durante la práctica artística, casi cuatro años durante todos mis estudios de posgrado, lo cual fue una ayuda increíble a nivel económico.” (E-18)

“De aquí a mañana ya se valorará que el arte también puede ser una profesión”, “sí es posible ver el arte como forma de sustento”, “permite nuevas posibilidades de ocupación complementarias a la profesión.” (E-15)

› **Discusión**

En consonancia con el objetivo propuesto de identificar la influencia de las prácticas artísticas en la calidad de vida de un grupo de jóvenes universitarios, y con base en los resultados obtenidos se puede argumentar lo siguiente:

Las prácticas artísticas constituyen un medio, entre otros posibles, a través del cual se impactan de forma positiva las diferentes dimensiones de la Calidad de Vida, teniendo consciencia de que

ésta abarca un espectro amplio en la vida de los estudiantes, que contempla nociones objetivas y subjetivas, referenciando a la calidad de vida como concepto multidimensional determinado por factores personales y ambientales (9). Los resultados obtenidos también permiten señalar la correspondencia y los puntos de confluencia que han sido descritos en la literatura como dimensiones constitutivas del constructo Calidad de Vida (12), encontrando que éstas se interrelacionan íntimamente y se afectan mutuamente. Se reconoce que la práctica artística aporta a la vida y al crecimiento interior de los jóvenes, al ser una experiencia positiva que contribuye a la percepción de una vida mejor y más plena (13).

Las formas en las que se evidenció el aporte de las prácticas artísticas y culturales a la calidad de vida, se reflejan en el desarrollo integral, en aspectos emocionales, de personalidad y de crecimiento individual y grupal, en especial a través de las habilidades que se logran consolidar como artista y como ser humano. El saber cómo desempeñarse, solventar los momentos críticos, el confiar en las propias capacidades y el ser capaz de afrontar no solo las presentaciones en público, sino todos los requerimientos y situaciones en las que se ve inmerso durante la vida tanto personal como académica, aportan de manera contundente a la seguridad, confianza y apropiación de un auto-concepto más sólido. De esta manera, se corrobora lo referenciado por la literatura cuando se menciona que el realizar actividades artísticas facilita el fortalecimiento de las habilidades para afrontar los retos no solo a nivel personal, sino también los relacionados con el desempeño académico (1).

Al adquirir estrategias de afrontamiento la persona logra vencer el miedo a la exposición ante un público y a la crítica, se pueden desarrollar fortalezas que contribuyen al establecimiento de re-

laciones interpersonales, mediadas por el trabajo conjunto y los compromisos grupales, pues en la mayoría de los casos las actividades artísticas implican el trabajo compartido y la corresponsabilidad de la puesta en escena. Esto ratifica que el arte fomenta el fortalecimiento de capacidades y actitudes que favorecen el trabajo en equipo, el diálogo y el intercambio de ideas (14).

Por otra parte, se evidenció que el desarrollo integral también involucra al cuerpo, pues el ámbito físico se ve fortalecido cuando la persona reconoce capacidades mayores de las que creía poseer (15). Es por esto que se considera el arte como un medio que le permite al individuo identificarse, encontrarse consigo mismo y conocer su cuerpo (1). Se encontró que la capacidad física mejora la condición de salud y les ofrece seguridad y cambios de hábitos poco saludables como el sedentarismo y el consumo de cigarrillo, entre otros.

Como contenido latente también se encontró que los participantes han buscado estos espacios como mecanismo para salir de la rutina cotidiana, eligiendo permanecer en ellos por el disfrute que les producen las prácticas artísticas, desde la autorrealización, la satisfacción personal y las relaciones con otros, sintiendo el arte como una expresión de sí mismo, y como forma de sublimación emocional. Lo anterior, evidencia las funciones del arte, las cuales son un medio para la transmisión de sensaciones, comunicación e identificación con el otro, estrategia terapéutica que favorece la reflexión sobre la realidad (14).

Teniendo en cuenta la experiencia narrada por los participantes, las prácticas artísticas se convierten en un anclaje adicional que liga al estudiante con la universidad, proporcionándole un sentido de pertenencia más fuerte con esta, ya que le brinda oportunidades para su desarrollo integral, tanto a nivel intelectual, personal y profesional (15). Lo an-

terior se ratifica con lo señalado en la afirmación “se requieren profesionales enriquecidos desde el campo artístico en su sensibilidad, para que a través de sus propios imaginarios, sean creativos en sus contextos y den sentido de humanidad a su ejercicio profesional” (16), de allí la importancia del papel del arte en la educación superior y por tanto en la formación de futuros profesionales (17).

Los resultados obtenidos y su respectivo análisis han permitido el avance en la comprensión y conocimiento de la realidad de los estudiantes que desarrollan prácticas artísticas como parte de su cotidianidad, al percibir el espacio de los grupos como una oportunidad de cambio en la que es posible desarrollarse como persona y adquirir herramientas y valores importantes para la vida, pues ésta se comienza a ver a través de los ojos de un artista, con creatividad y asombro en medio de lo cotidiano. Lo anterior se articula con la evidencia teórica que ubica al arte como un medio importante en el fortalecimiento del pensamiento contemplativo que favorece el desarrollo imaginativo, creativo, compromiso, responsabilidad, cuidado y comprensión de la vida (1).

Para las disciplinas interesadas en promover la salud y la calidad de vida, los hallazgos aquí presentados aportan elementos fundamentales para alcanzar el anhelado desarrollo integral y aporte a la calidad de vida en los estudiantes universitarios (18). Si se busca promover el desarrollo de actividades artísticas integradas a la academia o a los ámbitos de cuidado el impacto puede ser importante (19). A enfermería, en el ámbito de la salud estudiantil, le brinda elementos concretos, el uso del arte para promover la salud y alcanzar niveles mayores de bienestar que constituyen el eje de una vida plena. Ésta al ser una disciplina profesional con compromiso social, está llamada

a utilizar un variado tipo de recursos para alcanzar la salud y el bienestar, entre estos la práctica del arte y la expresión artística (22). Al ser partícipes y promotores de actividades artísticas dentro de los campus universitarios, se ratifica la importancia del Arte como estrategia de promoción de la salud y prevención de la enfermedad, como se ha descrito en los contextos escolares (20,21).

Los resultados de la investigación, posicionan la práctica artística como expresión cultural en un lugar trascendental en la formación integral de las personas (23), al permitir el fortalecimiento de las diferentes dimensiones de calidad de vida, lo cual está articulado con los objetivos misionales tanto de la universidad, como de la Educación.

Se puede señalar como conclusión que sí existe un efecto positivo de las prácticas artísticas en la calidad de vida de los jóvenes universitarios, que las desarrollan como complemento a su formación profesional. Se plantea la práctica artística como un medio para generar y movilizar procesos, en la medida en que la persona aprende y se enriquece en el trabajo personal y grupal, construyendo y fortaleciendo redes de apoyo (24).

El practicar actividades artísticas y culturales ha permitido el reconocimiento de la multi-dimensionalidad de las cosas, notando que la universidad trasciende de ser un espacio de formación académica, en el que las personas se forman no solo para desempeñar una profesión, sino para lograr un desarrollo integral (25).

En cuanto a las limitaciones del estudio, se puede considerar que la transferencia de los resultados obtenidos solamente es aplicable a grupos de estudiantes que desarrollan prácticas artísticas como parte de sus experiencias de formación dentro de la universidad, sin embargo, es necesario promover que todo estudiante reconozca los inte-

reses, motivaciones y actividades que le permiten crecer y transitar de manera positiva durante su formación universitaria.

Para futuras indagaciones sería importante continuar el seguimiento a la relación entre las prácticas artísticas y la calidad de vida durante toda la trayectoria universitaria de los estudiantes que practican estas formas de expresión. Se recomienda continuar reconociendo otros aspectos relevantes para la formación universitaria como la práctica del arte y su efecto en el estrés académico, en la generación de un sentido de pertenencia con las instituciones, y como factor protector durante la trayectoria académica.

Referencias bibliográficas

1. Ministerio de Educación Nacional de Colombia (MINEDUCACIÓN). Serie lineamientos Curriculares: Educación Artística. [Internet]. MINE-DUCACIÓN; 2014 [Acceso 19 mar 2016]. Disponible en http://www.mineducacion.gov.co/1759/articles-339975_recurso_4.pdf
2. Watanabe A, Yasuko B. La Calidad de Vida: Eje del bienestar y el desarrollo sostenible. Hologramática, 2011; 15(1): 3-34.
3. Ferreyra DA, Oropeza R, Ávalos ML. Relación entre la práctica de las artes y el rendimiento académico en estudiantes universitarios. Sinéctica. 2015 (ene-jun); 44: 1-14.
4. Moorefield-Lang H. Arts voices: Middle school students and the relationships of the arts to their motivation and self-efficacy. Qual Rep. 2010; 15(1): 1-17.
5. Gutiérrez V. La Educación Artística en Obra Negra. El Economista [Internet]. 2010/06/24; Arte e Ideas: Recuperado [19 de junio 2015] Disponible en: [BENESSERE - Revista de Enfermería -](http://eleconomista.com.mx/entretenimien-

</div>
<div data-bbox=)

to/2010/06/24/educacion-artistica-obra-negra.

6. Schalock RL, Brown I, Brown R, Cummins RA, Felce D, Matikka L, et al. Conceptualization, Measurement, and Application of Quality of Life for Persons with Intellectual Disabilities: Report of an International Panel of Experts. *Ment Retard.* 2002 (dic); 40(6), 457-70.

7. Organización Mundial de la Salud (OMS). Preguntas más frecuentes: ¿Cómo define la OMS la salud? [Internet]. OMS; [Actualizado jun 2016; acceso 23 sep 2015]. Disponible en: <http://www.who.int/suggestions/faq/es/>

8. Gómez-Vela M, Sabeh E. Calidad de vida. Evolución del concepto y su influencia en la investigación y la práctica. [Internet]. Instituto Universitario de Integración en la Comunidad, Facultad de Psicología, Universidad de Salamanca; 2008 [acceso 27 abr 2015] Disponible en: <http://campus.usal.es/~inico/investigacion/invesinico/calidad.htm>

9. Verdugo MA. Cómo mejorar la calidad de vida de las personas con discapacidad: instrumentos y estrategias de evaluación. 2da ed. Salamanca (España): Amarú Ediciones; 2006. 494 p.

10. Calderón C, Gustems J. Arte y Bienestar. Investigación Aplicada. Barcelona (España): Universidad de Barcelona Publicaciones y Ediciones; 2014. 150 p.

11. Cáceres P. Análisis cualitativo de contenido: una alternativa metodológica alcanzable. *Psicoperspectivas.* 2003; II: 53-82.

12. Urzúa A, Caqueo-Úrizar A. Calidad de vida: Una revisión teórica del concepto. *Ter psicol.* 2012; 30(1): 61-71.

13. Parres RE, Flores RC. Experiencia educativa en arte visual diseñada bajo un modelo de autorregulación del aprendizaje con estudiantes universitarios. *Revista mexicana de investigación*

educativa, 2011; 16(49): 597-624.

14. García C. ¿Qué puede aportar el arte a la educación? El arte como estrategia para una educación inclusiva. *Arte y Sociedad Revista de Investigación* [Internet]. 2012. [acceso 27 abr 2015]; Disponible en: asri.eumed.net/1/cgm.html

15. Albarracín JG. El rol de las prácticas artísticas inmersas en los procesos de formación motriz en la Facultad de Cultura Física Deporte y Recreación. *Revista de Investigación: Cuerpo, Cultura y Movimiento.* 2014; 4(2):129-40.

16. Fandiño JM. El arte y la educación superior. *Educación y Educadores.* 2004; (7): 229-35.

17. Angulo B, González LH, Santamaría C, Sarmiento P. Formación integral de los estudiantes: Percepción de los profesores de la Facultad de Salud de la Universidad del Valle. *Colomb Med.* 2007; 38 (Supl 2): 15-26.

18. Wald G. Promoción de la salud a través del arte: estudio de caso de un taller de fotografía en "Ciudad Oculta", la villa N° 15 de la Ciudad de Buenos Aires. *Salud colectiva.* 2009; 5(3): 345-62

19. MacLeod A, Skinner MW, Wilkinson F, Reid H. Connecting socially isolated older rural adults with older volunteers through expressive arts. *Can J Aging.* 2016 (mar); 35(1): 14-27.

20. Ríos-Cortázar V, Gasca-García A, Franco-Martínez M, Tolentino-Mayo L. Narrativa infantil en entornos escolares: Una estrategia de promoción de la salud. *Salud pública Méx* [Internet]. 2014 [acceso 9 abr 2016]; 56(Suppl 2): s130-s8. Disponible en: http://www.scielosp.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0036-36342014000800006&lng=en.

21. Hensel D, Bradburn TC, Kelly A, Manahan H, Metzinger F, et al. Student impressions of an art therapy class. *J Holist Nurs.* 2012; 30(4):264-9.

22. Gómez J. Aplicación e integración del arte como terapia en los cuidados enfermeros. *Reduca* (Enfermería, Fisioterapia y Podología). 2009; 1(2): 442-50.
23. Alcaldía Mayor de Bogotá, Secretaria de Educación del Distrito de Bogotá. Orientaciones para el área de Educación Artística. Currículo para la excelencia académica y la formación integral. Bogotá (Colombia), 2014.
24. Mundet A, Beltrán AM, Moreno A. Arte como herramienta social y educativa. *Revista Complutense de Educación*. 2015; 26(2): 315-29.
25. Mora JM. Educación artística para la formación integral. Complementariedad entre cultura visual e identidad juvenil. *Estud pedagóg*. 2012; 38(2): 321-35.