

# La OMS recomienda incluir el Arte y la Cultura en los Sistemas Sanitarios

De acuerdo con Cereceda Rafael (2020), el arte y la cultura benefician seriamente la salud mental y física. Muchas personas dedican parte de su tiempo a actividades artísticas para matar el aburrimiento, la ansiedad, o simplemente para expresar sentimientos.

Es de conocimiento popular que escuchar música ayuda a controlar el nivel de glucosa en la sangre, mejora el sistema inmunitario y la gestión del estrés; bailar proporciona beneficios en todo el cuerpo y la mente y la pintura o la escultura ayudan en los estados depresivos.

La Organización Mundial de la Salud ha realizado un estudio a gran escala sobre los lazos entre el arte y la salud y el bienestar y llama a los gobiernos y autoridades a aplicar políticas que mejoren la colaboración entre los sectores sanitario y artístico.

"Los ejemplos citados en este innovador informe de la OMS muestran las maneras en que las artes pueden abordar problemas de salud insidiosos o complejos como la diabetes, la obesidad y la mala salud mental. Consideran la salud y el bienestar en un contexto social y comunitario más amplio, y ofrecen soluciones que hasta ahora la práctica médica común no ha podido abordar con eficacia", explica la doctora Östlin.

Los autores del informe concluyen que se han encontrado pruebas sobre una amplia variedad de enfoques y metodologías sobre el valor de las artes para contribuir a los determinantes básicos de la salud; ayudar a prevenir la aparición de enfermedades mentales y el deterioro físico relacionado con la edad; apoyar el tratamiento o la gestión de las enfermedades mentales, las enfermedades no transmisibles y los trastornos neurológicos; y ayudar en la atención de enfermedades agudas y al final de la vida.

La OMS llama a las autoridades y gobiernos de los países a la exploración del arte como apoyo para la salud y a dar un impulso a estas prácticas; y a todos los miembros de la OMS les pide considerar el desarrollo de estrategias y políticas a largo plazo que mejoren la

# La OMS recomienda incluir el Arte y la Cultura en los Sistemas Sanitarios

colaboración entre el arte y el sector de la salud que “hagan realidad las posibilidades que ofrecen las artes para mejorar la salud en el mundo”, lo cual sería un beneficio mutuo de las artes y de la asistencia sanitaria y social a escala internacional.

## Referencia:

Cereceda Rafael (2020). La OMS recomienda por primera vez incluir el arte y la cultura en los sistemas sanitarios. Recuperado de:

<https://es.euronews.com/2019/11/11/las-autoridades-sanitarias-advierten-que-el-arte-beneficia-seriamente-su-salud>