



Para citar este trabajo: Cernuda Lago, A. (2024). Problemáticas adictivas en Europa y métodos innovadores no farmacológicos de tratamiento de las adicciones a través de la danza y el psicoballet. Ejemplo de las vinculaciones arte y salud como innovación pionera. *HIDDEN arts*, 6, 34-37. <https://doi.org/10.5281/zenodo.10676367>

## PROBLEMÁTICAS ADICTIVAS EN EUROPA Y MÉTODOS INNOVADORES NO FARMACOLÓGICOS DE TRATAMIENTO DE LAS ADICCIONES A TRAVÉS DE LA DANZA Y EL PSICOBALLET. EJEMPLO DE LAS VINCULACIONES ARTE Y SALUD COMO INNOVACIÓN PIONERA

Treatment

Addictive problems in Europe and innovative non-pharmacological methods of addiction treatment through dance and psychoballet. Example of the links between art and health as a pioneering innovation.

Doctor en Psicología. AMADOR CERNUDA LAGO  
Profesor Titular de la Universidad Rey Juan Carlos. España  
[amador.cernuda@urjc.es](mailto:amador.cernuda@urjc.es)  
<https://orcid.org/0000-0002-5993-4647>

### PALABRAS CLAVE

Psicoballet;  
Danza;  
Drogodependencias;  
Arte;  
Salud.

### RESUMEN

En noviembre de 2019, la Organización Mundial de la Salud (OMS) publicó un informe sobre los beneficios del arte en la salud y el bienestar. A partir de ese momento la Oficina Regional para Europa de la Organización Mundial de la Salud recomienda incluir el arte y la cultura en la atención sanitaria. La Organización Mundial de la Salud por primera vez ha realizado un estudio a gran escala sobre los lazos entre el arte y la salud y el bienestar y, por primera vez, llama a los Gobiernos y autoridades a aplicar políticas que mejoren la colaboración entre los sectores sanitario y artístico. Estas actividades que en el Instituto Universitario Alicia Alonso de la Universidad Rey Juan Carlos, venimos desarrollando desde hace tres décadas pioneramente en España, proceden de Cuba, donde las artes ocupan un papel primordial en el Sistema sanitario, siendo utilizadas en Atención Primaria, con el impacto social derivado de la implantación en 1973 del Psicoballet, y la danza como método de intervención terapéutica.

### KEYWORDS

Psicoballet;  
Dance;  
Drug addictions;  
Art;  
Health.

### ABSTRACT

In November 2019, the World Health Organization (WHO) published a report on the benefits of art on health and well-being. From that moment on, the Regional Office for Europe of the World Health Organization recommends including art and culture in health care. The World Health Organization, which for the first time has conducted a large-scale study on the links between art and health and well-being, and for the first time calls on governments and authorities to implement policies that improve collaboration between the health and arts sectors. These activities that we at the Alicia Alonso University Institute of the University Rey Juan Carlos, have been developing for three decades pioneringly in Spain, come from Cuba, where the arts play a key role in the health system, being used in Primary Care, with the social impact derived from the implementation in 1973 of the Psychoballet, and dance as a method of therapeutic intervention.

# *Problemáticas adictivas en Europa y métodos innovadores no farmacológicos de tratamiento de las adicciones a través de la danza y el psicoballet. Ejemplo de las vinculaciones arte y salud como innovación pionera*

**Amador Cernuda Lago**

Existe una necesidad importante de innovación en los procedimientos terapéuticos, y necesitamos especialistas que lideren nuevos proyectos emprendedores y de innovación que contribuyan con una alta repercusión y beneficio hacia la sociedad en el ámbito de la prevención e intervención en adicciones.

Las adicciones es un fenómeno que afecta a todos los países, a todas las clases sociales, es un problema en expansión y en intensidad, y a parte de los preocupantes problemas que conllevan, la desintegración familiar, los problemas sociales de seguridad, los costes socioeconómicos que conllevan a cualquier país, y los problemas legales y de criminalidad y delincuencia asociados, es un problema que se complejiza ya que cada vez somos testigos de nuevas adicciones no químicas, además de las químicas que evolucionan a alta velocidad, de otras numerosas adicciones que nos han traído los adelantos tecnológicos, que mal planteados y no dándoles el uso adecuado también inciden en el fenómeno y llegan a afectar la salud mental.

Paralelamente, es importante considerar como incluso, la propia evolución de los tratamientos y las terapias, se ha convertido en un laberinto en muchos casos restringido a privilegiados. Existen sistemas que solo son asequibles a personas con un enorme potencial económico. En este problema, no ajeno a ningún estamento social, hay adictos que podríamos considerar de lujo y adictos desheredados del mundo. Los primeros tienen muchas posibilidades y los mejores avances a su disposición.

Existen en la actualidad Centros de Desintoxicación Exclusivos que no se limitan a ser centros de lujo a donde acudir para dejar de beber o dejar la cocaína. Estas clínicas que son un negocio especializado de la atención terapéutica de alto standing para resolver las adicciones son lo que en inglés se les denomina 'Top Luxury Rehab'. Las clínicas VIP para el tratamiento de adicciones surgieron a principios de los 2000, cuando apareció la necesidad de cubrir un espacio que estaba por ocupar. ¿Qué ocurría cuando el adicto pertenecía a una familia real o aun sultanato árabe? ¿O eran los ejecutivos de grandes multinacionales? ¿Y si el paciente es un multimillonario, o un mafioso muy poderoso? No hablamos del típico bróker neoyorkino de Wall Street. ¿Qué tratamiento ofreces a alguien que toma decisiones millonarias en minutos o tiene miles de empleados bajo su responsabilidad? El negocio en la medicina no nos es ajeno y algunos líderes del marketing de la salud entendieron que era imposible encajar a estas personas en centros de desintoxicación convencionales.

El fenómeno que supuso a finales de los años 90 la entrada en rehabilitación de personajes mundialmente conocidos del mundo del espectáculo, de Hollywood, de las estrellas de la música, dejaron su firma en centros de desintoxicación de lujo en aquellas fechas. Esto supuso acaparar el centro de atención del mundo entero y también el de la prensa sensacionalista.

Para ilustrar y comprender el negocio de la desintoxicación voy a presentar los centros de desintoxicación privados en función de su precio, de su exclusividad, de la calidad asistencial y por supuesto, del nivel de su atención residencial.

- Centro de Desintoxicación Privados (de 2.000 a 7.000 euros por mes).
- Centro de Desintoxicación de Lujo (entre 50.000 y 120.000 euros por mes).
- Centros Desintoxicación Exclusivos (entre 290.000 € y 350.000 € al mes).

Estos centros gozan de gran privacidad y confidencialidad con la que se administra el tratamiento. Las instalaciones son de altísimo nivel residencial que ponen a disposición del paciente, así como las terapias avanzadas de última generación y los profesionales de alta cualificación que las imparten.

Todo esto, determina una atención a la que se asigna un carácter de excelencia. De este modo los centros de desintoxicación exclusivos se convierten en los recursos de más alto nivel que existen para resolver el alcoholismo, la drogadicción y, en general, de la atención a la salud mental.

#### Personalizado (one client at a time)

La principal característica de estos centros exclusivos de lujo es la atención individual absolutamente personalizada que ofrecen al cliente. El tratamiento se ofrece únicamente a un paciente cada vez (one client at a time). A diferencia de la mayoría de centros de rehabilitación, la recuperación no se lleva a cabo junto a otras personas. No hay terapia de grupo. Los terapeutas estarán exclusivamente a disposición del cliente las 24 horas del día, 7 días a la semana, durante toda la estancia. También se contempla la posibilidad de que el adicto desee ser acompañado durante el tratamiento por su propio séquito, sus familiares o determinados seres queridos o compañías de trato preferencial sino son casos de adicción al sexo. Dependiendo de el centro escogido, existen algunos donde los pacientes disponen de chófer, personal de servicio, un chef gourmet y limusina por si hay que desplazarse. Las clínicas de lujo más exclusivas incluyen la posibilidad de enviar un jet privado a cualquier parte del mundo para desplazar al cliente a las instalaciones en donde se llevará a cabo el tratamiento. Aunque estos centros se encuentran principalmente ubicados en Suiza, concretamente en la ciudad de Zúrich y sus alrededores. Algunos de estas clínicas también ofrecen sus servicios en Londres, pero básicamente, su centro de operaciones se encuentra en Suiza. Más concretamente en Zollikon, Küsnacht, Zumikon, o Rüschiikon, lugares adyacentes a la ciudad de Zúrich. De todos modos, también podemos encontrar centros exclusivos para desintoxicación de adicciones, en Marbella (España), Kildare (Irlanda), o incluso en Bali, en Tailandia o en las islas Barbados. En las clínicas de desintoxicación privadas de élite también utilizan un amplio abanico de terapias alternativas con validación experimental o no. Estas van desde el Yoga, la acupuntura o el mindfulness, hasta la reflexología, el Reiki, la arteterapia y la equinoterapia.

También ofrecen diferentes modalidades como la desintoxicación exprés exclusiva para ejecutivos de 7 días de duración, a un precio de 90.000 euros. Una especie de tratamiento exprés destinado específicamente a este perfil de pacientes. De forma adicional existe la posibilidad de ser atendido en sesión individual de psicoterapia (una hora de duración) a razón de 450 euros.

Y también puede completar un tratamiento exclusivamente online de un mes de duración por valor de 45.000 euros. Sin dar más detalles, creo que no es necesario concretar el polvorín sobre el que se mueve este negocio "sanitario".

Según datos recogidos en el Observatorio Español de Drogas y las Adicciones, ([https://pnsd.sanidad.gob.es/profesionales/publicaciones/catalogo/catalogoPNSD/publicaciones/pdf/2021\\_Monografia\\_Alcohol\\_consumos\\_y\\_consecuencias.pdf](https://pnsd.sanidad.gob.es/profesionales/publicaciones/catalogo/catalogoPNSD/publicaciones/pdf/2021_Monografia_Alcohol_consumos_y_consecuencias.pdf)) en España el 5,2% de la población de entre 15 y 64 años presenta un patrón de consumo de riesgo de alcohol, especialmente en el caso de los hombres, con un 6,7% frente al 3,7% de las mujeres. Este porcentaje asciende hasta el 18,6% para señalar a las personas que presentan un consumo por encima del nivel considerado de bajo riesgo, es decir, de hasta 10 gr/día en mujeres y 20 gr/día en hombres.

La cocaína, por su parte, es la segunda droga más consumida en España y ha aumentado su incidencia de forma alarmante: según recoge el Observatorio Proyecto Hombre, en ocho años ha pasado de ser la adicción fundamental para el 27% de los usuarios de la ONG a condicionar la vida del 39%, una tendencia que se aceleró en 2020, durante la pandemia.

No obstante en la actualidad tenemos un repertorio de adicciones de lo más amplio y en continua evolución: la adicción al alcohol y a la cocaína, se ven aumentadas por la adicción al trabajo, la adicción al sexo, (comportamiento sexual compulsivo' o 'hipersexualidad, a la ninfomanía en mujeres y al satiriasis en los hombres, al Chemsex, a la pornografía, a la prostitución, la masturbación compulsiva, a la zoofilia, cibersexo), la adicción a las tecnologías, la adicción al móvil, adicción a las benzodiacepinas, adicción al tabaco, adicción a las redes sociales, Tik-Tok, Instagram, adicción a opiáceos, adicción a las series, a los videojuegos y consolas y al Fortnite, adicciones financieras, a los bitcoins, los ethereums o los altcoins. Las criptomonedas, o el dinero digital, a los esteroides y la imagen corporal, a la Ayahuasca, las drogas psicodélicas, la marihuana, el alcohol, el juego, las apuestas, a los opiáceos, al peligroso Fentalino y la Xilacina, al MDMA, a las nuevas drogas psicoactivas NPD, Nuevos Psicodélicos. Este tipo de drogas imitan los efectos del LSD o los hongos de psilocibina ('setas mágicas'), la cocaína rosa, el 2C-B, 25I-NBOMe, Alfa-PVP y Metanfetamina: drogas sintéticas en alza....., el catálogo de posibilidades crece incesantemente.

Hace años que pusimos en marcha, tanto en España como en Cuba la utilización del psicoballet creado por Alicia Alonso, directora del Ballet Nacional de Cuba, el Dr. Eduardo Bernabé Ordaz, director del Hospital Psiquiátrico de la Habana y la prestigiosa psicóloga cubana, Georgina Fariñas experiencias con validación experimental del psicoballet en el tratamiento coadyuvante con adictos al alcohol y las drogas.

En el Instituto Universitario Alicia Alonso de la Universidad Rey Juan Carlos, generamos un sistema paralelo de psicoballet reforzado con flamenco, de mucha utilidad al extraer los beneficios que aporta la expresividad emocional y catártica de esta danza reconocida por la Unesco como patrimonio de la humanidad. Con el nombramiento del autor de este artículo como miembro de Honor de la prestigiosa Cátedra de Prevención y tratamiento de drogodependencias de la Universidad de Ciencias Médicas de Guantánamo, se puso en marcha la utilización del psicoballet en la rehabilitación de drogodependientes en Cuba, con un gran éxito en la evolución y resultados, adherencia al tratamiento y evolución, posteriormente se hicieron experiencias con el sistema de psicoballet reforzado con el flamenco, y con danzas locales como el Changüí, El changüí es una música de origen rural o montuna. Surgió, al igual que el son, en la zona oriental de la isla de Cuba, más específicamente en los municipios cercanos a la ciudad de Guantánamo. El changüí se deriva del Nengón y su nacimiento, a fines del siglo XIX, está vinculado a figuras como el tresero Nené Manfugás.

La formación musical del changüí se compone de marímula, bongó, tres y Güiro o maracas, así como de uno o más cantantes. El ritmo carece de "clave de son" aunque su presencia puede sentirse en el patrón rítmico del tres. El changüí, el son habanero y el sucu-sucu se desarrollaron, con las peculiaridades propias de su región de origen, entre 1915 y 1935. El son, también originario de oriente, se convertiría en una influencia musical determinante en toda la cuenca del Caribe hispano y en algunas ciudades de los EE. UU. con importantes minorías hispanoparlantes

Su influencia llegó a sentirse incluso en el Caribe continental, como en el caso del "porro colombiano". Elio Revé llevó el ritmo del changüí a La Habana, en 1955. Más adelante, Revé evolucionó a una nueva forma de hacer música que denominó changüi-son. De este modo, se realizaron experiencias clínicas y se fomentó la recuperación y utilización del patrimonio cultural y artístico cubano unificándolo al psicoballet, única arteterapia reconocida por una institución transnacional de la entidad de la UNESCO, que reconoció a Cuba como portadora en el ámbito sanitario de la actividad artística, tal como en estos momentos recomienda la Organización Mundial de La Salud a todos los países miembros. En noviembre de 2019, la Organización Mundial de la Salud (OMS) publicó un informe sobre los beneficios del arte en la salud y el bienestar. A partir de ese momento la Oficina Regional para Europa de la Organización Mundial de la Salud recomienda incluir el arte y la cultura en la atención sanitaria. El estudio analiza las evidencias proporcionadas por más de 900 publicaciones, constituyendo la evaluación más exhaustiva hasta el momento sobre la relación entre la salud y el arte. Así lo confirmó en la presentación del informe, la directora regional de la OMS para Europa, Piroška Östlin, al afirmar que "llevar el arte a la vida de la gente mediante actividades como bailar, cantar, ir a museos y conciertos ofrece un factor adicional sobre cómo podemos mejorar la salud física y mental". Östlin calificó este informe de innovador afirmando que las artes pueden ofrecer soluciones que hasta ahora la práctica médica común no ha podido abordar con eficacia, y se hace una llamada a los gobiernos a establecer protocolos de actuación que favorezcan la relación entre el sistema sanitario y el entorno artístico.

La Organización Mundial de la Salud que por primera vez ha realizado un estudio a gran escala sobre los lazos entre el arte y la salud y el bienestar, por primera vez llama a los Gobiernos y autoridades a aplicar políticas que mejoren la colaboración entre los sectores sanitario y artístico. Estas actividades que en el Instituto Universitario Alicia Alonso de la Universidad Rey Juan Carlos, venimos desarrollando desde hace tres décadas pioneramente en España, proceden de Cuba, donde las artes ocupan un papel primordial en el Sistema sanitario, siendo utilizadas en Atención Primaria, por el impacto social derivado de la implantación en 1973 del Psicoballet, y la danza como método de intervención terapéutica

## Bibliografía

Cernuda, A. (2020). Efectos clínicos de las artes combinadas con equinoterapia en trastornos alimentarios y de la imagen (pp. 1-9) En G. Buela-Casal. Avances en Psicología Clínica: Investigación y Práctica. Ed Dykinson.

Cernuda, A y Estébanez, I. (2020). Efectos de la equinoterapia con artes en un programa de intervención con drogodependientes. Número especial Revista Información Científica 31.

Cernuda, A. (2021). Beneficios de un programa de equinoterapia reforzada con artes en una población con patología dual, trastornos alimentarios y adicciones. Libro XXII Congreso Internacional Interpsiquis de Psiquiatría, Psicología y Salud Mental. Psiquiatría.com.

Cernuda, A. (2022a). Las artes combinadas con equinoterapia en la prevención y tratamiento de adicciones (pp. 14-21). En G. Buela-Casal (Ed.). International Handbook of Clinical Psychology. Thomson Reuters.

Cernuda-Lago, A. (2022b). Bailando con Caballos. Revista HIDDENarts, 4, 13-15. Instituto Universitario Danza Alicia Alonso. <https://hiddenarts.es/>

Cernuda, A. (2012). Arte social comunitario y aplicaciones clínicas del psicoballet. 40 años de experiencia cubana. Actas Congreso Internacional de Intervención Social, Arte Social y Arteterapia. Murcia. Universidad de Murcia.

Fariñas, G. (1999). Temas de Psicoballet. Ed. Hospital Psiquiátrico de La Habana. Revisión Cuba.

Fariñas, G. (2004). Psicoballet, teoría y práctica en Cuba y Puerto Rico. Proyecto Atalanta. Universidad de Puerto Rico.

Rigual, I. (2006). Música y caballo: unidad afectivo-cognitiva. Revista Asociación Nacional de Equinoterapia. ANDE, Brasil; 13:13 -27.

World Health Organization (2019) What is the evidence on the role of the arts in improving health and well-being? A scoping review. World Health Organization

<https://pnsd.sanidad.gob.es/profesionales/sistemasInformacion/home.htm>