

## Las maravillas del Psicoballet

MÍRIAM ZITO



*Si usted duda de los efectos de este método terapéutico, sólo tendría que preguntarle a Lázara Prieto cómo logró superar las crisis de esquizofrenia, que por más de veinte ocasiones le indujeron a atentar contra su vida.*

*El caso de Lázara no es el único, sino uno más entre los más de diez mil tratados con este programa cubano de atención a personas con trastornos de conducta, enfermos mentales y niños con síndrome Down. Estos resultados serán expuestos en el XIV Seminario Internacional de Psicoballet, con sede en el Hospital Psiquiátrico de la capital cubana.*

*El baile proporciona placer, relajación y calma, ayuda a ganar conocimiento y eleva la cultura general.*

*Como parte de la IV Conferencia Internacional PSICOHABANA'07, fijada del 3 al 7 de septiembre próximo, en la que participarán expertos de 15 países, el Psicoballet se presenta como una efectiva terapéutica de rehabilitación mental y social a 35 años de su creación.*

*Llevado a la práctica por la Licenciada Georgina Fariñas García con el apoyo de Alicia Alonso, directora del Ballet Nacional de Cuba y del doctor Eduardo B. Ordaz, ya fallecido, director fundador del Hospital Psiquiátrico de La Habana, se ha aplicado con resultados exitosos en Cuba y en el extranjero.*

*Arte en sí, reforzado con métodos psicológicos, comprende danza, música, pantomimas, dramatización, expresión corporal, juegos técnicos y métodos psicológicos, que interrelacionados integran un sistema dinámico que posibilita restaurar el equilibrio psíquico-social en personas con discapacidades mentales, motoras y sensoriales.*

*Georgina, apasionada por su contacto directo con varios casos que han evolucionado hacia conductas normales ante la sociedad, está convencida de que practicar una disciplina artística proporciona placer a quien la realiza y le hace sentirse bien cuando la muestra a los demás.*

*Desarrollada en ciclos de ocho a nueve meses en diferentes etapas, las sesiones abarcan calentamiento físico, ejercitación técnica y expresión creativa, dirigidas por un psicólogo y el especialista de ballet o danza.*

*Cada caso es valorado previamente antes de iniciar el ciclo, enfatiza esta mujer, hoy directora del Grupo UNESCO Psicoballet de Cuba y de la Asociación Latinoamericana de la especialidad.*

*Con más de 30 años de experiencia en la utilización del ballet como método psicoterapéutico, Georgina afirma que el aprendizaje pone a prueba la creatividad pues, más allá de lo teórico, se lleva a la práctica en representaciones artísticas periódicas, desarrolladas lo mismo en espacios sencillos, como lo es el propio patio del Psiquiátrico, o hasta en funciones de gala o festivales, de acuerdo a las habilidades y preparación técnico-psicológica de cada grupo o individuo.*

*Se inicia, dice, con sesiones en las que el médico comienza a familiarizarse con su paciente, y éste a su vez aprende, crea, recibe amor y respeto por el esfuerzo que realiza; lo que lo ayuda a recuperar su autoestima y aprender a ser lo más feliz posible aún en medio de sus limitaciones.*

*Valorado y estudiado por un equipo médico multidisciplinario, el enfermo es ubicado en grupos acorde a su*

*edad: sean niños, adultos y hasta ancianos, en diferentes categorías, catalogadas de prevención, curación, rehabilitación, reeducación y atención primaria para pacientes proclives a algún trastorno de conducta.*

*También es aplicable a desajustes emocionales, estrés, limitaciones físicas y mentales y hasta a embarazadas de alto riesgo y bebés con retardo psicomotor, entre otros.*

*Presenciar las sesiones en el Psiquiátrico es convencerse de las bondades de esta terapéutica, que hoy se aplica en varias naciones de América y Europa, y es observada con interés por especialistas, incluso dentro de los Estados Unidos.*

## **POR QUÉ EL BALLET**

*Según Georgina, el baile proporciona placer, relajación y calma, ayuda a ganar conocimiento y eleva la cultura general; además de reportar orgánicamente mayor secreción de endorfina o morfina natural segregada a través de la hipófisis.*

*En los primeros casos tratados, de niñas con cierta conducta agresiva, observamos la reacción favorable tras iniciar las primeras sesiones —afirma.*

*Los enfermos, dice, aprenden elementos musicales, como los tiempos en el ritmo, y trabajan en demostraciones individuales con medios gimnásticos complementarios, como aros, cintas, cuerdas, pelotas y otros.*

*Acompañados de música instrumental, en coreografías que incluyen salsa, merengues y representaciones de ballet elemental, el baile favorece la comunicación y el aspecto físico, la disposición y disciplina con cada ejecución, lo que evidencia el placer que sienten al ser reconocidos.*

*Danza y fantasía, espectáculo en el que participarán cien alumnos de Psicoballet durante la gala inaugural del seminario internacional y en ocasión de los juegos deportivos y fiestas de carnaval programados en ocasión de PSICOHABANA '07, así lo demuestra.*

*Lo demás habla por sí solo, en estos 35 años de sistemática labor que enfrentó al principio algunos criterios escépticos, y que incluso está reconocido con una distinción especial en el XIII Fórum Nacional de Ciencia y Técnica.*

*Con filiales en México, Perú, Puerto Rico, Brasil y Argentina, la Asociación Latinoamericana de Psicoballet, que Cuba lidera, es centro referencial para otros países como Francia, Colombia, Bolivia y Venezuela, donde el método cubano fomenta, sin ánimo de lucro, esa cultura de paz, solidaridad, amor y respeto, para que las personas inhibidas como Vivian Rodríguez, y con trastornos mentales o de conducta, puedan readaptarse a la sociedad y sentirse nuevamente útiles.*