



INTERPSIQUIS

Congreso Virtual Internacional de Psiquiatría,
Psicología y Salud Mental

LA ENFERMEDAD MENTAL COMO MOTOR DEL ARTE. CREATIVIDAD Y TRASTORNOS AFECTIVOS

Agustín Bermejo Pastor¹, Ana García Carpintero¹, Belén Rodado León¹, Mar Jiménez Cabañas

agusbermejo@gmail.com

creatividad, trastornos afectivos

RESUMEN

Desde la antigüedad, muchos son los autores que han aludido a las ventajas sobre la creatividad de ciertos estados mentales alterados. Esto ha tomado especial importancia en el caso de los trastornos afectivos (TTAA), considerados más frecuentes entre algunos grupos de artistas.

La relación entre TTAA creatividad puede conceptualizarse de tres formas: los TTAA aumentan la creatividad; la creatividad favorece los TTAA; un factor común favorece tanto la creatividad como los TA.

Durante las últimas décadas, esta relación ha suscitado interés en la comunidad científica, llevándose a cabo estudios tanto en artistas eminentes fallecidos como en artistas de éxito vivos y en grupos de personas artísticamente activas. Varios de estos estudios han sido criticados por su metodología y han obtenido resultados mixtos, si bien recientemente han aparecido publicaciones de las que se puede extraer información de interés.

Los resultados disponibles sugieren la existencia de una relación entre TTAA y creatividad, que varía notablemente según varios factores: la dirección de la relación estudiada (mayor relación al estudiar prevalencia de TTAA en personas creativas); el dominio concreto de la creatividad (mayor en el dominio lingüístico y de la interpretación); el tipo de trastorno afectivo (mayor en trastornos bipolares y escasa en la distimia).

Estos resultados tienen importantes implicaciones, tanto a nivel científico (comprender la neuropsicología de la creatividad y de los trastornos afectivos) como clínico, permitiendo un mejor abordaje de los pacientes para los que la actividad creativa constituye una parte importante de su vida.

LA ENFERMEDAD MENTAL COMO MOTOR DEL ARTE. CREATIVIDAD Y TRASTORNOS AFECTIVOS

INTRODUCCIÓN

La idea de que existe una relación entre la locura y el genio artístico ha aparecido en la literatura, la mitología y el imaginario colectivo desde antes de la civilización griega, tomando fuerza con el paso de los tiempos hasta convertirse en un cliché de la cultura occidental. Este tema ha sido tratado por los más reconocidos autores desde Platón, y Aristóteles, quien planteó la misma pregunta que ahora nos hacemos de la siguiente forma: "¿Por qué todos aquellos que han sido hombres excepcionales, en lo que concierne a la filosofía, la ciencia del estado, la poesía o las artes son manifiestamente melancólicos?". De un modo más enfático y menos analítico, Lord Byron diría que "Todos en el oficio estamos locos... a algunos les da por la alegría, a otros por la melancolía, pero todos estamos más o menos marcados".

Si bien la creatividad y el genio artístico se han relacionado en la antigüedad con conceptos genéricos como la locura, perturbaciones de la conciencia o del juicio, se ha hecho de forma reiterada hincapié en las fluctuaciones del ánimo como característica más eminente del genio creador.

En el último siglo, el avance científico y la aparición de tratamientos médicos eficaces para los trastornos mentales, han modificado la concepción de la enfermedad mental, que ha pasado de ser considerada una condición inamovible -en ocasiones vista como una maldición, un don o ambas cosas al mismo tiempo- para ser considerada un proceso de enfermedad tratable y modificable. Esto ha influido, como no podía ser de otro modo, en las ideas sobre la creatividad asociada a dichas enfermedades mentales, apareciendo el debate sobre cuál es exactamente el nexo que une la enfermedad y la creatividad, el papel coercitivo de la psiquiatría sobre ciertas manifestaciones artísticas o políticas y los posibles efectos del tratamiento sobre la inspiración o la actividad artística.

Un problema tan antiguo y a la vez tan apremiante como el que tratamos requiere de un interés especial por parte de la comunidad científica, que permita abordar de un modo racional las cuestiones teóricas y prácticas esbozadas. Durante las últimas décadas se ha aplicado el método científico al estudio de la relación entre la enfermedad mental y la creatividad, poniéndose de manifiesto que, si bien existen indicios para pensar que esta relación existe, el concepto de enfermedad mental es demasiado amplio para permitir la obtención de resultados claros, por lo que se ha despertado el interés en el estudio de diferentes patologías y su relación con la creatividad artística.

LA ENFERMEDAD MENTAL COMO MOTOR DEL ARTE. CREATIVIDAD Y TRASTORNOS AFECTIVOS

Sin duda, la más prometedora de estas entidades ha sido el grupo de los trastornos afectivos (TTAA), al que se han dedicado publicaciones analizándolo desde diferentes perspectivas, sobre las cuales profundizaremos más adelante.

¿QUÉ ES LA CREATIVIDAD?

Resulta imposible abordar un tema tan complejo como el que planteamos sin antes tratar de aclarar los conceptos a los que nos referimos. Mientras que el concepto de trastorno afectivo es conocido en nuestro campo y utilizado de forma habitual tanto en la práctica clínica como en investigación, el concepto de creatividad es utilizado de forma amplia y ambigua, por lo que requiere una breve revisión.

Una de las definiciones de creatividad con más crédito entre la comunidad científica es la de Plucker et al., quienes la definen como "la interacción entre aptitud, proceso y ambiente por la cual un individuo o grupo produce un producto perceptible que es a la vez novedoso y útil según el contexto social". Esta definición resulta especialmente útil en nuestro caso, ya que está basada en el análisis de las diferentes concepciones del término y se adapta a las variaciones en la forma de entender la creatividad en las diferentes publicaciones sobre su relación con los trastornos afectivos.

Además de esta definición, es importante tener en cuenta ciertas variables que pueden condicionar la forma en que se concibe la creatividad en un determinado estudio. De este modo, la creatividad ha sido definida por diferentes autores como una característica específica de cada dominio artístico (pintura, música, artes escénicas, etc.) o como transversal. Por otro lado, la creatividad puede ser entendida como una cualidad exclusiva de los artistas eminentes o como un rasgo presente de forma dimensional en mayor o menor medida en todos los individuos, aplicado a los problemas del día a día. Dependiendo de la forma en que conciba cada autor el término creatividad, los estudios sobre su relación con los trastornos afectivos serán distintos.

QUÉ TIPO DE RELACIÓN PUEDE EXISTIR

Las publicaciones disponibles hasta la fecha sobre la relación entre los trastornos afectivos y la creatividad la han abordado, de un modo muy simplificado, en tres direcciones: la creatividad causa trastornos afectivos, los trastornos afectivos causan creatividad o un factor común causa la creatividad y los trastornos afectivos.

LA ENFERMEDAD MENTAL COMO MOTOR DEL ARTE. CREATIVIDAD Y TRASTORNOS AFECTIVOS

Dependiendo de la dirección en la que se considere que se da la relación, existen diferentes teorías.

LA CREATIVIDAD CAUSA TRASTORNOS AFECTIVOS

Las teorías sobre la influencia en la creatividad de los trastornos afectivos se centran en particular en el trastorno bipolar. Se ha propuesto que algunas de las características propias de los episodios (hipo)maníacos favorecen la creatividad artística, entre las cuales se puede destacar el aumento de energía, motivación y fluidez verbal y cognitiva. Asimismo, los episodios depresivos pueden favorecer la introspección y la experimentación de estados mentales sutiles que aportan el material con el que, durante períodos de eutimia o hipertimia, se puede generar la obra artística. Finalmente, la labilidad afectiva y los episodios mixtos favorecen la mezcla de diferentes estados afectivos y la creación de producciones artísticas más complejas.

LOS TRASTORNOS AFECTIVOS CAUSAN CREATIVIDAD

Aunque no existe una teoría consistente sobre el modo en que la creatividad lleva a la aparición de trastornos afectivos, sí han sido identificados diferentes factores asociados comúnmente a la actividad creativa que pueden favorecer su aparición.

Por un lado, la creatividad artística a menudo exige la canalización y expresión de emociones intensas, por lo que el desempeño habitual de la creatividad podría llevar a una desregulación afectiva.

Por otro lado, el estilo de vida característico del artista en la sociedad occidental se caracteriza por la inestabilidad financiera, una fuerte competencia por conseguir el reconocimiento público que lleva a importantes niveles de estrés, horarios de trabajo poco estructurados que pueden dificultar la regularidad de los ritmos circadianos, así como una alta tasa de consumo de sustancias con el fin de ensalzar la creatividad o como estrategia para afrontar los problemas anteriormente citados. Estas condiciones han sido identificadas como factores que contribuyen de forma importante a la aparición y la perpetuación de los trastornos afectivos.

LA ENFERMEDAD MENTAL COMO MOTOR DEL ARTE. CREATIVIDAD Y TRASTORNOS AFECTIVOS

UN FACTOR COMÚN CAUSA LA CREATIVIDAD Y LOS TRASTORNOS AFECTIVOS

Algunas teorías proponen que existen factores comunes que predisponen tanto a una elevada creatividad como al padecimiento de trastornos afectivos. Así, varias teorías en el ámbito de la psiquiatría evolucionista proponen que la creatividad y los trastornos afectivos pueden ser diferentes formas de expresión de los mismos genes.

Según esta propuesta, las personas con trastornos afectivos de poca severidad y los familiares sanos de personas con trastornos afectivos tendrían una elevada creatividad, mientras que las personas con trastornos afectivos graves verían mermada su productividad y el desarrollo de su creatividad por la sintomatología y deterioro asociados a dichos trastornos.

Por otro lado, la teoría de la vulnerabilidad compartida propone que algunas características como la búsqueda de novedad, hiperconectividad neuronal o baja inhibición latente pueden predisponer a una mayor creatividad o a trastornos afectivos, en función de que existan otros factores protectores o de riesgo para enfermedad mental.

Esta teoría según la cual existe un factor hereditario que predispone tanto a trastornos afectivos como a creatividad recuerda a observaciones hechas por numerosos clínicos desde los inicios de la psiquiatría moderna, siendo probablemente Emil Kraepelin entre los autores clásicos quien más ampliamente trató el tema de los temperamentos afectivos como formas atenuadas de la enfermedad maníaco-depresiva, así como su alta prevalencia entre individuos altamente funcionales. Más recientemente, Kay Jamison realizaría una brillante y minuciosa exposición de la relación entre creatividad y trastornos afectivos, investigando las familias de escritores eminentes y señalando, por encima de la enfermedad mental en los mismos autores, la alta prevalencia de trastornos afectivos en familiares directos de los artistas, haciendo referencia así a la existencia de un factor común que puede llegar a favorecer la creatividad sin necesariamente culminar en el desarrollo de un trastorno afectivo.

LOS ESTUDIOS REALIZADOS: FORTALEZAS Y DEBILIDADES

La investigación reciente sobre la relación entre creatividad y trastornos afectivos se puede dividir en tres direcciones: la frecuencia con que aparecen trastornos afectivos entre las personas creativas, la frecuencia con que las personas con trastornos afectivos muestran una alta creatividad y la correlación entre los continuos de creatividad y trastornos afectivos.

LA ENFERMEDAD MENTAL COMO MOTOR DEL ARTE. CREATIVIDAD Y TRASTORNOS AFECTIVOS

La investigación sobre la frecuencia de trastornos afectivos entre artistas y personas creativas ha aportado la evidencia más consistente sobre un vínculo entre ambos constructos, utilizando tanto estudios historiométricos con artistas eminentes como series de casos y estudios en creadores vivos, varios de ellos utilizando grupos control de individuos no creativos. Pese a los resultados prometedores, estos estudios han sido ampliamente criticados por su escasa utilización de grupos control, los errores en el apareamiento de controles y sesgos como el de memoria, según el cual las personas creativas estarían más motivadas a recordar síntomas de tipo afectivo si estos explican sus aptitudes artísticas. Igualmente, se ha señalado la preferencia de los autores de los estudios historiométricos por épocas como el Romanticismo, cuando las emociones y la irracionalidad tomaban un valor preponderante, por delante de otros períodos artísticos más sobrios como podría ser el Realismo. Finalmente, se ha criticado el amplio uso de biografías, alegando que las personas con vidas más tormentosas y agitadas tienen más tendencia que se escriban biografías sobre ellos, las cuales a su vez pueden ser exageradas por el biógrafo, mientras que aquellos artistas con vidas más estables pueden estar infrarrepresentados en dicho género literario.

La investigación sobre la frecuencia con que las personas con trastornos afectivos desempeñan actividades creativas muestra que las personas con trastorno bipolar -pero no aquellas con depresión unipolar- se encuentran sobrerrepresentadas en los ámbitos considerados más creativos de entre las ciencias y las artes. Mientras que estos datos sugieren unas mayores aptitudes creativas entre las personas con trastorno bipolar, hay que señalar que la elección de una profesión creativa puede estar condicionada por otros factores. Entre ellos, se ha destacado que las actividades consideradas más creativas requieren por lo general un menor nivel de educación formal y estructurada, lo cual podría favorecer el acceso a personas con síntomas mentales recurrentes que, como se ha demostrado ampliamente, dificultan el seguimiento de una formación académica reglada. Esto es congruente con los resultados que sugieren una mayor psicopatología entre poetas y novelistas que entre compositores o arquitectos, lo cual se puede deber a la menor rigidez y estructuración de la formación requerida para las primeras de estas disciplinas.

Dado que los estudios mencionados tratan la creatividad y los trastornos afectivos como constructos delimitados, esto impide explorar la relación en lo referente a los trastornos afectivos subsindrómicos y a la creatividad aplicada al día a día en personas que no son reconocidos artistas. Para explorar ese punto ciego, se han llevado a cabo investigaciones sobre la correlación entre creatividad y trastornos afectivos, entendiendo ambos como constructos continuos.

LA ENFERMEDAD MENTAL COMO MOTOR DEL ARTE. CREATIVIDAD Y TRASTORNOS AFECTIVOS

Los resultados han sido mixtos, con algunos datos sugiriendo una relación entre las escalas de síntomas afectivos y los comportamientos creativos, si bien no existen instrumentos de evaluación que permitan avanzar más en esta vía, por otro lado prometedora.

LOS RESULTADOS

Los resultados de las publicaciones disponibles hasta la fecha han sido analizados por Taylor et al., quienes presentan un resumen de la evidencia existente dividida en tres preguntas principales:

¿TIENEN MÁS TRASTORNOS AFECTIVOS LAS PERSONAS CREATIVAS?

Varios estudios evalúan la presencia de trastornos afectivos en personas creativas, ya sea artistas eminentes fallecidos, artistas eminentes vivos, grupos de estudiantes de artes u otros grupos considerados altamente creativos, se encuentra una mayor prevalencia de trastornos afectivos entre dicha población. Esta relación se puede ver en todos los trastornos afectivos a excepción de la distimia, patología que resultó menos prevalente en dicha población.

¿SON MÁS CREATIVAS LAS PERSONAS CON TRASTORNOS AFECTIVOS?

Algunos de los estudios valoraron la creatividad en personas diagnosticadas de algún trastorno afectivo. No se obtuvieron resultados estadísticamente significativos para el conjunto de los trastornos afectivos, pero sí al estudiar la relación de la creatividad con la ciclotimia y el trastorno bipolar no especificado. Asimismo, existía una menor creatividad en los pacientes diagnosticados de distimia que en la población general. Se encontraron, asimismo, diferencias en cuanto al dominio creativo estudiando, hallándose resultados estadísticamente significativos en cuanto a la relación entre trastornos afectivos y algunos dominios de la creatividad como el verbal.

LA ENFERMEDAD MENTAL COMO MOTOR DEL ARTE. CREATIVIDAD Y TRASTORNOS AFECTIVOS

¿EXISTE UNA CORRELACIÓN ENTRE EL CONTINUO DE CREATIVIDAD Y EL DE LOS TRASTORNOS AFECTIVOS?

Fueron estudiados también la creatividad y la sintomatología afectiva como constructos continuos, buscando la existencia de una correlación lineal entre ambos. Se hallaron relaciones débiles estadísticamente significativas, más fuertes en trastorno bipolar y más débiles en depresión unipolar.

HALLAZGOS COMUNES

En los tres tipos de análisis se encontraron diferencias en función del trastorno afectivo estudiado en particular, apreciándose una mayor relación de la creatividad con trastornos del espectro bipolar y menor con la distimia.

EFFECTOS DEL LITIO EN LA CREATIVIDAD

Dado que, como hemos comentado, existe en el imaginario colectivo una fuerte asociación entre la creatividad y la enfermedad mental, es de esperar que las personas con trastornos afectivos sean reacias a buscar asistencia médica y cumplir con el tratamiento farmacológico, por ver sus síntomas como el lado negativo de su temperamento artístico o su sensibilidad y no como una enfermedad, o por temor a que el tratamiento pueda mermar su capacidad creativa. Esta preocupación es especialmente importante en torno al litio, por ser este el tratamiento de elección del trastorno bipolar, enfermedad particularmente asociada con el temperamento artístico y los períodos de hiperactividad y elocuencia, así como por sus conocidos efectos adversos a nivel cognitivo.

El problema de que el litio pueda afectar a la creatividad y la productividad ha alertado a los investigadores desde los inicios de su utilización, pese a lo cual no se ha llevado a cabo ningún estudio controlado sobre el tema. Los estudios realizados muestran resultados mixtos, si bien se ha sugerido que el litio podría afectar a la inspiración y la capacidad ejecutiva. Es necesario reseñar que los estudios realizados se hicieron en una época en que los niveles séricos utilizados eran mayores a los que se buscan actualmente, lo cual, como es conocido, agrava notablemente los efectos secundarios a nivel cognitivo.

Con base en los resultados disponibles, no se puede afirmar que el litio afecte de forma decisiva a la creatividad, dependiendo esto del tipo de trastorno afectivo presente, la gravedad de éste y su interferencia en la vida diaria, la sensibilidad al fármaco individual

LA ENFERMEDAD MENTAL COMO MOTOR DEL ARTE. CREATIVIDAD Y TRASTORNOS AFECTIVOS

y los hábitos creativos del artista, según utilice o no sus episodios afectivos como momentos de creación. El clínico debe, por tanto, tratar de comprender cómo la enfermedad mental se relaciona en cada paciente con su actividad creativa y con su vida personal, aconsejando sobre el plan terapéutico e indagando en los efectos secundarios de éste.

IMPLICACIONES TEÓRICAS

La literatura revisada, si bien es escasa y ampliamente criticada a nivel metodológico, parece sugerir que, como se ha sospechado desde la antigüedad, existe algún tipo de vínculo entre los trastornos afectivos y la creatividad.

Al igual que, al inicio de esta ponencia, hemos avisado sobre las dificultades metodológicas que planteaba una cuestión tan amplia como la relación entre los trastornos afectivos y la creatividad, ahora podemos decir que también es demasiado amplia la cuestión que hemos abordado. Los datos sugieren que, si bien existe una relación entre los trastornos afectivos y la creatividad, ésta varía notablemente en función del tipo concreto de trastorno afectivo y del dominio al que se refiere dicha creatividad. En este sentido, es de reseñar la asociación con el dominio verbal de la creatividad, lo cual concuerda con los estudios neuropsicológicos que muestran una característica preservación de las funciones verbales en pacientes con trastorno bipolar y depresión recurrente en los que existe algún tipo de deterioro a nivel cognitivo.

Por otro lado, el hecho de que los trastornos del espectro bipolar muestren una especial asociación con la creatividad es algo que ha sido sugerido por varios autores y entronca directamente con las observaciones de Kraepelin sobre los temperamentos afectivos. Es necesaria en este punto una mayor investigación sobre diferentes formas clínicas del espectro bipolar, así como la depresión recurrente, que permita dilucidar si estas formas se relacionan de igual forma con la creatividad, apoyando las teorías de base Kraepeliniano sobre una concepción amplia de la enfermedad maníaco-depresiva.

En conclusión, los datos presentados abren el camino para una investigación que permita la comprensión de la creatividad, su relación con los estados afectivos intensos y con los trastornos afectivos propiamente dichos, así como una mayor comprensión de las bases neurobiológicas de los trastornos afectivos.

LA ENFERMEDAD MENTAL COMO MOTOR DEL ARTE. CREATIVIDAD Y TRASTORNOS AFECTIVOS

IMPLICACIONES CLÍNICAS

Además de su relevancia a nivel teórico, el conocimiento de la relación entre la creatividad y los trastornos afectivos reviste una importancia clave en la práctica clínica diaria. Dado que, como muestran los estudios, los trastornos afectivos son más frecuentes entre las personas con trabajos del ámbito creativo, es de esperar que encontremos pacientes de este perfil en consulta, los cuales manifestarán preocupaciones relacionadas con su enfermedad, el tratamiento y la repercusión en su ocupación.

En primer lugar, no podemos olvidar que los trastornos afectivos son una de las primeras causas de discapacidad en países desarrollados y que, cuando alcanzan una gravedad suficiente, pueden deteriorar de forma clara la funcionalidad de los pacientes, impidiendo el desempeño creativo y produciendo conflictos a nivel social que pueden entorpecer el desarrollo artístico de la persona. Por esto, es necesario advertir de la importancia de detectar y tratar los trastornos afectivos, huyendo de las concepciones románticas de la creatividad y la enfermedad mental y tratando de plantear esta relación desde una perspectiva científica a la par que comprensiva.

Por otro lado, el paciente con trastorno afectivo para el que la creatividad constituya un factor importante en su vida, requerirá del psiquiatra un papel de escucha y comprensión, tratando de entender cómo se relaciona su enfermedad y su actividad creativa en cada caso concreto y transmitirle qué tratamiento puede mejorar su calidad de vida y en qué manera.

En conclusión, el estudio de la creatividad y los trastornos afectivos nos permite acercarnos a una cara hasta ahora poco conocida de la enfermedad mental, aportando valor a las características positivas del paciente y tratando de ayudarlo a mejorar su calidad de vida y su desempeño a nivel profesional y social.

LA ENFERMEDAD MENTAL COMO MOTOR DEL ARTE. CREATIVIDAD Y TRASTORNOS AFECTIVOS

BIBLIOGRAFÍA

1. Andreasen N. C. (2008). The relationship between creativity and mood disorders. *Dialogues in clinical neuroscience*, 10(2), 251–255. <https://doi.org/10.31887/DCNS.2008.10.2/ncandreasen>
2. Carson, S. (2014). The shared vulnerability model of creativity and psychopathology. In J. Kaufman (Ed.), *Creativity and Mental Illness* (pp. 253-280). Cambridge: Cambridge University Press. doi:10.1017/CBO9781139128902.017
3. Goodwin, F. K., & Jamison, K. R. (1990). *Manic-depressive illness*. Oxford University Press.
4. Jamison, K. R. (1993). *Touched with fire: Manic depressive illness and the artistic temperament*. New York, NY: Free Press.
5. Murray, G., & Johnson, S. L. (2010). The clinical significance of creativity in bipolar disorder. *Clinical psychology review*, 30(6), 721–732. <https://doi.org/10.1016/j.cpr.2010.05.006>
6. Paykel, E. (2008). *Manic-Depressive Illness: Bipolar Disorders and Recurrent Depression* (2nd edn) Frederick K. Goodwin & Kay Redfield Jamison. Oxford University Press. 2007. £60.00 (hb). 1288pp. ISBN 9780195135794. *British Journal of Psychiatry*, 193(1), 86-87. doi:10.1192/bjp.bp.107.042242
7. Taylor C. L. (2017). Creativity and Mood Disorder: A Systematic Review and Meta-Analysis. *Perspectives on psychological science : a journal of the Association for Psychological Science*, 12(6), 1040–1076. <https://doi.org/10.1177/1745691617699653>