

LA MÚSICA COMO RECURSO TERAPEUTICO EN LA MANIFESTACIÓN DE
VIVENCIAS

Una Lectura Desde La Fenomenología

ANDRÉS ALEJANDRO HUERTAS LARA

LORENA STEPHANIE BERNAL MARTÍNEZ

FUNDACIÓN UNIVERSITARIA LOS LIBERTADORES

FACULTAD DE PSICOLOGIA

PREGRADO EN PSICOLOGIA

BOGOTÁ D.C

2015

LA MÚSICA COMO RECURSO TERAPEUTICO EN LA MANIFESTACIÓN DE
VIVENCIAS

Una Lectura Desde La Fenomenología

ANDRÉS ALEJANDRO HUERTAS LARA
LORENA STEPHANIE BERNAL MARTÍNEZ

Trabajo de grado para optar al título de
Psicólogo

Director:

BAYRO AVILA VERGARA

Maestría En Psicología Clínica

FUNDACIÓN UNIVERSITARIA LOS LIBERTADORES

FACULTAD DE PSICOLOGIA

TESIS DE GRADO

BOGOTÁ D.C

2015

Notas de aceptación

Firma del presidente del jurado

Firma del jurado

Firma del jurado

Firma del jurado

Firma del jurado

Bogotá, Colombia (25, Febrero, 2015)

Dedicatoria

A mis padres Enrique Bernal y Olga Martínez, quienes me apoyaron, observaron y animaron en este proceso, brindándome los recursos y espacios necesarios para que fuera posible la realización de este proyecto. A mi hermano Edwin Bernal, por su acompañamiento, motivación y apoyo emocional e intelectual durante la realización de este trabajo de grado, quien con palabras de aliento insto mi vida hacía la sabiduría y hacia el cumplimiento de metas, y a mi compañero y pareja Andrés Huertas por su compañía y participación en este proyecto que nos exigió perseverancia y disciplina.

Lorena Stephanie Bernal Martínez

A mis bis-abuelos Luis Enrique Acuña e Inés Gómez de Acuña, quienes son más que padres en mi vida y mi motor a alcanzar grandes logros. A mis padres, Freddy Enrique Huertas Andrade y Saida Alexandra Lara Acuña quienes siempre con su apoyo han estado presentes en cada momento de mi vida. A todos aquellos que han encontrado en la música un medio, un recurso y un lenguaje de conexión más trascendental que cualquier otro.

Andrés Alejandro Huertas Lara

Agradecimientos

A Dios quien con su amor y cuidado, estuvo acompañándome durante toda la carrera e infundiéndome aliento para lograr cada una de las metas que surgieron en el camino. A mis padres Enrique Bernal y Olga Martínez por su apoyo incondicional durante todo el proceso vivido. A mi hermano Edwin Bernal por apoyarnos en la realización de este proyecto y hacer parte del buen desarrollo de la investigación a través de sus aportes y sugerencias como investigador.

Al maestro y tutor Bayro Ávila Vergara por su enseñanza y apoyo en las asignaturas de psicología clínica y enfoque humanista existencial, así como en el proceso de prácticas realizado durante el año 2014. Por el acompañamiento en el transcurrir de la investigación, con sus asesorías que fijaron paso a paso el camino a seguir, el cual estuvo cargado de carisma y emociones que nos motivaron a continuar y a lograr este sueño.

Lorena Stephanie Bernal Martínez

A Dios quien con su fidelidad siempre fue mi fuerza, mi fe y mi reposo en todo este proceso, a mi compañera y pareja Lorena Bernal, por su compañía, apoyo y trabajo incansable en esta investigación. A nuestro tutor y amigo Bayro Ávila quien con sus enseñanzas nos inspiró siempre a un trabajo profesional más auténtico.

Andrés Alejandro Huertas Lara

Tabla de contenido

Introducción	4
Justificación.....	7
Planteamiento del Problema.....	11
Pregunta Problema	16
Objetivos	17
Objetivo general.....	17
Objetivos específicos.	17
Marco Conceptual	18
Concepción de música y su impacto en el ser humano.....	18
La música y su relación con la psicoterapia.....	21
Musicoterapia y psicoterapia musical	22
Limitaciones de la Musicoterapia.	24
Aspectos a tener en cuenta en el contexto psicoterapéutico	25
Música y fundamentos neuropsicológicos	27
Marco Disciplinar.....	29
Conceptualización de vivencia y significado	29
Definición de sentido	31
Marco Epistemológico	35

¿Qué es la fenomenología?	35
Surgimiento y características del método fenomenológico	35
Aportes de la fenomenología a la psicoterapia	38
Estado del Arte.....	41
Metodología	62
Tipo de estudio.....	62
Diseño	62
Método	62
Participantes	63
Unidades de análisis.....	63
Procedimiento	65
Búsqueda de documentos.....	65
Selección de documentos.....	66
Construcción del estado del arte.	68
Sistematización de la información.....	68
Análisis de documentos.....	69
Resultados	71
Discusión.....	122
Hallazgos.....	122
La práctica profesional con música en contextos psicoterapéuticos.	123

Música e implicaciones neuropsicológicas.....	123
La música como recurso terapéutico.....	127
Música y manifestación de vivencias.....	130
Limitaciones de los hallazgos	134
Aproximación a la pregunta problema desde una lectura fenomenológica	136
Conclusiones	143
Música y manifestación de vivencias.....	143
Música y construcción de significados	144
Música y sentido de vida.....	145
Unicidad, música y manifestación de vivencias	145
Prospectiva hacía futuras investigaciones.....	146
Referencias.....	148

Lista de tablas

Tabla 1. Unidades de analisis.....	64
Tabla 2. Guía para la selección de documentos.	66
Tabla 3. Formato de revisión documental.....	68

Lista de figuras

Figura 1. Ficha de análisis uno “*Aplicaciones de la musicoterapia en educación especial y en hospitales*” 75

Figura 2. Ficha de análisis dos “Música, lenguaje y emoción: una aproximación cerebral”..... 81

Figura 3. Ficha de análisis tres Efecto ansiolítico de la musicoterapia: "aspectos neurobiológicos y cognoscitivos del procesamiento musical". 85

Figura 4. Ficha de análisis cuatro "Música y cerebro (II): evidencias cerebrales del entrenamiento musical"..... 88

Figura 5. Ficha de análisis cinco "El musicoterapeuta y sus prácticas metodológicas en la reeducación de la esquizofrenia". 92

Figura 6. Ficha de análisis seis "La práctica de la musicoterapia en 7 historias de vida". 100

Figura 7. Ficha de análisis siete "Biodanza, cuerpos y lenguajes". 103

Figura 8. Ficha de análisis ocho "Recibiéndome de ser humano: un testimonio de mis vivencias en biodanza"- 106

Figura 9. Ficha de análisis nueve "Esquizofrenia, Música y Terapia de Grupo"..... 111

Figura 10. Ficha de análisis 10 "La depresión y la música: estudios que demuestran su efectividad como tratamiento". 115

Figura 11. Ficha de análisis 11 "Efectos de la música excitadora en el nivel del estado de la ansiedad". 118

Figura 12. Ficha de análisis 12 "La experiencia musical como parte del proceso de
reparación en mujeres víctimas de agresión sexual". 121

LA MÚSICA COMO RECURSO TERAPEUTICO EN LA MANIFESTACIÓN DE VIVENCIAS

Una Lectura Desde La Fenomenología

Andrés Alejandro Huertas Lara¹, Lorena Stephanie Bernal Martínez²

Fundación Universitaria Los Libertadores, Bogotá, Colombia Programa de psicología

Resumen

La presente es una investigación cualitativa de tipo descriptivo, que pretende comprender la relación que tiene la música como recurso terapéutico en la manifestación de vivencias para la intervención psicoterapéutica, por medio del método fenomenológico y usando como estrategia la revisión documental. Para ello se realizó la revisión de 12 documentos que se relacionan con el tema de interés y aportan elementos importantes con el propósito de dar respuesta a la pregunta de investigación, entre ellos se encuentran: 6 artículos indexados, 2 monografías, 3 tesis y un libro, los cuales fueron publicados dentro de un lapso de tiempo que abarca desde el año 2000 hasta el año 2014. Los resultados, se obtuvieron por medio de una ficha analítica descriptiva que hizo posible la sistematización de los datos y el análisis de diversas categorías temáticas asociadas a las unidades de análisis: vivencia, significado, sentido y unicidad. De lo anterior se concluyó que: Existe una relación estrecha entre la música y la manifestación de vivencias, debido a que el estímulo musical se asocia con la modulación emocional que promueve la expresión verbal y corporal en el ser humano, lo cual a su vez se vincula con la dimensión cognitiva que integra elementos del pensamiento, como el sistema representacional, la memoria y la organización de la información, siendo estos necesarios para el proceso de significación de los fenómenos, la construcción de sentido y el reconocimiento de emociones asociadas a la vivencia.

Palabras clave: *música, psicoterapia, vivencias, sentido y unicidad.*

¹Estudiante de psicología Fundación universitaria Los Libertadores, practicantes de último año en el campo clínico(decimo semestre),correo de contacto: @libertadores.edu.co.

²²Estudiante de psicología Fundación universitaria Los Libertadores, practicantes de último año en el campo clínico (decimo semestre), correo de contacto: @libertadores.edu.co.

Abstract

This is a qualitative research of descriptive type, which aims to understand the relationship between music as a therapeutic resource in the manifestation of experiences for psychotherapeutic intervention, through the phenomenological method and using the documental review like a strategy. For this there was realized the review of 12 documents that relate to the topic of interest and contribute important elements with the intention of giving response to the question of investigation, between them they are: 6 indexed articles, 2 monographs, 3 theses and a book, which were published inside a space of time that it includes from the year 2000 until the year 2014. The results, they were obtained by means of an analytical descriptive card that made possible the systematizing of the information and the analysis of diverse thematic categories associated with the units of analysis: experience, meaning, sense and uniqueness. Of the previous thing there concluded that: a narrow relation Exists between the music and the manifestation of experiences, due to the fact that the musical stimulus associates with the emotional modulation that promotes the verbal and corporal expression in the human being, which in turn links itself with the cognitive dimension that integrates elements of the thought, as the system representational, the memory and the organization of the information, being these necessary for the process of significance of the phenomena, the construction of sense and the recognition of emotions associated with the experience.

Keywords: *Music, Psychotherapy, experiences, sense and uniqueness.*

Introducción

La música se ha constituido históricamente como un lenguaje que facilita la comunicación y el desarrollo de procesos emocionales y cognitivos, y en esto consiste su valor terapéutico, pues ésta se encuentra en capacidad de promover la evocación, asociación e integración del pensamiento, convirtiéndose en un medio de autoexpresión para la mayoría de personas. Por lo anterior, *“la música se considera un elemento esencial para el desarrollo y evolución de las personas, así como para ejercitar capacidades intelectuales y emocionales en los seres humanos”* (Gordón, 2014, p.6).

Ahora bien, durante la realización de la presente investigación se tomó como fuente primaria la conceptualización de música hecha por Amézquita (2012), quien afirma que: *“La música es el arte de organizar sensible y lógicamente una combinación coherente de sonidos y silencios utilizando los principios fundamentales de la melodía, la armonía y el ritmo”* (p.1). Al llegar aquí, es importante destacar que a lo largo de la historia la música ha sido concebida como un fenómeno universal; en las culturas primitivas se asumía como un instrumento de defensa frente a la destrucción y la enfermedad, con la creencia de que esta tenía un origen divino, siendo en ese entonces los chamanes y curanderos, los responsables de aplicar las terapias musicales. Por su parte Pitágoras “padrino de la medicina por el sonido” (580-500 a.C.) sostuvo que la música podía restablecer la armonía espiritual “medicina del alma”. Platón (427-347 a. C.), afirmaba que la música da serenidad al alma, y Aristóteles (384-322 a. C.) valoraba su capacidad para facilitar una catarsis emocional (Rodríguez, 2011, p. 2).

En este orden de ideas, se piensa la música como un estímulo que modula la emocionalidad del ser humano y que posiblemente le permite construir significados alrededor de

su experiencia, por lo cual en la presente investigación se consideró pertinente asumir la vivencia como categoría de análisis, la cual se define de la siguiente manera: *“La vivencia es el modo cómo las personas valoran, perciben e interpretan aquello que les sucede y les rodea”* (Guitart, 2008, p.1). Para este propósito, dicha categoría de análisis es vista dentro del contexto de la psicoterapia, al ser *“el material que aporta el consultante de aquello que siente y piensa de su situación, a lo cual le es otorgado un sentido, siendo este el camino para su transformación”* (Calvo, 2012, p.524).

La intervención terapéutica con música, ha sido ampliamente utilizada en diferentes países dentro de la práctica clínica con resultados evidentes. Sin embargo, los estudios realizados en Colombia acerca de la música y su relación con la manifestación de vivencias, no han tenido una recolección documental rigurosa. Por lo cual, emerge el interés de realizar una investigación orientada a responder la pregunta: ¿Cuál es la relación que tiene la música como recurso terapéutico en la manifestación de vivencias para la intervención psicoterapéutica?

El siguiente trabajo de investigación se inscribe dentro del marco de la psicología clínica, centrándose específicamente en el tema de la música como un recurso terapéutico dentro del contexto de la psicoterapia. Para ello se realizó una revisión de 12 documentos que han abordado el tema de interés desde el año 2000 hasta la actualidad (año 2014). La investigación se diseñó con una metodología cualitativa de tipo descriptivo, con el fin de dar cumplimiento al objetivo general planteado, por medio del método fenomenológico, al ser éste: *“el estudio de la experiencia del mundo, de la vida y de la cotidianidad, el cual se abstiene de emitir juicios para abrirse al significado implícito de la experiencia”* (Dörr, 2013; p.90). En aras de llevar a cabo esta revisión, se diseñaron fichas analíticas descriptivas que posibilitaron la descripción,

sistematización y análisis de la información recolectada, para finalmente concluir aspectos relevantes como:

La música es un recurso terapéutico importante en tanto actúa como lenguaje universal que facilita la construcción de significados asociados a las vivencias propias del ser humano. A su vez, hace posible la expresión emocional ya sea de forma verbal o no verbal, y la participación de la cognición en el ejercicio de representación mental que se produce frente a la experiencia inmediata; lo cual implica por un lado la intencionalidad de la conciencia y por el otro el funcionamiento de la memoria (codificación, almacenamiento y recuperación). Adicionalmente, es un estímulo útil para la manifestación de vivencias en psicoterapia, en especial para los consultantes a los que se les dificulta relatar sus vivencias, ya sea porque resultan traumáticas o porque están asociadas a alguna patología, pues esta vincula a la dimensión emocional y cognitiva, las cuales son características de la logoterapia orientada a desplegar el sentido de vida y le permiten al consultante situarse en el mundo de lo real (lo ya sido) y dirigirse hacia el mundo de lo posible (las posibilidades de sentido que se descubren). Por tanto, la música acompañada de un proceso psicoterapéutico puede actuar como un recurso que sitúa a la persona en su vivencia aquí y ahora, pero que a su vez, le invita a pensar sobre la misma y proyectarse a experiencias futuras, partiendo de la emocionalidad que el estímulo musical pueda generarle, pues aunque se trate de una misma pieza musical asociada a una problemática similar, siempre la significación que se le otorge será única y particular en cada persona, en tanto han de verse involucradas las experiencias, los recuerdos y las percepciones que tenga el individuo sobre su realidad.

Justificación

La música, según Orjuela (2011) es concebida como, un fenómeno que surge de manera simultánea al lenguaje, debido a la necesidad de comunicarse y cooperar. Sin embargo, en cada época y cultura le han sido atribuidos diversos significados.

Las antiguas culturas egipcia, griega y china consideraban que la música podía formar la personalidad provocando estados emocionales profundos, los sacerdotes egipcios referían a la música como “la física del alma” incluyendo cantos terapéuticos en la práctica médica. Por su parte, Tales (600 a.C) fue considerado “curador” a través de sus poderes musicales, Aristóteles destacó su efecto catártico, Platón describió la música como medicina del alma y Caelius Aurelianus habló del uso indiscriminado de la música en contra de la locura (Albornoz, 2002, p.25).

La música al ser un fenómeno transcultural atraviesa cada una de las etapas de desarrollo del ser humano, y hace posible la construcción de significados sociales e individuales alrededor de sí misma, es por esto que se hace interesante comprender su posible efecto en la expresión emocional y en la manifestación de vivencias que desarrolla el consultante dentro de la intervención psicoterapéutica, en la que se caracteriza una serie de significados y la historia de vida de quien genera el relato.

Ahora bien, al realizar la primera fase de indagación sobre el tema de interés, y la búsqueda de documentos que sustentaran teóricamente la relación música y vivencias, se logró identificar que al respecto, los estudios realizados en Colombia no han tenido una recolección documental rigurosa, pues la mayoría de investigaciones van orientadas a responder acerca de implicaciones neuropsicológicas y rehabilitación de diferentes patologías, entre las cuales se

encuentran: el autismo, la depresión y la esquizofrenia. Sin embargo, no se ha reconocido de manera formal y argumentada la música como un recurso que posiblemente genera la actualización de vivencias en el paciente, y apoya el despliegue de sentido de vida a través de la unicidad y la construcción de nuevos significados. Por tal razón, emerge la motivación de hacer una revisión teórica que nos permita como grupo de investigación, recopilar documentos que den cuenta de la factibilidad de la música como un medio para lograr objetivos psicoterapéuticos, en relación con las vivencias, y a su vez identificar los aportes y los posibles vacíos metodológicos en estudios ya realizados, a fin de brindar un soporte para futuras investigaciones que se deseen desarrollar en este campo del conocimiento. Pues, generar un mayor valor teórico en el vínculo música-vivencias, puede promover la utilización de la música en contextos psicoterapéuticos, y de esta manera brindar herramientas al consultante para que este pueda relatar acontecimientos que le resultan problemáticos y descubrir sentido de vida por medio de la construcción de nuevos significados.

Esta relación es conveniente para la disciplina psicológica debido a que a lo largo de la historia se ha buscado generar alternativas viables para resolver los conflictos internos de los sujetos enfocándose en las necesidades y recursos propios que las personas poseen. Al respecto, la música es un elemento que permea la experiencia misma del ser humano y la constante necesidad del hombre de expresar sus vivencias, Castañeda (2004), afirma que *“La música es parte de la misma vida; es un elemento que permite la exploración de emociones que se expresa a través del movimiento, que no es otra cosa más que la manifestación visible de un cuerpo en expresión”* (p.64). Argumento que valida la importancia de la utilización de este fenómeno para el reconocimiento de emociones, la visualización del cuerpo que expresa y la comprensión de los procesos mentales del ser humano.

En ese sentido, este trabajo está encaminado a generar aportes a la psicología como ciencia, en especial al campo clínico en el que se desarrolla la psicoterapia como proceso de intervención, incidiendo a su vez en la profundización del enfoque humanista existencial, el cual ha contribuido en la construcción lógica de la relación música-psicoterapia, realizando aportes como la técnica del enfoque o “focusing” planteada por Eugene Gendlin (1973) que insta al sujeto a apartarse y sobrepasar lo común que ha aceptado de los otros, ha incluido la música como herramienta que facilita el regreso a los sentimientos sofocados, combinando y utilizando el silencio; entendido como la distancia o el frenazo a la saturación del ruido convencional de la vida diaria a partir de la estimulación musical, que promueve la fluencia de las emociones (Gendlin, 1973).

El enfoque humanista existencial, se interesa por la unicidad del ser, la existencia, la experiencia, la construcción de nuevos significados y el despliegue del sentido de vida aun en situaciones de extremo sufrimiento, en donde se ve afectada la emocionalidad del sujeto que lo vivencia. De allí, se rescata que todos los aspectos mencionados anteriormente, que caracterizan el enfoque humanista existencial, pueden verse influidos por la experiencia musical, al ser un elemento que facilita el desarrollo del pensamiento aquí y ahora, el funcionamiento de la memoria para identificar huellas de sentido que puedan asociarse con alguna pieza musical, la modulación emocional frente a lo “ya sido” y la posibilidad de proyectar hacía el futuro, acontecimientos que amplíen el mundo de lo posible en el consultante.

Ahora bien, el valor teórico para las ciencias humanas o el aporte que haría nuestra investigación a otras áreas del conocimiento que buscan la comprensión de las manifestaciones propiamente humanas, está orientado a identificar los recursos propios del sujeto y el despliegue del sentido de vida por medio de la manifestación de vivencias apoyada por la experiencia

musical, a fin de generar una mejor calidad de vida en las personas y promover la salud mental en las diversas áreas en las que se desenvuelve el consultante, lo cual puede optimizar su productividad, su capacidad para resolver conflictos propios y la modificación de estrategias de afrontamiento que afectan su bienestar.

Los resultados que arroje esta investigación podrían ser aplicables al actuar de la psicología, de la sociología al estudiar los fenómenos colectivos (siendo la música parte de ellos), de la antropología que abarca el estudio integral del ser humano, de la historia como una forma de identificar relatos y narrativas basadas en la experiencia musical y de la lingüística en el estudio de la música como uno de los lenguajes naturales que hace posible la comunicación entre seres humanos.

La pertinencia de este estudio tanto para la psicología como para las ciencias humanas, es que vislumbra la posibilidad de resignificar sentidos alrededor de la experiencia del sujeto e identificar la forma en que esta afecta su existencia.

Ahora bien, es importante destacar que para la psicología el fenómeno musical podría ser usado como un recurso de sensibilización dentro de la psicoterapia, al ser capaz de modular emociones, atención, cognición y comportamiento, es decir, que actúa simultáneamente sobre diversas áreas del funcionamiento del ser humano, lo cual puede contribuir en: la disminución o aumento de ansiedad, en el análisis de la información, en el movimiento corporal, en la expresión verbal, y por ende en el tratamiento de trastornos como: la depresión, el autismo, el estrés postraumático, la esquizofrenia, entre otras, así como en problemáticas psicológicas que no caracterizan una patología.

De esta manera, se piensa en la música como un estímulo que puede influir no sólo en diversas áreas del comportamiento, sino que además está en capacidad de afectar todas las etapas

del desarrollo humano (pre-natal, infancia, adolescencia, juventud, adultez, vejez), y de colaborar con el despliegue de la comunicación espontánea entre el paciente y el terapeuta, al actuar como un posible medio de distensión del organismo psicofísico que facilita la expresión de vivencias tanto positivas como negativas que afectan al individuo.

Planteamiento del Problema

A lo largo de la historia, la psicología ha sido conocida como la ciencia que estudia el comportamiento y los procesos mentales e internos del ser humano, entre los cuales se encuentran la memoria, la percepción, la atención, el reconocimiento, la conciencia, la inteligencia, entre otros. Al respecto, Fernández Tres palacios (1987), afirma que la dimensión u orientación aplicada que debe tener la psicología está clara, cuando la define como: *“El conjunto de conocimientos básicos sobre la psique humana, que aplicados mediante unas técnicas apropiadas, permiten resolver muchos de los problemas que los seres humanos encuentran en la realización de su conducta”* (p.117).

Vale la pena resaltar que dichos procesos que se pueden llevar a cabo en la práctica a partir de los referentes teóricos que brinda la psicología, cuentan con diversos campos de aplicación, dentro de los cuales se encuentra la psicología clínica conocida como: *“la rama de la ciencia psicológica que se encarga de la investigación de todos los factores que afectan la salud mental y las condiciones que pueden generar malestar o sufrimiento al individuo”* (Díaz & Núñez, 2010, p.5). Dicho campo de la psicología integra ciencia, teoría y práctica a fin de comprender, predecir y aliviar el desequilibrio, la invalidez y la incomodidad, adicionalmente busca promover la adaptación humana y el desarrollo personal, enfocándose en los aspectos

intelectuales, emocionales, biológicos, psicológicos, sociales y comportamentales que funcionan a través de la existencia en las diversas culturas y en todos los niveles socio-económicos (Díaz & Núñez, 2010).

Por su parte, Goldenberg (1973), afirma que: *“la psicología clínica investiga y aplica los principios de la psicología a la situación única y exclusiva del paciente, para reducir sus tensiones y ayudarlo a funcionar en forma eficaz y con mayor sentido”* (p.5).

De lo anterior, se destaca que la psicología clínica cumple sus objetivos por medio de una intervención sistemática que se realiza dentro de un contexto particular que demanda una relación profesional entre el terapeuta y el consultante, en donde se busca comprender la situación problemática que se refiere y promover mejoras en las estrategias de afrontamiento que ha usado la persona frente a los acontecimientos que le generan algún tipo de conflicto en su comportamiento, emocionalidad o pensamiento, teniendo en cuenta los recursos propios del ser y la capacidad que este posee para hacer uso de ellos, en medio de su experiencia.

A este método de intervención se le denomina psicoterapia, la cual ha sido definida como: *“El conjunto de intervenciones estructuradas que buscan influir sobre el comportamiento y los patrones emocionales de reacción ante diversos estímulos a través de medios psicológicos verbales y no verbales, sin llevar a cabo la utilización de algún medio bioquímico o biológico”* (OMS, 2001 citado por Bousoño, 2013, p.1), siendo esta una de las tantas formas de tratamiento que se pueden utilizar para resolver problemas emocionales.

La intervención psicológica hace referencia a los métodos usados por la psicología clínica a fin de brindar un beneficio al cliente, en donde suele tenerse en cuenta como punto de partida *la vivencia* y la conducta, generando interacción social entre el que presta la ayuda y el que la busca. Vale la pena agregar que la psicoterapia es una experiencia emocional, en la que la

persona puede expresar aspectos importantes de su situación y generar liberación de emociones o catarsis (como se denomina en ocasiones), lo cual es una parte vital de la psicoterapia. En este punto del proceso mencionado, el psicoterapeuta debe estar preparado para tratar la expresión emocional y usarla para producir cambios o generar un mejor control sobre la expresión de las emociones (Díaz & Núñez, 2010).

Es así, como la intervención psicoterapéutica en ocasiones demanda de un mayor esfuerzo, o se vale de otros recursos diferentes al dialogo y a la escucha para facilitar la expresión emocional en el consultante, pues el cumplimiento de los objetivos terapéuticos suele verse obstaculizado cuando la persona no logra relatar qué es lo que le resulta conflictivo, cómo lo vive y para qué desea modificar lo que le sucede, ya sea porque se relaciona con la personalidad del sujeto, porque la vivencia resulta traumática y expresarla emocional y verbalmente es problemático o porque se asocia con alguna patología, como lo es el autismo. Vale la pena mencionar que la no expresión de dichas vivencias puede repercutir en diversos aspectos y de ahí se denota su importancia: (1) que la situación traumática no se resuelva y desencadene alguna patología o genere malestar emocional y afecte la cotidianidad de la persona, (2) que los niveles de ansiedad aumenten o sea muy frecuente el estado de ánimo con tendencia a la depresión (3) si se trata de una patología, podría tardarse un poco más el tratamiento de rehabilitación.

Por esta razón, surge el problema de la presente investigación, es decir, que al reconocerse la experiencia del ser humano como un elemento indispensable para llevar a cabo la psicoterapia, se hace necesario no solamente pensar en los acontecimientos transitorios que la persona vive sino en el significado que se le ha otorgado a algunas experiencias en particular, hasta convertirlas en vivencias, y cuál es la función que esas vivencias cumplen en los procesos

psíquicos, pues algunas de ellas pueden desplegar el sentido de vida o por el contrario generar conflictos emocionales que dificultan la adaptación ante determinada situación. A partir de allí, se realiza entonces el ejercicio de identificar los recursos que hacen posible la expresión emocional en psicoterapia, teniendo en cuenta que sean herramientas que faciliten la reflexión, la activación de la memoria, la transformación de emociones e incluso del estado de ánimo de la persona, el desarrollo del lenguaje (no necesariamente verbal), la atención y la conexión afectiva con la historia de vida.

De esta manera, se identifica la música como una de los recursos que posiblemente genera mayor alcance en la expresión individual y social, al aceptarse como un lenguaje socialmente aprendido, que desencadena diferentes tipos de emociones, y por ende influye en la expresión verbal y corporal que esta produce mediante símbolos que liberan la función auditiva, afectiva y cognitiva, por medio de sus componentes: melodía, armonía y ritmo, así como a través de las diversas composiciones que integran letras y estilos musicales para la construcción de significados, no solamente de la persona que crea la pieza musical sino de quien la escucha y la asocia con su propia experiencia.

Por tanto, sí la música funciona como un lenguaje universal y puede producir la modulación emocional en el consultante, podría a su vez facilitar la manifestación de sus propias vivencias, ayudándole a desplegar procesos de reconocimiento y autodescubrimiento frente a lo que sucede, de este modo, sería importante pensar en la utilización de dicho recurso como un elemento integrador y significativo en la psicoterapia, viéndose desde un abordaje fenomenológico, el cual en este caso, buscaría comprender cómo se presentan los fenómenos a la conciencia del ser humano por medio del estímulo musical, partiendo de los marcos de referencia subjetivos que construye cada individuo a partir de su interacción con el mundo, es decir, que la

fenomenología tendría en cuenta hacia donde se dirige la conciencia del consultante al escuchar el estímulo musical, con base en el conjunto de significados y las representaciones mentales que esta le genera, a fin de comprender la descripción que pueda generar el sujeto sobre lo que experimenta cognitivamente y emocionalmente al encontrarse con el marco de referencia subjetivo ya mencionado, el cual según Rogers, C (1978), se encuentra conformado por todo el campo de experiencias, percepciones y recuerdos al que un individuo puede tener acceso en un momento dado.

Es a partir de este marco subjetivo que la música empieza a jugar un papel importante en la significación de experiencias al ser una herramienta que modula emocionalidad y cognición, lo cual implica por un lado el funcionamiento de la memoria asociada (codificación, almacenamiento y recuperación) y por otro el proceso afectivo que esta desencadena. Provocando así la evocación de vivencias o la resignificación de las mismas.

Por ello, consideramos pertinente hacer una comprensión de lo que sucede en la subjetividad del consultante a través de la música, teniendo en cuenta que durante el proceso de psicoterapia, las vivencias que aporta el paciente son un elemento fundamental, para su autoconocimiento y transformación, en la medida en que logra identificar su unicidad en los relatos, es decir, la forma particular y única en que experimenta su realidad y el sentido que esta tiene para él.

Sin embargo, actualmente no se ha reconocido en amplitud la música como un recurso que posiblemente permite la actualización de vivencias y la resignificación de las mismas, para el despliegue del sentido de vida. Se evidencia que los estudios publicados con respecto al tema de la música, en su mayoría responden a cuestiones neuropsicológicas, rehabilitación de trastornos mentales y aportes para facilitar el aprendizaje, por lo cual emerge el interés de

realizar una revisión documental basados en la pregunta *¿Cuál es la relación que tiene la música como recurso terapéutico en la manifestación de vivencias para la intervención psicoterapéutica?*, con el fin de conocer los aportes, las preguntas, los resultados y las posibles inconsistencias metodológicas de investigaciones anteriores, para brindar un mayor soporte teórico que promueva la realización de próximos estudios relacionados con el tema. A su vez, se pretende contribuir en el contexto de la psicoterapia, pues de ser posible el uso de la música en el sentido anteriormente expuesto, podría facilitarse el trabajo de intervención, al ser un fenómeno que promueve la expresión de experiencias significadas, brindando al terapeuta elementos importantes que le permitan trabajar con la vivencia en la práctica y comprender aquello que le sucede a su consultante.

Pregunta Problema

¿Cuál es la relación que tiene la música como recurso terapéutico en la manifestación de vivencias para la intervención psicoterapéutica?

Objetivos

Objetivo general.

Comprender la relación que tiene la música como recurso terapéutico en la manifestación de vivencias para la intervención psicoterapéutica.

Objetivos específicos.

- a) Identificar la música como lenguaje que permite significar experiencias en las personas.
- b) Analizar el vínculo de la música en la construcción de sentido que hacen los individuos.
- c) Describir la unicidad como característica y elemento fundamental en la manifestación de vivencias.

Marco Conceptual

Las referencias que se desarrollaran a continuación tienen como propósito fundamental atender a cinco momentos diferenciados:

En primera instancia, se pretende asumir una concepción de música que nos permita como investigadores tomar una postura teórica y evidenciar el contexto histórico de la misma, dando cuenta de la influencia que esta ha tenido en la movilización de emociones en diversas culturas, convirtiéndose así en una herramienta útil para la psicoterapia. En un segundo momento, quisiéramos dar a conocer aportes realizados por la musicoterapia a los procesos psicológicos de los individuos en sus aspectos emotivos, cognitivos, perceptuales y comportamentales mediante la activación o transformación de las estructuras neuronales. Seguido de ello se hará mención a algunos aspectos de interés para el contexto psicoterapéutico, referidos a los aportes de la música. A su vez, será objeto de reflexión la categoría de análisis, la significación, la unicidad y el sentido como algunos elementos integradores de la misma.

Finalmente, se expresaran algunas razones de orden disciplinar y epistemológico que justifican la importancia del método fenomenológico como referente para la comprensión de la música dentro del contexto psicoterapéutico.

Concepción de música y su impacto en el ser humano

Se define la música como "el arte de organizar sensible y lógicamente una combinación coherente de sonidos y silencios utilizando los principios fundamentales de la melodía, la

armonía y el ritmo, mediante la intervención de complejos procesos psico-anímicos” (Amézquita, 2012, p.1).

A lo largo de la historia la música ha sido concebida como un fenómeno universal. En las culturas primitivas se consideraba como un instrumento de defensa frente a la destrucción y la enfermedad, con la creencia de que esta tenía un origen divino, siendo en ese entonces los chamanes y curanderos, los responsables de aplicar las terapias musicales. Por su parte Pitágoras “padrino de la medicina por el sonido” (580-500 a.C.) sostuvo que la música podía restablecer la armonía espiritual “medicina del alma”. Platón (427-347 a. C.), consideraba que la música da serenidad al alma, y Aristóteles (384-322 a. C.) valoraba su capacidad de facilitar una catarsis emocional (Rodríguez, 2011, p. 2).

En la Edad Media Ibn Báya (filósofo y matemático zaragozano 1070-1138) afirmó que la música tiene un carácter que le permite actuar sobre el alma humana, modificando sus sentimientos, pasiones y afectos. Según Munro y Mount (1978) es en el siglo XVI cuando se estudia por primera vez la influencia de la música en la respiración, la presión de la sangre, la actividad muscular y la digestión. A esto se añade que el siglo XVII se consideró como principal propósito de la música el despertar las pasiones: amor, odio, dicha, angustia, miedo, etc. Agregando a lo anterior en el siglo XVIII surgen los textos sobre las propiedades terapéuticas de la música, en donde se tiene en cuenta la naturaleza del trastorno a tratar, las preferencias musicales del paciente y la relación entre el terapeuta y el enfermo. Seguido de ello en el siglo XIX se apoya la música como complemento en el tratamiento médico tradicional, al tener la capacidad de estimular emociones como la alegría y la tristeza, además de generar respuestas fisiológicas, psicológicas y socioculturales sirviendo como puente de relación entre cuerpo y mente (Rodríguez, 2011, p.2).

Por otro lado, los manuscritos médicos del renacimiento consideraron la música como un remedio contra la desesperación, la melancolía y la locura debido a que ayudaba a aliviar el dolor. Todos estos pensamientos que se dieron durante diversas épocas acerca de la capacidad de la música para alterar el comportamiento humano, afectaron el siglo XX por medio de la teoría psicoanalítica en la que algunos de los discípulos de Freud, contemplaron que la música sublimaba los impulsos instintivos y además que esta servía como un medio facilitador para la exploración del inconsciente a través de la introspección (Albornoz, 2002; p.26).

El impacto de la música sobre el comportamiento ha sido discutido y documentado a través de la historia, confirmando la creencia de que esta tiene una potente influencia en el ser humano (Ortega, et al., 2009). Dado que las propiedades comunicativas de la música se han comprobado adecuadamente, no es posible negar que la música constituye un tipo de lenguaje, en el sentido comunicativo que tiene la palabra, aunque en ocasiones las emociones que esta produce no pueden ser definidas en cuanto a sus contenidos y son expresadas como sensaciones cualitativas o connotaciones, más que a través de denotaciones o proposiciones (Díaz, 2010).

En este orden de ideas, la música es pensada como un fenómeno que surge de manera simultánea al lenguaje, debido a la necesidad de comunicarse y cooperar, aunque no se sabe con exactitud cuándo emergió en la especie humana (Orjuela, 2011).

A partir de lo anterior, es importante considerar que toda persona a lo largo de su historia se agrupa en sociedades y la música ha formado parte indispensable de esta afiliación, por tanto el aislamiento injustificado ha tenido un efecto negativo en la salud del hombre y es allí donde algunos métodos recreativos de la musicoterapia sirven como vehículos de socialización ya que estimulan la interacción y verbalización (Albornoz, 2002, p.27). Dentro de las conclusiones obtenidas, respecto a las diversas investigaciones que han sido realizadas, se ha destacado en

líneas generales que: “el cerebro humano puede responder al estímulo musical de forma predecible y biológicamente placentera y que el estímulo musical puede proporcionar experiencias físicas y psicológicas significativas las cuales benefician el organismo” (Albornoz, 2002, p.28).

En síntesis, la música se constituye históricamente como uno de los lenguajes de los seres humanos socialmente aprendidos, asociado a la emergencia de comportamientos que facilitan la comunicación y cooperación para el desarrollo de procesos emocionales y cognitivos.

La música y su relación con la psicoterapia

La música ha originado infinitas formas de relación, siendo estas las que constituyen la base fundamental de su utilización en terapia. Por lo general el ser humano capta los sonidos de forma inconsciente y retiene la música en la mente con sensaciones o estados de ánimo asociados a ella, llevando a cabo una forma de comunicación no verbal que hace parte de la vida diaria y que se encuentra en todas las culturas existentes en la humanidad (Montánchez & Peirats, 2012).

De esta manera, la comunicación no verbal permite mostrar las emociones y sentimientos que necesitan ser expresados a fin de lograr bienestar y salud, por lo que se puede observar que una de las características más importantes de la música es que puede ser valorada desde los primeros hasta los últimos años de vida, lo cual contribuye a su uso como medio terapéutico (Benenson, 1981 en Montánchez & Peirats, 2012).

Una de las ventajas de la comunicación musical desde el punto de vista de la psicoterapia es que no depende de respuestas racionales o intelectuales y ayuda a la persona a aliviar la tensión que puede generarle la comunicación verbal con el terapeuta, rompiendo con las barreras

intelectuales que en muchas ocasiones dificultan el dialogo con los pacientes, ya que la música se ha considerado como el lenguaje de las emociones al desplegar la capacidad de evocar respuestas emocionales y expresar material afectivo, siendo este un elemento muy importante, usado en la psicoterapia musical. Por ejemplo, la música puede ayudarle al paciente a descubrir su propia realidad y a clarificar la situación que está vivenciando, puesto que llega adonde la palabra no puede y esto facilita la movilización de bloqueos emocionales, defensas o distorsiones que afectan su cotidianidad (Albornoz, 2002).

Es importante aclarar que la psicoterapia musical solo puede realizarse con pacientes que posean adecuada capacidad de insight, es decir, la habilidad de reflexionar y analizar todas las relaciones musicales que puedan llevarse a cabo durante el proceso, de lo contrario está contraindicada (Albornoz, 2002).

Desde esta perspectiva, la música es un fenómeno pertinente para nuestra investigación ya que vislumbra posibilidades de resignificar sentidos alrededor de las experiencias del sujeto y la forma en que estas afectan su existencia.

Musicoterapia y psicoterapia musical

Aunque no pretendemos enfocarnos en el fenómeno de musicoterapia, entendiéndolo como: “Un proceso sistemático de intervención donde el terapeuta ayuda al paciente a promover su salud, usando experiencias musicales, y las relaciones desarrolladas a través de estas como fuerzas dinámicas de cambio” (Bruscia, 1998 en Eslava, 2013). Es importante resaltar algunos aportes que esta ha realizado a la psicología a través del uso de la música, buscando la prevención y rehabilitación de alteraciones psíquicas en diversos contextos.

Se ha identificado que en pacientes que sufren procesos de desorganización, desconfianza, ansiedad o apatía, se logra con frecuencia, encontrar a través de la experiencia musical clínica, motivos para alcanzar gratificación, placidez, cambio de ánimo y conexión con la realidad, descubriendo así que son capaces de pensar y sentir en contraposición a su manera distorsionada y ansiosa de percibir la vida. Los cambios positivos que se evidencian en áreas del afecto, orientación en la realidad y participación son recogidas en expresiones como: “La música me hace sentir cosas que pensé que había perdido”, “la música me consuela”, entre otras (Albornoz, 2002, p. 29).

Agregando a lo anterior, Koelsch (2009) propone tres dominios principales sobre los cuales podemos lograr resultados mediante la terapia musical. Con respecto a la emoción afirma que escuchar música tiene efectos sobre estructuras límbicas y paralímbicas, siendo este hallazgo un apoyo para tratamientos ligados a disfunciones amigdalinas como la depresión y la ansiedad, además considera la posibilidad de que la musicoterapia prevenga la muerte de neuronas hipocámpicas y el bloqueo de la neurogénesis hipocámpica, presente en alteraciones como la depresión y el estrés postraumático.

Con respecto a la acción-percepción, se ha comprobado que la percepción musical no solo activa áreas auditivas sino también áreas motoras, lo cual resulta significativo para la musicoterapia al ser un elemento útil en el aprendizaje de acciones y frente a la cognición social se ha logrado demostrar la activación de la corteza frontal anteromedial, el surco temporal superior bilateral y ambos polos temporales, sin embargo se concluyó que es necesaria una investigación más profunda al respecto para poder aplicar estos hallazgos a la musicoterapia, principalmente en alteraciones conductuales y autismo (Koelsch, 2009).

Al llegar aquí, es importante tener en cuenta que la naturaleza de la psicoterapia es psicológica y se propone ayudar a la persona a desarrollar mayor conocimiento personal, a resolver conflictos internos, a sanar traumas emocionales, a mejorar las destrezas interpersonales y a obtener una visión interna más clara acerca de sí mismo (*insight*). De allí surge la psicoterapia musical como una rama de la musicoterapia, en la cual se pretende realizar un tratamiento para la psique, ayudando al cambio y la transformación del paciente a través de la música aunque se continúe con la comunicación verbal. Dentro de esta área los métodos más usados son: la improvisación musical, las canciones y la imagen guiada, las cuales tienen sus fundamentos teóricos basados en la orientación psicoanalítica (Albornoz, 2002, p. 37).

Limitaciones de la Musicoterapia.

Existe carencia de suficientes estudios metodológicamente bien estructurados que puedan demostrar la efectividad de la musicoterapia. Según una revisión Cochrane, actualmente no se tiene evidencia científica sobre la efectividad de la terapia musical en algunos tratamientos, como por ejemplo los referentes a síntomas de la demencia, sin embargo la práctica diaria aporta otras conclusiones ya que la música aporta tranquilidad, emoción, reminiscencia, sociabilidad e incluso, en fases avanzadas de demencia en las que los pacientes apenas reaccionan ante los estímulos, se ha evidenciado como continúan reaccionando ante la música, por lo tanto se sugiere el diseño de estudios que aporten pruebas científicas sobre la efectividad de la terapia (Soria, Duque & García, 2011).

A pesar de esta limitación, Ortega, et al., (2009), destacan la diversidad de técnicas utilizadas en los estudios revisados, entre las cuales se encuentran: entrenamiento del ritmo,

sincronización musical, musicoterapia receptiva (escuchar música en vivo o grabada), musicoterapia activa (juegos musicales) y musicoterapia de improvisación (creación de música espontánea).

Aspectos a tener en cuenta en el contexto psicoterapéutico

Como se ha mencionado anteriormente, la música cumple la función de comunicar al ser un mediador relacional y emocional entre los seres humanos, permitiendo así la manifestación y expresión de vivencias diarias, por lo cual es importante conocer cuáles son los aportes o beneficios que esta puede generar dentro del contexto de la psicoterapia.

Hillecke, (2005) y su equipo del Centro Alemán de Investigación de la Musicoterapia (citado por Soria et al., 2011), describen cinco factores que contribuyen a que la musicoterapia sea efectiva, estos son:

La Modulación atencional, siendo la música capaz de atraer la atención de manera más potente que otros estímulos sensitivos, puede ser utilizada tanto para activar como para distraer como sucede en casos donde se presenta elevado estrés.

La Modulación emocional, implica áreas corticales y subcorticales, este factor es utilizado en el tratamiento de trastornos emocionales como la depresión, la ansiedad o el estrés postraumático.

La Modulación cognitiva, implica la memoria asociada a la música (codificación, almacenamiento y recuperación) y a los aspectos relacionados con el análisis de la misma.

La Modulación conductual, al ser la música un facilitador para provocar movimiento incluso de manera inconsciente a través del ritmo, utilizado en la estimulación y rehabilitación de pacientes con daño cerebral y enfermedades que involucran el movimiento y por último;

La Modulación comunicativa o factor interpersonal, facilitando el entrenamiento de habilidades de comunicación no verbal, lo cual resulta útil en alteraciones como el autismo.

Por otro lado, los estudios publicados afirman que la musicoterapia puede mejorar el estado global de las personas con esquizofrenia, así como su estado mental, siempre que se realice el número de sesiones adecuado, ya que la música es capaz de estimular la comunicación y por tanto de intervenir en alteraciones como la esquizofrenia y el autismo. (Soria, Duque & García, 2011).

Actualmente, el ser humano se encuentra constantemente con presiones externas e internas debido a diversos factores como: las implicaciones que tiene la vida urbana, la densidad poblacional, los avances tecnológicos, las dificultades económicas, personales, educacionales o laborales, las cuales tienden a generar estrés y desajustes que crean desequilibrio psicológico y físico (Albornoz, 2002). Frente a lo mencionado anteriormente, el musicoterapeuta Joseph Scartelli (citado por Albornoz 2002), considera que toda persona debe aprender a desarrollar espacios donde pueda utilizar la música en conexión con las labores que realiza para disminuir la acumulación de estresores y mantener el equilibrio psicofisiológico, ya que de no ser así, el cuerpo disminuye la capacidad de recuperarse y como consecuencia pueden surgir trastornos como: enfermedades cardiacas, presión arterial elevada, depresión, alcoholismo, dependencia farmacológica y enfermedades como la gripe o el cáncer.

Música y fundamentos neuropsicológicos

El procesamiento musical, en términos cognoscitivos y neurobiológicos es un tema complejo y relativamente nuevo ligado al desarrollo de las neurociencias y de tecnologías que dan a conocer cada día con mayor claridad la funcionalidad cerebral. Existen reportes que vinculan a la música como una herramienta terapéutica en patologías del sistema nervioso central, se ha detectado que esta contiene un efecto neuroprotector que esta mediado por la expresión de neurotrofinas, lo cual permite una mayor viabilidad neuronal, esto explica los efectos benéficos en enfermedades psiquiátricas y neurológicas crónicas, como demencias, enfermedad de Parkinson y trastornos afectivos (Orjuela, 2011).

De análoga manera, algunos estudios con roedores han investigado los cambios moleculares y genéticos que se producen cuando se los somete a estímulos musicales suaves y han hallado que los niveles de factor neurotrófico derivado del cerebro (BDNF, o *brainderivedneurotrophic factor*) se incrementan significativamente en el hipocampo e hipotálamo, comparado con grupos controles sin estímulos acústicos (Angelucci, 2007 en Orjuela, 2011). Ello se relaciona con una mayor capacidad de aprendizaje ya que el BDNF es una neurotrofina implicada en el crecimiento y supervivencia neuronal del SNC, por tanto se le reconoce como un método terapéutico que promueve mecanismos neuroprotectores y puede ser utilizada en diversas entidades nosológicas (Orjuela, 2011, p.754).

Goldstein (citado en Albornoz, 2002, p.31) investigó acerca de los cambios bioquímicos que suceden en el cerebro como respuesta al estímulo musical y encontró que la música provoca la liberación de endorfina (hormona que libera el organismo para combatir el dolor) la cual promueve experiencias emocionales profundas que dan paso al crecimiento personal.

Añadiendo a lo anterior, la musicoterapeuta Albornoz (2012), menciona que el sonido posee la cualidad de generar respuestas psicológicas y fisiológicas como por ejemplo: el placer, el miedo, la actividad muscular, los niveles de energía y los cambios del sistema nervioso central y autónomo. Neuropsicológicamente, el uso de experiencias musicales produce respuestas cerebrales que siguen las pautas comunes del procesamiento neural; el principio del esfuerzo mínimo, en el que el cerebro procura usar la cantidad mínima de información para lo cual se sustenta en experiencias previas que le permiten anticipar, predecir e identificar la nueva información sensorial. Cuando el cerebro procesa información musical nueva, se genera más actividad neural puesto que intenta descifrar el significado del nuevo estímulo que recibe; este trabajo ejercita y estimula las operaciones corticales básicas de sentir y pensar en pacientes que presentan compromisos neuropsicológicos como: parálisis cerebral, autismo y trastornos mentales.

Marco Disciplinar

Conceptualización de vivencia y significado

Desde una concepción fenomenológica, consideramos la vivencia como categoría de análisis para abordar el tema de interés. Esta se define de la siguiente manera:

“La vivencia es el modo cómo las personas valoran, perciben e interpretan aquello que les sucede y les rodea” (Guitart, 2008 p.1). Por su parte, Vygotsky, (1996), afirma que: *“La vivencia constituye la relación del ser humano con el entorno y revela lo que significa el momento dado del medio para la persona”* (p.1).

El significado de vivencia ha sido manejado de forma difusa, en tanto que se iguala a la emoción, experiencia o se utiliza para referirse a lo individual, particular y personalizado de otras categorías de análisis. Sin embargo, se han desarrollado numerosas corrientes como la psicología culturalista, con trabajos en temáticas de intervención, en los cuales destacan la vivencia como unidad de análisis para la comprensión dinámica de la subjetividad. Categoría que Vigotsky señaló como el camino más idóneo para el análisis de las relaciones del hombre con su medio (Calvo, 2012).

Para el primer científico que investigó el sentido de las vivencias Wilhelm Dilthey (citado en García, 2008, p.13), la vivencia es “un instante vivido y no se presenta como algo percibido o representado. Está allí de un modo inmediato como perteneciente al sujeto en algún sentido. Es en el pensamiento cuando luego se hace objeto”. A partir de dicha afirmación Ximena País Muñoz, (maestra en la Escuela de Biodanza Sistema Rolando Toro), menciona que *“la vivencia es el resultado del encuentro del ser humano con su mundo, con otro ser humano, con la*

naturaleza o con los objetos” (País, 2010, p.13); definición que se asemeja en cierta medida con la planteada por Vygotsky en el párrafo anterior. Adicionalmente País (2010), afirma que la vivencia solo puede realizarse en el ser humano por ser el único que puede darle un significado y posteriormente evocarlos, la razón resulta siendo posterior, pues la vivencia precede a la conciencia, siendo esta su elaboración representativa, es decir, que la conciencia surge de la vivencia.

Su importancia radica en ser testimonio de lo vivido, base de los procesos de simbolización y comunicación humana. La vivencia de la autoconciencia y del ser en el mundo, es quizás una de las más importantes, esta puede ser expresada a través de la danza, la música, la pintura, la poesía, entre otras, pues estas producen lenguaje.

El uso de esta categoría en las principales corrientes psicológicas se aprecia desde el surgimiento mismo de la psicología experimental en el siglo XIX, a esto se añade que la vivencia como categoría ha sido nombrada y empleada en diversos momentos históricos. Así, se encuentran términos como experiencia subjetiva, vivencia emocional, experiencia interna y experiencia emocional para hacer referencia al mismo fenómeno (Hernández, 2010).

La vivencia implica una transformación de la experiencia o de la realidad captada, al ser interiorizada, reestructurada y significada por el individuo (Hernández, 2010). Esta idea remite a la contemplación del carácter individual de la vivencia, al ser la personalidad única e irrepetible (Fernández, 2005). Al llegar a este punto, es importante aclarar que experiencia no es sinónimo de vivencia, si bien es cierto es un elemento integrador de la categoría, la experiencia ha de ser pública y repetida, mientras que la vivencia es subjetiva, íntima y privada (Vidal, 2011).

Al respecto, Fariñas (2005) menciona lo siguiente: “entiendo por vivencia la conjunción dinámica de lo que el sujeto percibe o experimenta en relación con el medio (lo cognitivo) y lo

que esta experiencia vale para él (relación afectiva que establece con dicho medio)” (p.1). Es decir, que la vivencia implica una relación emocional entre el sujeto y la situación que experimenta, por lo cual, se tendrá en cuenta el aspecto emocional dentro de la categoría de análisis; Chóliz (2005) define la emoción como: *“una experiencia afectiva en cierta medida agradable o desagradable, que supone una cualidad fenomenológica característica y que compromete tres sistemas de respuesta: cognitivo-subjetivo, conductual-expresivo y fisiológico-adaptativo”* (p.4).

A partir de lo anterior podemos afirmar que posiblemente la música es capaz de modular la emocionalidad y actualizar vivencias o generar la resignificación de las mismas, por tal razón puede convertirse en un factor generador de múltiples significaciones construidas por los oyentes, caracterizando la unicidad (cualidad de ser único e irrepetible) o singularidad del ser como elemento fundamental para la comprensión de la categoría de análisis.

Definición de sentido

El músico francés Guillaume de Machaut (1300-1377), (citado por Torres, 2009), considera que la música puede hacernos reír, cantar y bailar. Esta frase puede ejemplificar de forma precisa el sentido que puede tener la música para algunas personas, el cual va más allá de lo sensorial. A propósito de sentido lo definiremos como:

“La percepción emocional y mental de valores que invitan a la persona a actuar de un modo u otro, ante una situación particular o la vida en general, dándole a la persona coherencia e identidad personal” (Martínez, E. 2009, p. 7).

Cuando el autor hace referencia a la percepción emocional orienta el sentido hacía una vivencia emocional, es decir, no es una simple experiencia de algo que se piensa o sucede, sino

una experiencia con significado personal. Sin embargo, el sentido no es solamente significado, pues es posible interpretar cualquier situación, por tanto para que sea percepción emocional, esa experiencia de algo que se piensa, que sucede o podría suceder, debe generar vibración, resonancia afectiva y emocional en la persona, brindándole gozo y plenitud vital como forma especial de placer. Ahora bien, cuando se menciona que el sentido a su vez es percepción mental, se pretende dar a conocer que también es un significado que brinda dirección y orienta en un “hacia donde”, en una meta por cumplir o en un sueño por lograr; la percepción mental es una lógica que da unidad, coherencia e integra al ser con un conjunto de valores que se depositan en bienes y construyen vida (Martínez, E. 2009).

De lo anterior, se destaca la motivación que puede surgir en una persona para comportarse de un modo u otro a partir de la percepción afectiva y cognitiva que desencadena el estímulo musical que escucha, el cual puede movilizar emociones y experiencias sensoriales, generando revivencias sobre las vivencias que ya fueron adquiridas en un momento dado.

El psiquiatra y filósofo del siglo XX Viktor Frankl, al estudiar el sentido como su tema de interés, dio origen a la logoterapia (terapia del sentido, significado y propósito de la vida), como un modelo psicoterapéutico que intenta restituir al hombre la totalidad y la unicidad de su ser, esta resulta siendo una terapia de enfoque existencial que usa los recursos del ser humano y se orienta hacia el futuro, la cual a su vez considera la búsqueda del significado como aspecto primario para el mismo. Es una teoría que toma en cuenta en el hombre no solo su dimensión psicofísica sino que además incluye aquella dimensión propia del ser humano, la espiritual. Resalta a su vez la voluntad de sentido, entendida como una fuerza primaria que se constituye en la búsqueda del sentido de la vida, siendo este único y específico (Molla, 2002).

El sentido se puede comprender de dos maneras: como sentido en la vida y como sentido de la vida; el sentido en la vida es situacional, se da en un momento determinado, es decir, es el sentido que se encuentra en una situación concreta y que se halla oculto en cada experiencia que tiene el ser humano en el presente, este se descubre en el aquí y el ahora o en vivencias que se actualizan del pasado o se traen del futuro a la realidad actual, siendo el conjunto de estas huellas de sentido las que van construyendo el sentido de la vida el cual se consume al finalizar la existencia. A partir de allí, Frankl menciona tres caminos en los que es más fácil encontrar sentido a la vida, a estos los denominó:

Valores de creación: que hacen referencia al sentido que se descubre en lo que se da al mundo, en lo que se crea y en lo que se aporta, son aquellos que se desarrollan en la función que se desempeña como participe de una comunidad, en sí, es el sentido que se encuentra en el dar a otros. Los valores de experiencia: hacen referencia a aquel sentido que se descubre en lo que se recibe del mundo, en lo que llega a la persona, es decir, es el sentido descubierto en la contemplación, en lo recibido, en lo experimentado, son los que se desarrollan en la vivencia amorosa, el sentido encontrado en el recibir y los valores de actitud: que se desarrollan cuando los dos valores anteriores ya no pueden llevarse a cabo, es decir, el sentido que se encuentra en medio y a partir del sufrimiento, el que se descubre en la lucha, en la superación, en lo aprendido en medio de las dificultades y tribulaciones de la vida (Martínez, E. 2009).

Así pues, el sentido que una persona pueda hallar a través del estímulo musical posiblemente se relacione con los tres valores mencionados anteriormente. De esta manera es posible que la música funcione como un medio para movilizar la voluntad de sentido, lograr significación en las vivencias o actualización de las mismas, en donde actúa el elemento referencial de la experiencia, aquello que Husserl denominó: la noesis, definida por Martínez, Y.

(2009) como: “la integración significativa que hace el sujeto frente al objeto o al hecho que experimenta, tratándose de cómo se dirige la conciencia, a través de lo cual se define el objeto” (p.130).

Al llegar a este punto, consideramos pertinente abordar la fenomenología como campo metodológico en tanto nos permite comprender sistemáticamente los aportes de la música en la significación y re significación que hacen los seres humanos de su propia experiencia.

Marco Epistemológico

A continuación se hará referencia al abordaje desde el cual se espera dar respuesta a la pregunta planteada, el cual nos permitirá comprender la relación del fenómeno música con la vivencialidad del ser humano, para ello consideramos pertinente la fenomenología como una forma de conocer y como un método que posiblemente nos acercará al cumplimiento del objetivo propuesto.

¿Qué es la fenomenología?

La fenomenología es una metodología científica que hace posible acercarse a los fenómenos de manera rigurosa y sistemática por medio de la descripción y comprensión como herramientas intelectuales para reconocer sus fundamentos o esencias, entendiendo por esencia aquello que lo hace ser eso que es y ninguna otra cosa, utilizando como premisa metodológica, el proceder lo más libremente de prejuicios si lo que se desea es conocer la realidad del otro (Pérez, 1995).

Es así, que para efectos de nuestra investigación la fenomenología nos permite metodológicamente la comprensión del fenómeno denominado música y su incidencia en la subjetivación que los individuos pueden hacer de su realidad.

Surgimiento y características del método fenomenológico

Dentro de este marco ha de considerarse la figura del filósofo Franz Brentano, quien ocupa un lugar importante en los antecedentes de la fenomenología, al ser el primero en emplear

la noción de intencionalidad de la conciencia la cual fue retomada y reformada por el filósofo alemán Edmund Husserl para generar un eje central de su teoría, siendo él, el creador de la fenomenología y el primero en hablar de la psicología fenomenológica como una disciplina que jugaría un papel importante en la psicología empírica imperante, así como en la filosofía y en la psicopatología (Pérez, 1995).

La fenomenología inicia como un movimiento filosófico en el siglo XX, que describe las estructuras de la experiencia tal y como se presentan a la conciencia, sin recurrir a teoría, deducción o suposiciones procedentes de otras disciplinas como las ciencias naturales. A partir de 1910, Husserl definió la fenomenología como el estudio de las estructuras de la conciencia que capacitan al conocimiento para referirse a los objetos fuera de sí misma. Este estudio requiere reflexión sobre los contenidos de la mente para excluir todo lo demás, fue a esta reflexión a la que Husserl denominó “reducción fenomenológica” ya que la mente puede dirigirse tanto a lo no existente como hacía los objetos reales. Por tanto, Husserl advirtió que la reflexión fenomenológica no presupone que algo existe con carácter material sino que equivale a “poner en paréntesis la existencia”, es decir, dejar de lado la existencia real del objeto contemplado. Para Husserl la fenomenología consistió en una filosofía absoluta de los fenómenos de la conciencia pura, sin embargo entre 1925 y 1928, desarrolló la fenomenología psicológica como una respuesta a la relación entre la fenomenología como ciencia filosófica estricta y la fenomenología como ciencia empírica de lo psíquico (Figuroa, 2008).

De esta manera, es importante mencionar que la fenomenología trascendental propuesta por Husserl, caracterizada por el intento de explorar la experiencia subjetiva no por sí misma, sino en el intento de entender cómo la conciencia impone ciertos sentidos y obscurece la posibilidad de captar la realidad como tal, difiere de la fenomenología existencial, la cual busca

centrar su interés en la experiencia del ser humano con sus potencialidades y limitaciones como ser-en-el-mundo y de la fenomenología psiquiátrica aplicada por Jaspers, que se basa en la forma como el paciente describe sus experiencias y su subjetividad, analiza los datos que ofrece el paciente, poniendo especial atención a las interrelaciones o interconexiones, procurando encontrar el núcleo de la problemática y comprende la vivencia subjetiva al estudiar la forma como la persona experimenta ciertas categorías, como la temporalidad, la espacialidad, la causalidad y la materialidad (Martínez, Y, 2009).

Todas estas formas de fenomenología comparten una serie de planteamientos acerca de la aproximación a la realidad y reflexionan siguiendo un mismo método. El método fenomenológico propuesto por Husserl para el análisis de la experiencia, es compartido tanto por los fenomenólogos trascendentales como por los existenciales, solo que los primeros tratan de aplicarlo para “volver a las cosas mismas” mientras que los segundos intentan aplicarlo a la comprensión de la “existencia” (Martínez, Y, 2009).

Ahora bien, el psiquiatra y filósofo existencialista Jaspers al continuar con el estudio acerca de la fenomenología iniciado por Husserl, mencionó que el método fenomenológico es un procedimiento atenido a hechos, a lo realmente existente aunque se oriente a objetos que no se muestran sensorialmente ante los ojos, referido a la experiencia inmediata o fáctica pero sin la presencia efectiva o real del objeto. Su propiedad distintiva consiste en la descripción la cual es altamente compleja: diferencia, delimita, confronta, pone en relación, señala, comprueba, fija en términos exactos y puntuales sus hallazgos y aunque se restringe a fenómenos aislados y únicos, también puede abarcar totalidades como la conciencia psicológica. Su materia son las vivencias psíquicas individuales y los estados psicológicos vivenciados por el paciente. Esto significa que, además de “qué” vivencia el ser humano, importa “cómo” lo vive, “cómo” lo expresa y “cómo”

coloca el acento enfrente del interlocutor. La postura fenomenológica implica dejar de lado toda teoría recibida por justificada que parezca científicamente y abstenerse de elaborar hipótesis o emitir interpretaciones, teniendo en cuenta la intuición y la comprensión como una forma en la que la conciencia puede captar las vivencias y los fenómenos inmediatamente experimentados (Figueroa, 2008).

Tomando como punto de referencia el aporte de Martínez, Y. (2009), consideramos que el método fenomenológico es apropiado para nuestra investigación por las razones que esbozaremos a continuación:

Al estudiar la experiencia directa del fenómeno, se interesa por las diferencias y por aquello que lo hace único.

El intento por describir la experiencia tal y como se presenta, en vez de explicarla estando abierto a las posibilidades.

Utiliza la regla del epoché en donde invita a dejar de lado las concepciones iniciales y prejuicios sobre las cosas (noema) o la realidad a fin de permanecer abiertos a la experiencia inmediata.

Utiliza la reducción eidética enfocándose en el proceso de significación (noesis) actual de la conciencia.

A través de la reducción trascendental centra su atención en la conciencia haciendo posible la apertura a una nueva construcción de significados. (p, 114,115, 134,136).

Aportes de la fenomenología a la psicoterapia

De lo anterior se desprende que la psicoterapia basada en la fenomenología tiene interés en la experiencia subjetiva de la realidad, en el análisis de la experiencia de la conciencia, sin

proponer su metodología como la mejor aproximación a la realidad, es decir que no intenta minimizar las propuestas de otras corrientes del pensamiento. Este tipo de psicoterapia se distingue de aquellas que ponen su acento en el estudio del comportamiento como realidad objetiva, o de aquellas que se interesan en mecanismos teóricamente inconscientes. Una forma de aplicar la fenomenología en psicoterapia es que el terapeuta se muestre interesado por el noema (hecho concreto) y la noesis (significación de la conciencia) de la narrativa del consultante, lo cual resulta útil para evitar interpretaciones apresuradas en psicoterapia; para ello es posible realizar de manera conjunta con el cliente, una investigación fenomenológica sobre la temática que la persona trae a la consulta psicoterapéutica. Cuando el terapeuta desea indagar acerca del noema, puede realizar preguntas como: ¿Quién o qué personas están presentes en la narrativa?, ¿Qué es problemático?, ¿De qué forma se revela?, ¿Quién es el protagonista?, entre otras. A su vez cuando el terapeuta desea profundizar en la noesis puede preguntar: ¿Qué sentimientos, actitudes, creencias, valores, soportan la narrativa?, ¿Cómo comunica el cliente a través de esta narración?, ¿Qué impacto causa el cliente sobre la narrativa?, entre otras (Martínez, Y, 2009).

Al llegar aquí, es importante mencionar que los terapeutas de la corriente existencial-humanista (rogerianos, gestálticos, logoterapeutas, existenciales, etc.) intentan aplicar el método fenomenológico en el trabajo con sus clientes con el fin de relacionarse directa y verdaderamente con ellos en lugar de observarlos a través de sus teorías, construyendo un modelo psicoterapéutico basado en la interrelación. Es así, como la fenomenología en psicoterapia hace énfasis en la experiencia y nos plantea una idea más humana de la psicología validando la posibilidad de múltiples perspectivas ante un mismo hecho y poniendo en duda la existencia de una verdad “objetiva”, pues debido a la intencionalidad, (entendida como el movimiento propio

de la existencia que siempre se dirige hacia algo, alguien o hacia a algún lugar); la “percepción objetiva de la realidad” es imposible, ya que toda percepción estará siempre en relación con algo e influenciada por la subjetividad. De esta manera el método fenomenológico puede resultar útil no solo para el terapeuta sino además para el cliente, quien podría aprender a utilizarlo en su propia manera de examinar y reflexionar sobre sus experiencias y su subjetividad (Martínez, Y, 2009).

Estado del Arte

A continuación se hará una recopilación de algunos estudios realizados que se asocian con el tema de interés, a fin de identificar las investigaciones que han surgido durante los últimos 14 años y que se relacionan con el abordaje de la música como un recurso terapéutico.

En la universidad de Chile, específicamente en la facultad de ciencias sociales se publicó en el año 2002 una memoria para optar al título de psicólogo, llamada “*Esquizofrenia, Música y Terapia de Grupo*” citando como autor a Alejandro Olivos Bravo. En esta investigación se trabajó con pacientes que habían sido diagnosticados con esquizofrenia y que recibían tratamiento en la comunidad terapéutica diurna de Peñalolén, en Santiago de Chile. El grupo con el que se desarrolló la investigación fue de 10 pacientes seleccionados por los siguientes criterios: Debían asistir regularmente a controles médicos, una vez al mes, en el hospital el Salvador, asistir regularmente a las actividades de la comunidad terapéutica y asistir a tutoría una vez por semana.

El proyecto de grado, inicia con la implementación de un dispositivo de terapia grupal, denominado “*Taller piloto*”, en el que se buscaba la manera de integrar eficientemente la música y la palabra. Los resultados obtenidos a través del método de observación participante del memorista y de la supervisión (grabadas en cassettes de audio y transcritas posteriormente en la investigación) realizada una vez por semana durante un poco menos de un año, generaron interrogantes acerca de la naturaleza de la relación música-palabra; lo que motivó al investigador a apoyarse en un equipo integrado por un musicoterapeuta y un psicólogo con experiencia en terapia grupal a fin de desarrollar un nuevo taller denominado “*Taller experimental*”, el cual permitió dilucidar los cuestionamientos surgidos del “*Taller piloto*” y

extraer conclusiones significativas acerca de la interacción entre la música y la palabra (Olivos, 2002).

Los resultados integrados de estas dos experiencias construyen una propuesta de terapia de grupo en la que se utiliza la música como recurso para el tratamiento de pacientes diagnosticados con Esquizofrenia.

Olivos (2002), fijo como objetivos: a) explicitar y describir la relación que existe entre la música y la palabra, y b) considerar las posibilidades que brinda el uso de la expresión musical en el tratamiento de la esquizofrenia. Para dicho fin, el autor diseñó un taller experimental basado en la técnica de los grupos operativos (Pichón-Riviére, 1970), el cual resultó ser de gran utilidad para el tratamiento de este tipo de pacientes.

Cabe mencionar que uno de los aspectos más relevantes de esta investigación fue el trabajo de uno de los rasgos esenciales que se encuentran presentes en todo el transcurso de la enfermedad, como lo es el deterioro de las relaciones interpersonales, pues el fracaso del paciente en la capacidad de relacionarse, le impide establecer una comunicación espontánea y fluida con los otros. Por tanto, la propuesta del autor va orientada a la necesidad de desarrollar una comunicación eficiente entre los participantes del grupo por medio de la creación de música, a fin de trabajar en los problemas de relaciones interpersonales, lo cual adquiere especial utilidad en los trastornos mentales en los que estos problemas son característicos (Olivos, 2002).

La metodología de la investigación se centró primero en promover las relaciones interpersonales y la comunicación no verbal entre los miembros del grupo, por medio de gestos, miradas y señas durante la experiencia musical. Seguido de ello, se motivó a que los pacientes verbalizaran la experiencia vivida y llegaran a acuerdos y conclusiones en cada una de las sesiones, lo cual redujo el aislamiento social característico en toda la enfermedad. De esta

manera, se concluyó que la música demostró ser una poderosa herramienta para facilitar la comunicación no verbal, pues una vez realizada la aplicación de los talleres, los pacientes lograron desarrollar habilidades de trabajo en equipo de manera eficiente para llevar a cabo con éxito las actividades musicales y abordar problemas propios de su enfermedad (Olivos, 2002).

Por otro lado, en el año 2006, el psicólogo Roberto Valderrama publicó en la Revista “*Psicología.com*”, el artículo: “*Efectos de la música Excitadora en el nivel de estado de ansiedad*”. Esta investigación fue realizada en la facultad de psicología BUAP, de México, con el objetivo de probar la siguiente hipótesis: “*Escuchar música excitadora produce un incremento en el nivel del estado de ansiedad*”. Para ello se seleccionaron 137 sujetos: 31 pertenecientes al género masculino y 106 al género femenino. Todos ellos estudiantes de psicología de la Benemérita Universidad Autónoma de Puebla, con una media de edad de 20 años con 5 meses y pertenecientes a la clase media.

La música que se utilizó para dicho fin, fue el género heavy metal, al ser catalogada como música excitadora, la cual se entiende como: “*aquella música que se caracteriza por un ritmo irregular y marcado, dinámico, no predecible, sin consonancia de armonía, instrumentación conocida y tono de sonoridad; volumen tonal, cacofonía y con decibeles altos*” (Gaston, 1951 citado en Valderrama, 2006). Seguido de ello, se aplicó la prueba MMPI con el fin de identificar los rasgos introvertidos y extrovertidos de la población. A su vez se aplicó la prueba IDARE para medir el estado de ansiedad antes y después de la exposición al estímulo musical (Valderrama, 2006).

Finalmente, se concluyó que hubo un aumento de ansiedad significativo en todos los participantes después de la exposición al estímulo musical, pues los sujetos presentaron conductas con tendencia a la inquietud motora, movimientos constantes en extremidades y

cambios de posición. Por tanto, el autor afirma que la música excitante si afecta el nivel de estado de ansiedad, debido a que al no poder realizar algún tipo de actividad, (tal como: caminar, bailar, brincar, platicar o cualquier otra actividad) se provoca un incremento en la energía generada por el Sistema Nervioso Simpático. (Valderrama, 2006).

Por su parte, en la universidad de Chile, Daniela Banderas Grandela (Magister en artes y musicología), realizó una investigación en el año 2006, acerca de *la experiencia musical como parte del proceso de reparación en mujeres víctimas de agresión sexual*. El objetivo de esta investigación era mostrar a partir de cinco estudios de caso, como la música es capaz de generar cambio y mejora en la reparación de traumas causados por la violencia sexual.

Los participantes de la investigación fueron cinco mujeres víctimas de algún tipo de violencia sexual, todas ellas pertenecientes a la Comuna de “El Bosque” que se encuentra ubicada en la periferia sur de la ciudad de Santiago de Chile, y que se caracteriza por ser una zona de mucha pobreza, de riesgo social y de altas tasas de criminalidad (Banderas, 2006).

El estudio se desarrolló a través de la realización de una serie de entrevistas no estructuradas, en las que las participantes lograron relatar su historia de vida y reflexionar acerca de sus vivencias traumáticas asociándolas a las propias experiencias musicales. De lo anterior, se concluyó que la música y los significados que cada mujer construyó alrededor de ella, estaban íntimamente ligados a los usos que hacían con la música y la función que le otorgaban. A su vez, menciona Banderas que la experiencia musical depende en gran medida de las propias vivencias de quien la escucha, pues esta se presenta como agente capaz de actuar en la redefinición de un individuo. Por tanto, Banderas afirma que el poder que tiene la música popular en estas mujeres, se debe al significado que ellas le otorgan, lo cual estimula la acción y el desarrollo de ciertos comportamientos y estados emocionales que motivan al cambio. Lo anterior, permite evidenciar

que la música posee características especiales para la vinculación de vivencias en los sujetos y que sirve como recurso para asimilar y resignificar situaciones traumáticas (Banderas, 2006).

Por su parte, en el año 2009, Ortega et al., realizaron un estudio en la Universidad de Almería, sobre las aplicaciones de la musicoterapia en educación especial y en hospitales, en donde se buscaba hacer una amplia revisión de los estudios experimentales relacionados con la efectividad de la utilización de la música como un recurso terapéutico. La mayor parte de los estudios revisados aportaron pruebas a favor de la hipótesis de que la utilización de la musicoterapia en niños con necesidades educativas especiales, tiene efectos positivos en: la reducción de ansiedad, mejora del desarrollo emocional, mayor equilibrio psicofísico y emocional y aumento del nivel de comunicación e interacción social.

Adicionalmente Ortega et al., (2009) citaron el aporte realizado por Hillecke, et al., (2005), quienes exploraron los factores que hace que la musicoterapia sea efectiva, destacando los siguientes: (1) factor atencional, la música es un estímulo auditivo capaz de captar la atención mejor que otros estímulos sensoriales, y de generar distracción y relajación; (2) factor emocional, ya sea porque una melodía activa determinadas emociones o porque activa el recuerdo de emociones asociadas; (3) factor cognitivo, la comprensión de la música implica el pensamiento y la creación de una experiencia subjetiva, lo cual puede transformar determinados significados subjetivos previamente establecidos; (4) factor conductual, la música es una herramienta que activa el movimiento, al estar estrechamente relacionada con la danza (puede utilizarse en la mejora de problemas motores asociados a diversos trastornos); y, (5) factor de comunicación, la música constituye una forma de comunicación no verbal de gran ayuda en el tratamiento de los problemas relacionados con la interacción entre personas, resultando especialmente efectiva

como vehículo de expresión de emociones de las personas a las que se le dificulta comunicarse de forma verbal.

Al llegar aquí, vale la pena resaltar que dicho aporte también es tenido en cuenta en el estudio realizado por Soria, Duque & García, en el año 2011, el cual describiremos posteriormente. Finalmente el grupo de investigación de Ortega concluyó que existen indicios que señalan que la musicoterapia parece ser beneficiosa para el tratamiento de los déficits emocionales, atencionales, motores, de comunicación, etc., asociados a diferentes patologías, y para reducir la ansiedad que puede aparecer en situaciones concretas. Sin embargo, hay que señalar que la mayor parte de los datos disponibles se derivan de estudios de caso único o de estudios de grupo que presentan problemas metodológicos. Generalmente los terapeutas que utilizan la terapia musical, han argumentado que solo es posible realizar estudios de caso único ya que los programas de entrenamiento deben ser individualizados. Por tanto, a rasgos generales, los resultados obtenidos parecen indicar que la musicoterapia provoca efectos relajantes en los pacientes, lo cual podría provocar la mejora de síntomas físicos aunque desde el punto de vista metodológico, los estudios revisados requieren de un mayor rigor experimental para argumentar con amplitud los efectos de la música como herramienta terapéutica en este tipo de contextos (Ortega et al., 2009).

Ahora bien, en el año 2010 se publicó una investigación en el Instituto Nacional de Psiquiatría Ramón de la Fuente Muñiz, ubicado en México, titulada *“Música, lenguaje y emoción: una aproximación cerebral”*. Dicho estudio inició en el año 2000, en el que se agrupó un equipo de investigación en la UNAM (Universidad Nacional Autónoma de México), conformado por el laboratorio de María Corsi-Cabrera, de la Facultad de Psicología, el laboratorio del doctor Fernando Barrios, del Instituto de Neurobiología, experto en imágenes

cerebrales de tipo metabólico y el investigador José Luis Díaz interesado en la psicobiología, la neurociencia cognitiva de la conciencia y la epistemología, actualmente adscrito a la Facultad de Medicina. El tema de interés de este grupo interdisciplinario fue la emoción musical y sus fundamentos cerebrales.

La investigación se realizó con el objetivo de probar una técnica diseñada para el estudio de emociones humanas provocadas por la música. Para ello se seleccionaron 108 estudiantes de ambos sexos, pertenecientes a cuatro escuelas de nivel superior con una edad promedio de 22 años. Las sesiones duraron 90 minutos, donde se reprodujeron 10 obras musicales: cinco del repertorio clásico, cuatro del inventario popular propio y ajeno y una sonorización del espectro de la aurora boreal (Díaz, 2010).

En la audición se tocaron los segmentos extraídos de la misma obra y el oyente escogió términos de la emoción que mejor identificara su respuesta afectiva. Este primer experimento, provee de un criterio relativamente certero para la selección de estímulos musicales en función de las emociones particulares que generan, condición necesaria para realizar experimentos de neurociencia cognitiva que requieren estímulos bien caracterizados en referencia a la respuesta mental que evocan. Adicionalmente, se aplicó la prueba Friedman con el fin de establecer en cuales segmentos estaban las diferencias significativas y obtener el perfil emocional específico de cada fragmento musical para esta población (Díaz, 2010).

Finalmente, se eligieron dos técnicas de imágenes cerebrales para investigar la activación cerebral que se produce en sujetos sin entrenamiento musical al escuchar obras maestras desconocidas, que habían sido seleccionadas previamente por su capacidad para generar emociones musicales agradables y desagradables. Para ello, se usó una técnica basada en el electroencefalograma (EEG), con el fin de medir la correlación entre los ritmos de diferentes

zonas cerebrales, siendo este un método adecuado para identificar los cambios inducidos por la escucha prolongada de la música. A su vez, se utilizaron técnicas metabólicas mediante resonancia magnética funcional (RMF), para el desarrollo de imágenes cerebrales relacionadas a la irrigación de sangre, utilización de azúcar, consumo de oxígeno y otras variables. De lo anterior se identificó que mientras la RMF permite visualizar las zonas activas del cerebro durante la escucha, el EEG permite seguir los cambios inducidos por el flujo continuo de los sonidos musicales y obtener un promedio temporal de la actividad cerebral (Díaz, 2010).

En estos estudios se obtuvieron imágenes eléctricas y metabólicas de 19 personas sin entrenamiento musical, que escucharon 10 segmentos de cada pieza mencionada, durante 30 segundos de estimulación auditiva.

Los resultados indicaron que ambos procedimientos distinguen a las emociones placenteras de las desagradables inducidas por la música. La emoción musical agradable (Bach+Mahler–Prodromidès) se caracteriza por la actividad de una amplia red cortical que incluye la zona primaria auditiva izquierda, y las regiones temporal posterior, parietal inferior y prefrontales. La región auditiva primaria provee de una cualidad afectiva temprana y las áreas cognitivas izquierdas facilitan los sentimientos agradables cuando las secuencias melódicas siguen reglas sintácticas esperadas. De hecho las emociones musicales desagradables (Prodromidès– Bach+Mahler) incluyen la actividad de regiones derechas frontopolares y paralímbicas (Díaz, 2010).

Así pues, el grupo de investigación concluye que los resultados obtenidos contradicen la idea de que el hemisferio derecho suministra el elemento prosódico de la expresión y valoración de la música, mientras que el hemisferio izquierdo participa en aspectos de análisis que se desarrollan en el entrenamiento musical. Pues los sujetos participantes nunca habían

interpretado algún instrumento y el surgimiento de emociones agradables se asociaron con la activación del hemisferio izquierdo, mientras que las emociones negativas se correlacionaron con la activación del hemisferio derecho, lo cual le permitió a los investigadores afirmar que el sustrato nervioso de la emoción generada por el estímulo musical, no depende únicamente de los efectos directos o indirectos de circuitos subcorticales y límbicos del cerebro humano que son fundamentales para generar procesos afectivos, sino que dependen de la activación de redes extensas tanto de estructuras subcorticales como de la corteza cerebral (Díaz, 2010).

Por otra parte postulan que las redes neuronales involucradas en el procesamiento de la música agradable y que implican al hemisferio dominante para la destreza manual, son prácticamente las mismas que se utilizan en el procesamiento del lenguaje, y que la participación del hemisferio izquierdo durante la experiencia musical placentera, refiere que parte de las emociones que surgen tienen que ver con las propiedades gramaticales y simbólicas de la música, las cuales enganchan a los sistemas representacionales y simbólicos del sistema mente-cerebro (Díaz, 2010).

Orjuela indagó en el año 2011 sobre el efecto ansiolítico de la musicoterapia y los aspectos neurobiológicos y cognoscitivos del procesamiento musical. Dicho estudio se realizó en Colombia y fue publicado en la Revista Colombiana de psiquiatría. Allí se plantearon los siguientes objetivos: (1) Revisar y discutir los mecanismos de procesamiento neurobiológico y cognoscitivo de la música y (2) Comprender los beneficios del efecto ansiolítico de la música en diferentes entidades clínicas y contextos médicos. Para dicho fin, se hizo una revisión narrativa de la literatura médica y se concluyó que el efecto ansiolítico de la musicoterapia se encuentra determinado por mecanismos complejos de procesamiento musical que hacen parte de la especie humana.

La activación de memorias asociativas y el análisis de la expresión emocional, ligados a la percepción tonal y temporal del módulo de procesamiento musical, son los principales componentes cognoscitivos involucrados en el efecto relajante mediado por la música y por último uno de los aportes más importantes de este estudio: La exposición musical desencadena mecanismos neuroprotectores, al promover la expresión de neurotrofinas, lo cual permite una mayor viabilidad neuronal y podría explicar los efectos benéficos en enfermedades psiquiátricas y neurológicas crónicas, como demencias, enfermedad de parkinson y trastornos afectivos (Orjuela, 2011).

Soria (2011) y su equipo de investigación, realizaron en España una revisión sobre las evidencias cerebrales del entrenamiento musical, en la que rescataron la música como un elemento rehabilitador que puede ser utilizado con fines terapéuticos tanto en el área física como emocional y socialmente, por lo que se aplica en numerosos trastornos y con múltiples finalidades. A su vez, abordaron el tema del cerebro del músico en la segunda parte de la revisión, dando cuenta de las diferencias estructurales y funcionales que existen en el cerebro de un músico profesional. Por otro lado, relacionaron la música como instrumento terapéutico con patologías como: demencia, estrés, ansiedad, afasia, depresión, esquizofrenia, autismo y daño cerebral.

Finalmente concluyeron que: 1) la música supone un medio más para la rehabilitación mediante la musicoterapia, la cual es capaz de mejorar la salud mediante los siguientes factores: atención, emoción, cognición, conducta, comunicación y percepción; 2) en la práctica clínica la musicoterapia se utiliza ampliamente y los resultados en los pacientes son evidentes, sin embargo no se han realizado estudios que muestren científicamente con un alto nivel de evidencia que la musicoterapia tiene efectos significativos sobre el trastorno que esté siendo tratado y 3) diversos

estudios han mostrado que el cerebro del músico es distinto al de las personas que jamás han llevado a cabo cualquier entrenamiento musical, puesto que practicar a diario con un instrumento, implica a diversas áreas cerebrales y funciones cognitivas, lo cual genera que una persona con estudios musicales active una red cerebral muy extensa cuando percibe una melodía, ya que se activan áreas de procesamiento del tono, de control motor y auditivas (Soria, 2011).

Mientras que en una persona sin estudios musicales se activan áreas auditivas principalmente. Adicionalmente se observó que existen diferencias en algunas áreas cerebrales, ya que en los músicos tienen un mayor tamaño; la mitad anterior del cuerpo caloso y el cerebelo es mayor en hombres músicos; esta diferencia no se ha encontrado en mujeres. También se ha constatado una mayor simetría y tamaño de la corteza motora de los músicos profesionales (Soria, 2011).

Ahora, para centrarnos un poco más en el contexto de la psicoterapia, vale la pena mencionar a la musicoterapeuta María Pilar Alba Blancat quien publicó una tesina del master de musicoterapia llamada "*La depresión y la música: estudios que demuestran su efectividad como tratamiento*". Dicha investigación se llevó a cabo en el Instituto Superior de Estudios Psicológicos ISEP, con campus ubicados en Barcelona, Madrid, Valencia y Zaragoza, allí se realizó una revisión documental y sistemática de seis textos publicados desde el 2003 hasta el 2011, investigaciones principalmente del campo de la musicoterapia y la depresión que buscan dar cuenta de la efectividad del trabajo de la música en el tratamiento de la depresión clínica.

Alba (2011), Identifica los estudios recientes que examinan la eficacia de la musicoterapia en la reducción de los síntomas de la depresión clínica, y compara la pertinencia de la musicoterapia alternativa a los tratamientos farmacológicos o psicológicos. En su trabajo, define la musicoterapia como la aplicación científica del sonido, la música y el movimiento, a

través del entrenamiento de la escucha y la ejecución instrumental sonora. Integra lo cognitivo, lo afectivo y lo motriz, desarrollando la conciencia y potenciando el proceso creativo. De esta manera es posible: facilitar la comunicación, promover la expresión individual y favorecer la integración grupal y social. A su vez menciona que: *“La técnica musicoterapéutica para pacientes depresivos utiliza la comunicación no verbal para ayudar a los pacientes a expresar sus emociones”*. Esta definición apoya la importancia de la música como recurso terapéutico en características propias de la comunicación y más aún su relevancia en el contexto de la psicoterapia.

Todos los estudios que Alba Blancat recopiló revelaron efectos positivos en la reducción de los síntomas depresivos con la utilización de la música, sin embargo no especifica claramente qué tipo de música es la que se podría catalogar como idónea en la terapia; en los artículos que recopila la autora, encontramos investigaciones y análisis que hablan de mejoramientos en el estado anímico de las personas, aumento de la comunicación familiar y su interrelación social, disminución de estados de soledad y marginación, mejoras en el desempeño social y la importancia de la música como un agente antidepresivo entre otras cosas, sin embargo como conclusión se afirma que la música más efectiva es por lo general aquella que refleja nuestro propio estado de ánimo. Finalmente Alba (2011), afirma: *“la música permite que los pacientes se concentren y dejen de lado un estado anímico deprimido para dar lugar a una mejoría en su estado depresivo”*.

Por otro lado, en la Universidad de Valencia, Montánchez & Peirats (2012), realizaron un estudio sobre el musicoterapeuta y sus prácticas metodológicas en la reeducación de la esquizofrenia, en el que se invitó a participar a todas las asociaciones y centros de musicoterapia existentes en España, con el objetivo de conocer cuáles son las prácticas pedagógicas de los

musicoterapeutas en el ámbito de aplicación de la salud mental, específicamente en el trabajo con personas diagnosticadas con esquizofrenia. Dentro de la metodología, se tuvo en cuenta un enfoque cuantitativo y se diseñó un cuestionario como instrumento para la recolección de datos, siendo este considerado un recurso adecuado para conocer y analizar la realidad. El desarrollo de dicha investigación giró en torno al conocimiento práctico de los musicoterapeutas y para ello se elaboró el instrumento de evaluación ya mencionado, como una herramienta que permitiera conocer la formación específica en el abordaje de la esquizofrenia. Se obtuvieron 38 cuestionarios, de los cuales 26 fueron diligenciados por mujeres y 12 por hombres, siendo todos ellos musicoterapeutas especializados en psiquiatría, cuyas formaciones de origen son: psicología, medicina, pedagogía, magisterio y música.

Dentro de la discusión se halló que los instrumentos de percusión son los más usados, seguido de los instrumentos de cuerda y finalmente los instrumentos de viento. Frente a dichos resultados, se afirmó que es probable que el alto porcentaje en los instrumentos de percusión pueda deberse a que las personas diagnosticadas con esquizofrenia, muchas veces están limitadas a nivel motor, por lo cual los instrumentos de cuerda o de viento pueden resultar frustrantes. Se tuvieron otros ítems de evaluación como: ¿Qué es lo que más influye para que se obtengan resultados favorables en el tratamiento?, ¿Cuándo realiza la evaluación de los pacientes?, ¿Cómo recoge y evalúa los resultados en sus prácticas profesionales?, ¿Qué tipo de técnicas no verbales emplea para personas con trastorno mental? y ¿Qué actividades son las más favorecedoras destinadas al colectivo de personas con trastorno mental? (Montánchez & Peirats, 2012),

De lo anterior se concluyó que: Se hace necesario seguir indagando sobre este campo al ser aún bastante desconocido y se rescata la importancia de corroborar que los musicoterapeutas son profesionales capacitados para brindar tratamiento a personas dentro del ámbito de la salud

mental. Por último, los autores proponen otros temas de interés que puedan abordarse posteriormente, como son: investigar experimentalmente la influencia que tiene la musicoterapia en este colectivo o en otros, analizar la figura del musicoterapeuta dentro del ámbito educativo en el tratamiento de las necesidades educativas especiales y explorar la posible relación entre “la adherencia al tratamiento farmacológico” y “la asistencia a musicoterapia” en pacientes con trastorno mental crónico (Montánchez & Peirats, 2012), .

Hasta este punto, se han citado antecedentes que refieren la música como: generador del efecto ansiolítico, como recurso terapéutico para el tratamiento de algunas patologías y como una herramienta útil para promover el desarrollo y la rehabilitación de las personas en diversos contextos como el psiquiátrico, el psicológico y el educativo.

Ahora se considera oportuno dar cuenta del impacto que ha tenido la música sobre el aspecto vivencial del ser humano, teniendo en cuenta algunas de las áreas que son influidas por la misma y que fueron mencionadas anteriormente, entre ellas se encuentran: atención, emoción, cognición, comportamiento y comunicación.

Albornoz (2002) en su libro “La práctica de la musicoterapia en 7 historias de vida”, publicado en la Universidad de los Andes en Mérida – Venezuela, afirma que en la psicoterapia, paciente y terapeuta usan exclusivamente el discurso para comunicarse, mientras que en la psicoterapia musical paciente y terapeuta crean o escuchan música para comunicarse, relacionarse y trabajar objetivos terapéuticos específicos suplementando estos aspectos con el discurso verbal en la medida que sea necesario. En la primera unidad del texto publicado por Albornoz, se realiza una descripción teórica acerca de la musicoterapia (definiciones, métodos, aplicaciones clínicas, orientación y niveles de práctica, fundamento histórico y cultural,

fundamento psiconeuromusical, fundamento fisiológico, fundamento comunicacional, fundamento estético y fundamento psicoterapéutico de la musicoterapia).

En la segunda unidad se plasman ensayos cortos sobre el aspecto artístico de la musicoterapia, la consciencia artística en la práctica clínica, las reacciones y contra-reacciones musicales y el modelo artístico de la musicoterapia. Adicionalmente se realiza un interludio sobre el desarrollo de la musicalidad del movimiento, en el que se abordan temas como: La etapa de “atonamiento” musical (0-2 años), etapa de moldeo musical “El ser tridimensional” (2 a 11 años), etapa de articulación musical “la maestría del cuerpo musical” (11 a 18 años), etapa de tonalidad “Moverse con los elementos tonales (18 a 40 años) y etapa de vivir a través de la música “Remembranza y música”. Por último, en la Unidad 3, Albornoz presenta la práctica de la musicoterapia en 7 historias de vida, describiendo cada uno de los procesos vivenciados y los logros alcanzados con pacientes que presentaron diversas problemáticas. Vale la pena mencionar que en este apartado se centró el tema de interés de la publicación y los aportes recopilados para la presente investigación.

La primera historia que narra el autor se caracterizó por el trabajo hacia el odio inexpresado de Martín a través de improvisaciones musicales. En ese entonces Martín era un hombre de 33 años de edad y fue diagnosticado con esquizofrenia, llevaba 10 años recluido en un hospital psiquiátrico y no se le conocía familia, fumaba excesivamente y descuidaba su apariencia. Al iniciar el proceso de psicoterapia musical individual Martín solo se comunicaba con su mundo alucinatorio, sin embargo a partir de las apariciones melódicas logró entrar en contacto con su dolor e identificar sus emociones, lo cual le ayudo a ventilar su odio suprimido por años y le permitió darse cuenta de que él mismo había decidido ignorarse durante 10 años, es así como la disciplinada actitud con la que tomaba la improvisación musical hizo que lograra

conectarse con su lado sano manifestando mayor alerta y expresando sus emociones, siendo esto lo que generó que él comprendiera que el proceso de intervención no consistía en disminuir o incrementar algo de su comportamiento, sino que se trataba acerca de su ser; clínicamente, las alucinaciones dejaron de incidir mientras creaba, lo que disminuyó su irritabilidad y su intolerancia a la frustración, Martín pudo “vivenciar” un lado menos oscuro de su existencia, expresar su odio y mitigar su sufrimiento (Albornoz, 2002).

La segunda historia refiere a una bebé de 22 meses de edad con parálisis cerebral atetoide, a quien se le dificultaba relacionarse adecuadamente con su entorno y presentaba angustia por separación. El tratamiento de psicoterapia musical le permitió a Sofía comenzar a explorarse y a relacionarse con su entorno, relacionarse consigo misma y con la terapeuta, relacionar su ser con el entorno, promover su autonomía, descubrir su capacidad de disfrutar, producir, explorar y expresarse a través de sus canciones, lo cual produjo que se sintiera más segura y menos ansiosa. La siguiente historia, caracterizó a Marco, un hombre de 30 años de edad, casado y con una hija de 2 años y medio, era médico, culto y disfrutaba escuchar todo tipo de música. Su propia percepción de sí mismo lo ratificaba como una persona que ante situaciones de estrés podía convertirse en un tirano y llevaba 4 años asistiendo a terapia verbal. Marco podía moverse con facilidad entre los extremos de su generosidad y su tiranía, su vida era bastante confusa y solo trataba de aclararla a través de la crueldad de su intelecto. El objetivo con él fue permitir que sus sentimientos emergieran y se despojara de su patrón de defensa intelectual a través de la utilización de un método de musicoterapia que permite acceder al inconsciente de una forma fructífera y creativa y los resultados obtenidos fueron que Marco logró crecimiento en la medida en que sus imágenes perdían el tono de fantasía y claramente se relacionaban con su vida externa, además logró la liberación de afecto, el nivel de confianza en el proceso y la

terapeuta, la imagen de si mismo y el crecimiento en relación con la meta terapéutica pautada (Albornoz, 2002).

La historia número 4 describe una intervención de musicoterapia grupal, realizada a un grupo de mujeres presidiarias de un hospital psiquiátrico en el Estado de Pennsylvania. Cada mujer debía cumplir condena por actos criminales diversos, sin embargo se dictaminó que la inestabilidad psíquica de estas mujeres no las hacía aptas para responsabilizarse de los cargos imputados. Esta historia de vida, relata el proceso de desarrollo grupal con el método de improvisación, el cual permitió que unas extrañas se convirtieran en una unidad de confianza. El grupo estaba conformado por 7 mujeres cuyas edades oscilaban entre los 30 y 55 años, sin embargo el trabajo realizado se centró en 4 de ellas debido a la regularidad con la que asistieron a las sesiones. Durante la infancia todas fueron maltratadas sexual, física y/o verbalmente por sus padres, familiares cercanos o ajenos, a su vez, todas las reclusas poseían capacidad de pensamiento simbólico y de hacer analogías entre improvisaciones y sus vidas personales (Albornoz, 2002).

Los objetivos planteados fueron: lograr balance emocional, la exploración de varios aspectos personales en relación con el grupo, el desarrollo de la capacidad para la intimidad interpersonal y el desarrollo de destrezas de comportamiento grupal. Este tipo de musicoterapia pertenece al nivel de práctica psicoterapéutica centrada en la música, así los objetivos son resueltos a través de la creación o escucha de música, el discurso verbal que se origina es usado para guiar, interpretar o enaltecer las experiencias musicales y la relevancia que esta tiene para el paciente y el proceso terapéutico. En este caso, la música fue el puente para que estas mujeres se relacionaran y lograran los objetivos clínicos haciendo música (Albornoz, 2002).

El caso número 5 relata la historia de Augusto, a quien se le diagnosticó autismo a la edad de 4 años y manifestaba crisis dramáticas y violentas a través de las cuales se auto-agredía y agredía severamente a las personas adultas de su entorno. Augusto poseía lenguaje hablado, pero solo se comunicaba verbalmente bajo insistente instigación y usando un repertorio limitado de palabras, a pesar de que, comprendía el lenguaje hablado. La intervención realizada y la particular capacidad de Augusto de apreciar y relacionarse con la música le permitió explorar y descubrir alternativas comunicacionales para ventilar su insospechada vida emocional y así dar tregua a su dramática y destructiva ira (Albornoz, 2002).

La siguiente historia refiere a un adolescente de 16 años de edad diagnosticado con autismo limitado, la intervención se solicitó por comportamiento apático y limitada capacidad de comunicación, sin embargo, se identificó que Koyó se estaba comportando más como una persona con trastorno profundo de desarrollo y retardo mental asociado que como el clásico autista. Finalmente Koyó logró: expresarse emocionalmente a través de sus canciones, reconocer sus sentimientos, lo cual permitió inferir la posible conexión entre sus sentimientos y el proceso de identidad y autonomía que estaba experimentando, pudo relacionarse con otras personas y experimentar momentos de gratificación (Albornoz, 2002).

Por último, se encuentra el relato de la historia de Alicia, una joven de 13 años de edad, muy inteligente, con parálisis cerebral espástica. Alicia no podía hablar, era dependiente en casi todas las actividades de la vida diaria y sus crisis consistían en llorar inconsolablemente, por lo cual se sugirió que iniciara un tratamiento con musicoterapia para canalizar su fobia. Ella había padecido trastornos de ansiedad desde temprana edad que involucraron en fuertes ataques de pánico ante el contacto social. Esta fobia nunca había sido tratada, por lo cual se convirtió en el primer objetivo terapéutico; después de dos años de intervención Alicia pudo superar el miedo al

contacto social con experiencias musicales, logró experimentar placer al brindarle un ambiente de seguridad para que ella explorara su ser musical y pudo tomar decisiones y ser independiente en algunas actividades de la vida diaria (Albornoz, 2002).

Ahora bien, Durán (2006), en su monografía *“Biodanza, cuerpos y lenguajes”*, hace una recopilación de los conceptos que integran la biodanza (salud, danza, lenguaje, vivencia, música, encuentro, entre otras) y define la música como: *“un lenguaje que estimula la danza expresiva, la comunicación afectiva y produce importantes efectos neurofisiológicos”*, así mismo menciona la importancia que adquiere la música dentro de una intervención grupal puesto que induce nuevas formas de comunicación y de vínculo, en la medida en que la presencia de otras personas y el contacto afectivo con ellas modifica el funcionamiento orgánico y existencial. El autor refiere que en biodanza el proceso de cambio involucra al cuerpo en sus diferentes niveles: neurológico, endocrino, inmunológico y emocional, afectando a todas y cada una de sus células. Adicionalmente afirma que la biodanza no es analítica ni interpretativa, sino que su metodología es la vivencia, entendida como: *“Una experiencia vivida con gran intensidad en un lapso de tiempo ‘aquí y ahora’, que produce efectos emocionales, cenestésicos y viscerales”*. Finalmente, plasma algunos relatos de vivencias que fueron escritos en el año 2006 por alumnas y alumnos del Grupo de Iniciación a la Biodanza en la *“Casa de los Colores”*, entre los cuales se hallan:

“Disfrute sensualidad y alegría. Recorrido por distintos senderos de este gran camino, como es la vida, con lágrimas, con risas, con placer. Oh, no hay dolor”. Arinda

“En cada rincón de mi cuerpo existen –definitivamente- los placeres que quiero hoy y siempre seguir sintiendo”. Mildra

“Vivencia plena. Me dolió sentir que no podía expresar mi nombre y que no sabía qué regalar a la hora del obsequio y sólo recibía amor a cambio”. Gracias.

“Me siento feliz, satisfecha, completa, siento calor en mi cuerpo, ganas de cantar, correr, reír, saltar, jugar como una niña”. Yoyi

“Me siento emocionada, con explosión de sentimientos, placer, pena, no sé lo que siento, es extraño”. Anónimo.

“Aquí entrega, euforia, empatía, piel, armonía, solidaridad, nostalgia, emoción, apertura, crecimiento, más y más emoción, desahogo, piel, abrazos, música... Allá, soledad”. Karen.

De esta manera, Durán (2006), concluye que las vivencias inducidas por la biodanza con el actual respaldo de las neurociencias, favorecen la plasticidad neural que facilita la expansión de conciencia y la apertura a imaginarios simbólicos que operan transformaciones en las significaciones con las que se valoran el mundo.

A su vez, en la Escuela de Biodanza Sistema Rolando Toro, ubicada en Concepción-Chile, fue publicada la monografía *“Recibiéndome de ser humano: un testimonio de mis vivencias en biodanza”* de Paulina Asencio Andreau, en julio del año 2010. En este texto, Paulina narra algunas de sus vivencias con relación a la música y a las emociones que surgieron a partir de allí, los objetivos que se plantea según lo referido por ella son: *“Dar testimonio a través de mis vivencias de estos 9 años, del cambio existencial que la biodanza ha provocado en mí y de las transformaciones de las que he sido participe”*. La autora hace un breve recuento de su historia de vida y relata un pasado en el que hubo desconexión consigo misma como una manera de protegerse del sufrimiento, después de dos años de biodanza logró: reconocer su identidad, escuchar su nombre como algo agradable, compartir, frente a lo cual refiere: *“Hoy en día el acto de compartir me produce felicidad, satisfacción y lo que es aún más importante,*

siento que le da sentido a mi vida, ya que al compartir me siento parte integrante del universo”, confiar y ser confiable, empatía (lo que le permitió ponerse en el lugar del otro), dar y darse, generosidad, recibir, agradecer y trascender, refiriendo lo siguiente: *“Reconocer que soy limitada ha sido un gran avance para poder avanzar. Estoy agradecida porque haberme dado cuenta de mis limitaciones, hizo y sigue haciendo que me dé el espacio de avanzar, crecer y de abrirme a nuevas posibilidades y experiencias”*. Finalmente, concluye su experiencia práctica con la música y la biodanza como algo que le permitió encontrarse consigo misma y generar cambios en su manera de sentir, pensar y vivir (Asencio, 2010).

Al llegar aquí, vale la pena mencionar que la emoción que se experimenta a través de la música y es expresada, resulta perceptible para los demás, sin embargo la expresión en particular consiste además en manifestar la naturaleza de la experiencia subjetiva, siendo este aspecto importante para entender cómo es posible que se perciba la música como expresiva y exista una reacción emocional frente a la misma. Por tal razón la expresión musical no debe verse solo como la revelación de un estado subjetivo privado sino como una manifestación reconocible, la cual puede ser expresada a través de diversos medios, siendo uno de ellos el reproducir el objeto intencional de la emoción, es decir, aquello que ha generado tal estado emocional o describiendo las sensaciones que allí aparecen (Gomila, 2013).

Metodología

Tipo de estudio

La presente es una investigación cualitativa, que pretende comprender la relación que sostiene la música con la manifestación de vivencias en psicoterapia, teniendo en cuenta el análisis de relatos, la experiencia individual y subjetiva que caracteriza la unicidad y la construcción de significados.

Diseño

Se estipuló un diseño descriptivo, debido a que el propósito es dar cuenta de aportes teóricos, prácticos y vivenciales que han sido registrados en estudios anteriores y que se vinculan con el tema de interés. Para ello, se tiene en cuenta la revisión documental como una estrategia que hace posible la recopilación de datos, el análisis de la información y la descripción de la misma.

Método

Para este estudio se considera pertinente implementar el método fenomenológico como un fundamento epistemológico que hace posible la comprensión de fenómenos y aporta elementos importantes en el abordaje del problema de investigación planteado.

El método fenomenológico es concebido como: *“el estudio de la experiencia del mundo, de la vida y de la cotidianidad, el cual se abstiene de emitir juicios para abrirse al significado implícito de la experiencia”* (Dörr, 2013; p.90). A su vez, Barbosa et al., (2013) mencionan que: *“La investigación fenomenológica es la comprensión de los fenómenos dados a la conciencia y el estudio de la vivencia”*. Por lo cual, a través del método fenomenológico se busca describir los fenómenos tal como estos se presentan a la conciencia, sin emitir juicios previos. Este método es pertinente para nuestra investigación, en la medida en que está orientada a comprender la relación de la música como recurso terapéutico en la manifestación de vivencias para la intervención psicológica, sin el ánimo de explicar los posibles efectos que pueda tener dicho fenómeno sobre la psique humana.

Participantes

Documentos: un libro, seis artículos científicos, dos monografías y tres tesis.

Unidades de análisis

La siguiente tabla, permite visibilizar las categorías de análisis que se tuvieron en cuenta para la formulación de objetivos, conclusiones y el desarrollo metodológico de la presente investigación.

Tabla 1. Unidades de analisis.

Categoría de Análisis	Definición
Vivencia	“La vivencia es el modo cómo las personas valoran, perciben e interpretan aquello que les sucede y les rodea” (Guitart, 2008).
Significado	Es la construcción relacional que necesita de acciones e interpretaciones para ser contextualizada; esto quiere decir que el lenguaje no tiene significado por si solo, tan solo adquiere su valor en la relación (Gergen, 1996).
Sentido	“La percepción emocional y mental de valores que invitan a la persona a actuar de un modo u otro, ante una situación particular o la vida en general, dándole a la persona coherencia e identidad personal” (Martínez, E. 2009, p. 7).
Unicidad	Frankl deja claro que concibe al ser humano como unidad a pesar de la diversidad: “La marca característica de la existencia humana es la coexistencia entre su unidad antropológica y sus diferencias ontológicas, entre la forma unitaria de ser que tiene el hombre y las modalidades diferenciables del ser, de las que participa aquélla” (Frankl 1995, p. 48-54).

Procedimiento

El desarrollo metodológico de este estudio está basado en la búsqueda de artículos, selección de documentos, sistematización de la información y análisis de los datos, teniendo en cuenta que se trata de una revisión documental. A continuación se describe el procedimiento metodológico realizado:

Búsqueda de documentos.

Para la búsqueda de los estudios de investigación que han sido realizados sobre el tema de psicoterapia musical, se llevó a cabo una revisión de artículos que permitieran comprender la música como un recurso que posiblemente facilita la manifestación de vivencias para la intervención psicoterapéutica.

Los documentos recopilados fueron tesis, libros y artículos indexados. Para esta revisión se tuvieron en cuenta investigaciones realizadas dentro del rango de tiempo del año 2000 al año 2014. Las palabras que se utilizaron para la búsqueda de artículos fueron: música y psicoterapia, psicología y música, psicoterapia musical, música en psicoterapia.

Las bases de datos consultadas fueron: Dialnet, Redalyc (red de revistas científicas de América Latina y el Caribe, España y Portugal), SciELO (scientific electronic library online), Neurologia.com (Revista Indexada de Neurología), Biodanzahoy, Portal de tesis electrónicas, Instituto superior de estudios psicológicos, revista Psicologia.com, EJEP (La European Journal of Education and Psychology, es una publicación en versión impresa y digital editada por ASUNIVEP, indexada en varias bases de datos), Google académico, revistas indexadas en

formato digital, trabajos de investigación de postgrado, Psycodoc, ProQuest, bases de datos de la biblioteca Luis Ángel Arango y de la Fundación Universitaria Los libertadores.

Selección de documentos.

Para la selección de documentos se elaboró la siguiente guía, con los criterios de inclusión y exclusión de la información, en la cual se tuvo en cuenta: el idioma, el periodo de tiempo de publicación de la investigación, que fueran artículos indexados, tesis, libros o monografías, términos utilizados, recursos de información y normas de revisión.

Tabla 2. Guía para la selección de documentos.

Criterios para la selección de documentos	
Idioma	Español
Periodo de tiempo	2000-2014
Artículos científicos, tesis, libros o monografías.	Investigaciones en las que las personas refirieran sus vivencias a partir de la experiencia musical o respondieran a algún tipo de estudio realizado asociado con el tema de música en psicoterapia.
Términos	Música, música y psicoterapia, psicoterapia musical, música y vivencias, psicología y música, musicoterapia, vivencia musical, terapia musical en psicología.

Recursos de información

Bases de datos, Google académico, revistas indexadas en formato digital, trabajos de investigación y libros.

Normas de revisión

- a) Investigar sobre la existencia de trabajos análogos o cercanos sobre el objeto de estudio. Para el caso: “La música como recurso terapéutico en la manifestación de vivencias”.
- b) Revisar las fuentes de información teniendo en cuenta el planteamiento del problema y los objetivos como referente constante en la revisión.
- c) Hacer lectura del resumen e introducción como estrategia de inclusión o exclusión preliminar.
- d) Hacer registro de comentarios acerca del estudio (relevancia, aspectos destacados o cualquier otro aspecto útil).

Criterios de exclusión

- a) Publicaciones que no contengan información de interés a pesar de presentar los términos de búsqueda o combinación de ellos.
- b) Investigaciones que correspondieran al rango de tiempo estipulado.
- c) Publicaciones asociadas con experiencias musicales, cuyos contextos de intervención no se relacionan con la psicología o con el objetivo planteado.
- d) Comentarios hechos en la web o publicaciones realizadas de manera informal.

Construcción del estado del arte.

Una vez realizada la recopilación de documentos que cumplieran con los criterios de inclusión, fue redactado el estado del arte, en el que se estipularon los antecedentes teóricos y prácticos de la música como recurso terapéutico y los hallazgos más relevantes con relación al problema de investigación y a las unidades de análisis planteadas.

Sistematización de la información.

Para el análisis de los documentos seleccionados se tuvo en cuenta la siguiente tabla, la cual caracteriza el formato de una ficha analítica descriptiva, utilizada como estrategia para la extracción de datos, la cual facilitó la sistematización y organización de la información recolectada.

Tabla 3. Formato de revisión documental.

Ficha analítica descriptiva
Formato de revisión documental
<i>Datos descriptivos de la publicación</i>
N. de guía
Título de la publicación
Tipo de documento

Fecha de publicación

Autor/es

Palabras clave

País

Tópicos relevantes de la Publicación

Objetivo

Temas abordados

Enfoque

Disciplina

Metodología

Fases

Actividades

Población participante

Tipo de estudio

Instrumentos

Técnicas

Análisis e interpretación

Conclusiones

Observaciones

Medio de publicación

Nota: Fuente: Basado en Barbosa, C. Barbosa, H & Rodríguez, V. (2013).

Análisis de documentos.

Una vez diligenciadas las fichas analíticas que hicieron posible la sistematización de la información, se procedió al análisis de los datos, le cual se realizó de la siguiente manera:

- a) Se extrajeron los objetivos de las investigaciones, identificando similitudes y diferencias conceptuales, con el fin de dar cuenta de las temáticas más comunes y categorizarlas en diversos subgrupos.
- b) Las temáticas categorizadas fueron: La práctica profesional con música en contextos psicoterapéuticos, música e implicaciones neuropsicológicas, la música como recurso terapéutico y música y manifestación de vivencias. Todos los hallazgos que arrojaron cada una de ellas, se estipulan en el apartado de discusión de resultados.
- c) Después de clarificar los ejes temáticos, se tuvieron en cuenta las diferentes metodologías utilizadas en cada uno de los subgrupos para dar cumplimiento al objetivo, y la disciplina que desarrolló la investigación. Allí fue posible identificar aportes y falencias, pues algunas de ellas presentaron carencias metodológicas. A su vez, se tuvo en cuenta la fecha y lugar de publicación a fin de llevar la secuencia de orden cronológico en que se desarrollaron los estudios.
- d) Seguido de ello, se sistematizaron las conclusiones arrojadas en cada una de las investigaciones, e igualmente fueron categorizadas dentro de las temáticas planteadas, lo cual hizo posible generar asociaciones, evidenciar diferencias, identificar aportes relevantes y afirmaciones que podrían dar respuesta a algunas de las preguntas que se planteaban otros estudios.
- e) De lo anterior, surgió el análisis de los datos, con el cual posteriormente se realizó la aproximación a la pregunta problema desde una lectura fenomenológica, teniendo en cuenta los aportes más relevantes y la asociación que estos podrían tener con la fenomenología y con la psicoterapia, al ser llevados a la práctica del contexto de la psicología clínica.

Resultados

A continuación se expondrá por medio de fichas descriptivas, los resultados obtenidos a partir de la revisión de documentos que cumplieron con los criterios de inclusión establecidos en la metodología y que se asocian con el tema de interés: música y manifestación de vivencias en el contexto psicoterapéutico, los cuales hicieron posible el análisis de datos.

En la investigación realizada, se revisaron aproximadamente 50 documentos de los cuales fueron seleccionados únicamente 12 debido a que se asociaban con la pregunta de investigación planteada y cumplían con los criterios establecidos en la metodología (*Véase Tabla 2*). De los 12 documentos que fueron objeto de estudio, se identificó que uno fue publicado en Colombia (Revista Colombiana de Psiquiatría), uno en Venezuela (Universidad de los Andes), dos en México (Instituto Nacional de Psiquiatría Ramón de la Fuente Muñiz y Facultad de psicología BUAP), cuatro en España (Universidad de Almería, Centro de Daño Cerebral NISA Vinalopó, Universidad de Valencia y el Instituto Superior de Estudios Psicológicos ISEP) y cuatro en Chile (dos de ellos en la Escuela de Biodanza Sistema Rolando Toro y dos en la Universidad de Chile). Ocho de ellos fueron investigaciones cualitativas: 4 revisiones documentales, 3 investigaciones asociadas al relato de vida y un libro en el que se realizó la descripción de 7 casos clínicos rehabilitados a través del uso de la música como recurso terapéutico, y cuatro investigaciones cuantitativas dentro de las cuales se identificaron dos estudios experimentales, uno descriptivo y uno cuasi-experimental. Se hallaron dos estudios en el año 2002, tres en el año 2006, uno en el año 2009, dos en el año 2010, tres en el año 2011 y uno en el año 2012. Los documentos revisados fueron: seis artículos indexados, dos monografías, tres tesis y un libro.

Aplicaciones de la musicoterapia en educación especial y en hospitales es una revisión documental que se realizó en la Universidad de Almería en el año 2009, de la cual se concluyó que la utilización de la musicoterapia en niños con necesidades educativas especiales tiene efectos positivos en aspectos como: reducción de la ansiedad, mejora del desarrollo emocional, mayor equilibrio psicofísico y emocional, y aumento del nivel de comunicación e interacción social. Adicionalmente existen indicios que señalan que la musicoterapia parece ser beneficiosa para el tratamiento de los déficits emocionales, atencionales, motores, de comunicación, etc., asociados a diferentes patologías, y para reducir la ansiedad que puede aparecer en situaciones concretas

Ficha analítica descriptiva Formato de revisión documental	
<i>Datos descriptivos de la publicación</i>	
N. de guía	1
Título de la publicación	<i>Aplicaciones de la musicoterapia en educación especial y en hospitales.</i>
Tipo de documento	Revisión de estudios experimentales publicada en la revista “European Journal of Education and Psychology”.
Fecha de publicación	Año 2009
Autor/es	Ortega Elena; Esteban Laura; Estévez Ángeles F. y Alonso Diego. (Psicólogos con especialización en musicoterapia)
Palabras clave	Musicoterapia, efectos musicoterapia, educación especial y ansiedad.
País	España/ Universidad de Almería

<i>Tópicos relevantes de la Publicación</i>	
Objetivo	Realizar una amplia revisión de aquellos estudios experimentales relacionados con la efectividad de la utilización de la musicoterapia, tanto en un contexto de educación especial como en los hospitales.
Temas abordados	<p>Definición de música y musicoterapia.</p> <p>Educación especial</p> <p>Retraso en el desarrollo</p> <p>Trastornos psicomotores</p> <p>Dificultades de comunicación</p> <p>Déficit de atención e hiperactividad</p> <p>Déficit sensoriales</p> <p>Musicoterapia en los hospitales: terapia e investigación</p> <p>Musicoterapia y cáncer</p> <p>Musicoterapia y enfermedades coronarias: Infarto agudo de miocardio, bypass coronarios, unidades de cuidados cardiacos y pediatría cardiaca.</p> <p>Musicoterapia y neonatos</p> <p>Musicoterapia y operaciones quirúrgicas</p>
Enfoque	Se encuadran diferentes prácticas y modelos teóricos aunque no se especifica el enfoque que rige la investigación.
Disciplina	Musicoterapia
Metodología	Se realizó una revisión de aproximadamente 55 documentos que sustentaron las temáticas abordadas a través de fundamentos teóricos y de experimentos. Sin embargo, no se estipulo de manera formal la metodología que se llevó a cabo para la recopilación y revisión de los mismos.

<p>Conclusiones</p>	<p>La mayor parte de los estudios revisados aportan pruebas a favor de la hipótesis de que la utilización de la musicoterapia en niños con necesidades educativas especiales tiene efectos positivos en aspectos como: reducción de la ansiedad, mejora del desarrollo emocional, mayor equilibrio psicofísico y emocional, y aumento del nivel de comunicación e interacción social. En un contexto hospitalario, la musicoterapia se ha mostrado eficaz principalmente para reducir la ansiedad, y parcialmente, para calmar el dolor, aunque en este último aspecto los datos son contradictorios.</p> <p>Adicionalmente existen indicios que señalan que la musicoterapia parece ser beneficiosa para el tratamiento de los déficits emocionales, atencionales, motores, de comunicación, etc., asociados a diferentes patologías, y para reducir la ansiedad que puede aparecer en situaciones concretas. Sin embargo, hay que señalar que la mayor parte de los datos disponibles se derivan de estudios de caso único o de estudios de grupo que presentan problemas metodológicos. Generalmente los terapeutas que utilizan la terapia musical, han argumentado que solo es posible realizar estudios de caso único ya que los programas de entrenamiento deben ser individualizados.</p> <p>Por tanto, a rasgos generales, los resultados obtenidos parecen indicar que la musicoterapia provoca efectos relajantes en los pacientes, lo cual podría provocar la mejora de síntomas físicos aunque desde el punto de vista metodológico, los estudios revisados adolecen de serios problemas, necesitándose, por este motivo un mayor rigor experimental en los estudios que se realicen en este campo. Mientras tanto, no se podrán</p>
---------------------	---

	mencionar resultados concluyentes sobre la efectividad de la música como herramienta terapéutica en estos contextos.
Observaciones	No se estipula de manera formal la metodología que hizo posible la recopilación de documentos y el análisis de los mismos para generar las conclusiones.
Medio de publicación	http://www.ejep.es/index.php/journal/article/view/27/pdf _34

Figura 1. Ficha de análisis uno “*Aplicaciones de la musicoterapia en educación especial y en hospitales*”.

Nota: Fuente: Basado en Barbosa, C. Barbosa, H & Rodríguez, V. (2013).

Música, lenguaje y emoción, es una investigación cuantitativa experimental que desde el enfoque cognitivo genera aportes significativos a la neuropsicología, como lo es: proveer de un criterio relativamente certero para la selección de estímulos musicales en función de las emociones particulares que generan, condición necesaria para realizar experimentos de neurociencia cognitiva que requieren estímulos bien caracterizados en referencia a la respuesta mental que evocan.

Ficha analítica descriptiva Formato de revisión documental	
<i>Datos descriptivos de la publicación</i>	
N. de guía	2
Título de la publicación	<i>Música, lenguaje y emoción: una aproximación cerebral.</i>

Tipo de documento	Artículo indexado
Fecha de publicación	Año 2010
Autor/es	Díaz, José Luis (Interesado en la psicobiología, la neurociencia cognitiva de la conciencia y la epistemología, actualmente adscrito a la Facultad de Medicina).
Palabras clave	Emoción, música, lenguaje
País	México / Instituto Nacional de Psiquiatría Ramón de la Fuente Muñiz.
<i>Tópicos relevantes de la Publicación</i>	
Objetivo	Avanzar y probar una técnica diseñada para el estudio de emociones humanas provocadas por la música.
Temas abordados	Definición de música Emoción musical y semántica musical Emoción musical, representación mental y lenguaje Emoción musical y cerebro La emoción musical como proyecto de un grupo de la UNAM Emoción musical, neurociencia y estética.
Enfoque	Cognitivo
Disciplina	Neuropsicología
Metodología	<i>Población participante:</i> 108 estudiantes de ambos sexos, pertenecientes a cuatro escuelas de nivel superior con una edad promedio de 22 años.

	<p><i>Fases y actividades:</i></p> <p>Las sesiones duraron 90 minutos y se realizaron en un salón adaptado dentro de cada centro pedagógico, donde se reprodujeron 10 obras musicales: cinco del repertorio clásico, cuatro del inventario popular propio y ajeno y una sonorización del espectro de la aurora boreal.</p> <p>Los fragmentos seleccionados y sus réplicas, divididas en dos a cinco segmentos, se reprodujeron con diferente orden en cada prueba. En la audición se tocaron los segmentos extraídos de la misma obra y el oyente escogió términos de la emoción que mejor identificara su respuesta afectiva.</p> <p>Para ello se brindó a los sujetos un esquema circular de términos de la emoción a partir de un listado de más de 400 palabras en castellano que denominan emociones particulares.</p> <p>Adicionalmente, se aplicó la prueba Friedman con el fin de establecer en cuales segmentos estaban las diferencias significativas y obtener el perfil emocional específico de cada fragmento musical para esta población.</p> <p>Para investigar el fundamento nervioso de la emoción musical se escogieron obras maestras de la música culta, teniendo en cuenta su capacidad de inducir emociones positivas de placer y negativas de displacer en numerosos grupos de sujetos, y se utilizaron escalas de adjetivos que denotan emociones para medir la emoción subjetiva inducida por la música que han sido previamente validadas en grupos independientes de sujetos.</p>
--	--

Finalmente, se eligieron dos técnicas de imágenes cerebrales para investigar la activación cerebral, la actividad eléctrica cerebral y la resonancia magnética funcional en sujetos sin entrenamiento musical, mientras escuchaban obras maestras desconocidas para ellos y que habían sido seleccionadas previamente por su capacidad para generar emociones musicales agradables y desagradables; para ello, se usó una técnica basada en el electroencefalograma (EEG), siendo este un método adecuado para seguir momento a momento los cambios inducidos por la escucha prolongada de la música, dicho método se utilizó para medir la correlación entre los ritmos de diferentes zonas cerebrales.

Por su parte, las técnicas metabólicas mediante resonancia magnética funcional (RMF) permiten el desarrollo de imágenes cerebrales relacionadas a la irrigación de sangre, utilización de azúcar, consumo de oxígeno y otras variables. El visualizar el nivel de funcionamiento de estos fenómenos fisiológicos brindó una información precisa del nivel de activación neuronal local. De esta manera, se identificó que mientras la RMF permite visualizar las zonas activas del cerebro durante la escucha, el EEG permite seguir los cambios inducidos por el flujo continuo de los sonidos musicales y obtener un promedio temporal de la actividad cerebral.

Para inducir emociones placenteras se presentó a los sujetos una pieza suave de piano en *tempo andante* (*Invención para tres voces, BWV 789*, de J.S. Bach) y otra orquesta vigorosa y dramática para inducir activación además de agrado (segundo movimiento, *allegro-agitato*, de la *sinfonía número 5* de G. Mahler). Para inducir emociones desagradables se utilizó una composición inquietante de Prodnomidès para la película

	<p><i>Dantón.</i> Cada pieza se dividió en segmentos consecutivos de 30 segundos intercalados con ruido blanco (estática de radio) de la misma duración. Después de cada pieza, los sujetos evaluaron sus emociones en 19 escalas. En estos estudios se obtuvieron imágenes eléctricas y metabólicas en 19 voluntarios sin entrenamiento musical, quienes escucharon 10 segmentos de cada pieza mencionada, alternando con ruido de estática como control para un total de 30 minutos de estimulación auditiva.</p> <p><i>Tipo de estudio:</i> cuantitativo experimental</p> <p><i>Instrumentos:</i> piezas musicales, electroencefalograma, resonancia magnética funcional, esquema circular de términos de la emoción a partir de un listado de más de 400 palabras en castellano que denominan emociones y prueba Friedman.</p>
<p>Conclusiones</p>	<p>El primer experimento realizado, provee de un criterio relativamente certero para la selección de estímulos musicales en función de las emociones particulares que generan, condición necesaria para realizar experimentos de neurociencia cognitiva que requieren estímulos bien caracterizados en referencia a la respuesta mental que evocan.</p> <p>Los resultados indicaron que ambos procedimientos (EEG y RMF), distinguen a las emociones placenteras de las desagradables inducidas por la música. La emoción musical agradable (Bach+Mahler–Prodromidès) se caracteriza por la actividad de una amplia red cortical que incluye la zona primaria auditiva izquierda, y las regiones temporal posterior, parietal inferior y prefrontales. Mientras la región auditiva primaria puede proveer de una cualidad afectiva temprana, las áreas cognitivas izquierdas pueden facilitar los sentimientos</p>

agradables cuando las secuencias melódicas siguen reglas sintácticas esperadas. De hecho las emociones musicales desagradables (Prodromidès– Bach+Mahler) incluyen la actividad de regiones derechas frontopolares y paralímbicas.

Los resultados obtenidos contradicen la idea de que el hemisferio derecho provee el elemento prosódico de la expresión y valoración de la música en tanto que el hemisferio izquierdo participa en sus aspectos analíticos que se desarrollan durante el entrenamiento musical. Los sujetos participantes, no tenían educación musical formal y el surgimiento de emociones musicales agradables se correlacionaron con la activación del hemisferio izquierdo, mientras que las emociones negativas se correlacionaron con la activación del hemisferio derecho, lo cual sugiere que el sustrato nervioso de la emoción musical no solamente depende de efectos directos o indirectos de circuitos subcorticales y límbicos del cerebro humano que son esenciales para generar procesos afectivos, sino que dependen de la activación de redes extensas tanto de estructuras subcorticales como de la corteza cerebral.

Por otra parte, las amplias redes neuronales involucradas en el procesamiento de la música agradable y que implican al hemisferio dominante para la destreza manual y el lenguaje, son en cierta medida las mismas que se utilizan en el procesamiento del lenguaje, y que la participación de las zonas del hemisferio izquierdo durante la experiencia musical placentera, sugiere que parte de los efectos emocionales tiene que ver con las propiedades gramaticales y simbólicas de la música, las cuales enganchan a los sistemas representacionales y simbólicos del sistema mente-cerebro.

Observaciones	La investigación carece de un marco epistemológico claramente estipulado en la publicación y del planteamiento del problema que hace surgir el estudio realizado. Sin embargo, metodológicamente brinda conclusiones claras y rigurosas para próximas investigaciones.
Medio de publicación	https://drive.google.com/viewerng/viewer?url=http://www.redalyc.org/pdf/582/58219792009.pdf

Figura 2. Ficha de análisis dos “Música, lenguaje y emoción: una aproximación cerebral”.

Nota: Fuente: Basado en Barbosa, C. Barbosa, H & Rodríguez, V. (2013).

A continuación se expone una investigación realizada en Colombia, por medio de la revista de psiquiatría, en la que se estudió el efecto ansiolítico de la musicoterapia por medio de la revisión narrativa de la literatura médica, con lo cual se generó uno de los aportes más significativos a la neuropsicología y a la presente investigación, al concluir que la música también tiene un efecto neuroprotector que esta mediado por el aumento en la expresión de neurotrofinas, lo que permite una mayor viabilidad neuronal. Esto podría explicar los efectos benéficos en enfermedades psiquiátricas y neurológicas crónicas, como demencias, enfermedad de Parkinson y trastornos afectivos.

Ficha analítica descriptiva Formato de revisión documental	
<i>Datos descriptivos de la publicación</i>	
N. de guía	3
Título de la publicación	<i>Efecto ansiolítico de la musicoterapia: aspectos neurobiológicos y cognoscitivos del procesamiento musical.</i>
Tipo de documento	Artículo indexado – Revisión narrativa de la literatura médica
Fecha de publicación	Año 2011
Autor/es	Orjuela Rojas Juan Manuel (Neuropsiquiatra y psicoterapeuta).
Palabras clave	Musicoterapia, neurobiología, relajación, procesos mentales.
País	Colombia / Revista Colombiana de psiquiatría
<i>Tópicos relevantes de la Publicación</i>	
Objetivos	1) Revisar y discutir los mecanismos de procesamiento neurobiológico y cognoscitivo de la música. 2) Comprender los beneficios del efecto ansiolítico de la música en diferentes entidades clínicas y contextos médicos.
Temas abordados	Procesamiento cognoscitivo de la música Aspectos neuroanatómicos del procesamiento musical La música como agente neuroprotector Algunos escenarios útiles para la aplicación de la musicoterapia como ansiolítico.

Enfoque	Cognitivo
Disciplina	Neuropsicología
Metodología	<p><i>Método:</i> Revisión narrativa de la literatura médica.</p> <p><i>Procedimiento:</i></p> <p>Se realizó una búsqueda de la literatura en las bases de datos de MedLine y ScienceDirect (Elsevier), teniendo en cuenta las palabras: musicoterapia, neurobiología, ansiolisis y procesamiento cognoscitivo.</p> <p>Se escogieron los artículos relacionados o que pudieran responder a la pregunta en cuestión. Se hallaron otros artículos de interés en las referencias bibliográficas de los artículos previamente escogidos.</p> <p><i>Tipo de estudio:</i> cualitativo</p> <p><i>Instrumentos:</i> Documentos extraídos de las bases de datos de MedLine y ScienceDirect (Elsevier),</p>
Conclusiones	<p>El efecto ansiolítico de la musicoterapia está determinado por mecanismos complejos de procesamiento musical inscritos en la especie humana. La activación de memorias asociativas y el análisis de la expresión emocional, ligados a la percepción tonal y temporal del módulo de procesamiento musical, son los principales componentes cognoscitivos involucrados en el efecto relajante mediado por la música.</p>

	<p>La música también tiene un efecto neuroprotector que estaría mediado por el aumento en la expresión de neurotrofinas, lo que permite una mayor viabilidad neuronal. Esto podría explicar los efectos benéficos en enfermedades psiquiátricas y neurológicas crónicas, como demencias, enfermedad de Parkinson y trastornos afectivos.</p> <p>Múltiples estudios han corroborado el efecto ansiolítico de la música, al medir variables fisiológicas como presión arterial, frecuencia cardiaca, respiración, etc. La música, por lo tanto, es una excelente y económica herramienta terapéutica, fácil de usar, accesible, con nulos efectos adversos y que puede ser utilizada en muchos contextos, así como coadyuvante en varias entidades nosológicas.</p>
<p>Observaciones</p>	<p>A partir del estudio realizado por Orjuela, surge la pregunta: ¿El procesamiento musical es igual en músicos y no músicos o los efectos relajantes generados al interpretar un instrumento activan las mismas vías neurológicas que para los oyentes?, la cual puede generar nuevas investigaciones frente al tema de interés.</p> <p>Al respecto Soria (2011) investiga sobre el tema del cerebro del músico en la segunda parte de su revisión, dando cuenta de las diferencias estructurales y funcionales que existen en el cerebro de un músico profesional.</p>
<p>Medio de publicación</p>	<p>http://www.scielo.org.co/pdf/rcp/v40n4/v40n4a12.pdf</p>

Figura 3. Ficha de análisis tres Efecto ansiolítico de la musicoterapia: "aspectos neurobiológicos y cognoscitivos del procesamiento musical".

Nota: Fuente: Basado en Barbosa, C. Barbosa, H & Rodríguez, V. (2013).

La siguiente revisión documental fue publicada en el año 2011 en España, por un grupo de neuropsicólogos que estudiaron las evidencias cerebrales del entrenamiento musical, con el objetivo de identificar el uso de la música como instrumento terapéutico para la rehabilitación de trastornos psicológicos y dar cuenta de las diferencias estructurales y funcionales en el cerebro de un músico profesional.

Ficha analítica descriptiva	
Formato de revisión documental	
<i>Datos descriptivos de la publicación</i>	
N. de guía	4
Título de la publicación	<i>Música y cerebro (II): evidencias cerebrales del entrenamiento musical</i>
Tipo de documento	Artículo indexado – Revisión documental
Fecha de publicación	Año 2011
Autor/es	Soria Gema, Duque Pablo, García José (Neuropsicólogos)
Palabras clave	Cuerpo calloso. Música. Musicoterapia. Plano temporal. Rehabilitación. Tono absoluto.
País	España / Centro de Daño Cerebral NISA Vinalopó
<i>Tópicos relevantes de la Publicación</i>	

<p>Objetivo</p>	<p>1) Identificar el uso de la música como instrumento terapéutico para la rehabilitación de trastornos psicológicos.</p> <p>2) Identificar las diferencias estructurales y funcionales en el cerebro de un músico profesional.</p>
<p>Temas abordados</p>	<p>Terapias musicales: modulación atencional, modulación emocional, modulación cognitiva, modulación conductual y modulación comunicativa.</p> <p>Demencia y terapia musical.</p> <p>Estrés, ansiedad y terapia musical</p> <p>Depresión y musicoterapia</p> <p>Esquizofrenia y musicoterapia</p> <p>Afasia y terapia musical</p> <p>Autismo y musicoterapia</p> <p>Daño cerebral y terapia musical</p> <p>Evidencias cerebrales del entrenamiento musical.</p>
<p>Enfoque</p>	<p>No especificado</p>
<p>Disciplina</p>	<p>Neuropsicología</p>
<p>Metodología</p>	<p>Se realizó una revisión documental sobre las evidencias cerebrales del entrenamiento musical y se analizaron los textos seleccionados.</p> <p><i>Tipo de estudio:</i> cualitativo</p> <p><i>Instrumentos:</i> Documentos que se asociaran con el tema de interés.</p>
<p>Conclusiones</p>	<p>1) La música supone un medio más para la rehabilitación mediante la musicoterapia, la cual es capaz de mejorar la salud mediante los siguientes factores: atención, emoción, cognición, conducta, comunicación y</p>

	<p>percepción.</p> <p>2) En la práctica clínica la musicoterapia se utiliza ampliamente y los resultados en los pacientes son evidentes, sin embargo no se han realizado estudios que muestren científicamente con un alto nivel de evidencia que la musicoterapia tiene efectos significativos sobre el trastorno que esté siendo tratado (sea o no un trastorno musical).</p> <p>3) Diversos estudios han mostrado que el cerebro del músico es distinto al de las personas que jamás han llevado a cabo cualquier entrenamiento musical, puesto que practicar a diario con un instrumento, implica a diversas áreas cerebrales y funciones cognitivas, lo cual genera que una persona con estudios musicales active una red cerebral muy extensa cuando percibe una melodía, ya que se activan áreas de procesamiento del tono, de control motor y auditivas. Mientras que en una persona sin estudios musicales se activan áreas auditivas principalmente. Adicionalmente se observó que existen diferencias en algunas áreas cerebrales, ya que en los músicos tienen un mayor tamaño; la mitad anterior del cuerpo calloso y el cerebelo es mayor en hombres músicos; esta diferencia no se ha encontrado en mujeres. También se ha constatado una mayor simetría y tamaño de la corteza motora de los músicos profesionales.</p> <p>De lo anterior se concluye que los músicos cuentan con una mayor conectividad interhemisférica y áreas cerebrales</p>
--	--

	relacionadas con el procesamiento musical más desarrolladas. Estas cualidades son muy importantes para la correcta ejecución musical. Asimismo, se ha podido comprobar que los músicos con tono absoluto presentan un mayor plano temporal izquierdo así como una hiperconectividad entre el giro temporal superior posterior y el giro temporal medial posterior izquierdos, bases cerebrales necesarias para poder desarrollar el tono absoluto, siempre y cuando se inicie el entrenamiento musical a edades tempranas.
Observaciones	
Medio de publicación	http://www.neurologia.com/pdf/Web/5312/bg120739.pdf

Figura 4. Ficha de análisis cuatro "Música y cerebro (II): evidencias cerebrales del entrenamiento musical".

Nota: Fuente: Basado en Barbosa, C. Barbosa, H & Rodríguez, V. (2013).

La investigación que se expone a continuación tuvo como objetivo conocer las prácticas metodológicas de los musicoterapeutas en el ámbito de aplicación de la salud mental. Su importancia radica en el estudio y la caracterización de las prácticas que realizan los profesionales en musicoterapia para lograr la reeducación de la esquizofrenia. Este es un estudio de corte cuantitativo, publicado en la Universidad de Valencia, del cual se concluye que es necesario seguir indagando sobre este campo al ser aún bastante desconocido y se rescata la importancia de corroborar que los musicoterapeutas son profesionales capacitados para brindar tratamiento a personas dentro del ámbito de la salud mental.

Ficha analítica descriptiva	
Formato de revisión documental	
<i>Datos descriptivos de la publicación</i>	
N. de guía	5
Título de la publicación	<i>El musicoterapeuta y sus prácticas metodológicas en la reeducación de la esquizofrenia.</i>
Tipo de documento	Artículo indexado.
Fecha de publicación	Año 2012
Autor/es	Montánchez Torres María Luisa (<i>Pedagoga especializada en Necesidades Educativas Especiales, Master en musicoterapia y Doctora en ciencias de la educación</i>) y Peirats Chacón José (<i>Profesor de Tecnología Educativa y de Necesidades Educativas Especiales</i>).
Palabras clave	Musicoterapia, salud mental, esquizofrenia, reeducación, prácticas metodológicas, intervención y terapia.
País	España/ Universidad de Valencia
<i>Tópicos relevantes de la Publicación</i>	
Objetivo General	Conocer las prácticas metodológicas de los musicoterapeutas en el ámbito de aplicación de la salud mental.
Objetivos específicos	<ul style="list-style-type: none"> a) Conocer la organización de las sesiones en musicoterapia aplicada al colectivo de personas con esquizofrenia. b) Describir cuáles son los materiales que se emplean en las sesiones de musicoterapia con personas diagnosticadas de esquizofrenia.

	<p>c) Definir qué instrumentos y técnicas son recomendables en sesiones de terapia musical para personas con esquizofrenia.</p> <p>d) Identificar los aspectos evaluativos del proceso terapéutico en sesiones de musicoterapia con personas que padecen esquizofrenia.</p> <p>e) Concretar el sistema de registro que utilizan los especialistas en el proceso evaluativo.</p>
Temas abordados	<p>Educación inclusiva</p> <p>La musicoterapia, disciplina incipiente</p> <p>Salud y trastorno mental, la esquizofrenia</p>
Enfoque	No especificado
Disciplina	Pedagogía y musicoterapia.
Metodología	<p>Esta investigación se realizó a nivel estatal, en la que se invitó a participar a todas las asociaciones y centros de musicoterapia existentes en España.</p> <p><i>Tipo de estudio:</i> Cuantitativo.</p> <p><i>Población participante:</i> 38 Profesionales pertenecientes a las asociaciones y centros de formación en musicoterapia existentes dentro del territorio español. Quienes diligenciaron el cuestionario fueron 26 mujeres y 12 hombres, todos ellos musicoterapeutas especializados en psiquiatría, cuyas formaciones de origen son: psicología, medicina, pedagogía, magisterio y música.</p> <p><i>Instrumentos:</i> Se elaboró un cuestionario destinado a musicoterapeutas especialistas en salud mental/psiquiatría, con el objetivo de extraer la información de la práctica metodológica de los encuestados y constatar la influencia que tiene la</p>

	<p>musicoterapia en personas con esquizofrenia.</p> <p>Se tuvieron en cuenta los siguientes aspectos:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1) Determinación precisa de los objetivos del cuestionario. 2) Planificación del cuestionario. 3) Elaboración y/o selección de preguntas y/o tests. 4) Análisis de la calidad de las preguntas y/o tests. 5) Disposición provisional de las preguntas y/o tests en el cuadernillo. 6) Análisis de la fiabilidad y validez del cuestionario. 7) Edición final del cuestionario.
<p>Conclusiones</p>	<p>Se hace necesario seguir indagando sobre este campo al ser aún bastante desconocido y se rescata la importancia de corroborar que los musicoterapeutas son profesionales capacitados para brindar tratamiento a personas dentro del ámbito de la salud mental.</p> <p>Por último, los autores proponen otros temas de interés que puedan abordarse posteriormente, como son:</p> <ol style="list-style-type: none"> a) Investigar experimentalmente la influencia que tiene la musicoterapia en este colectivo o en otros. b) Analizar la figura del musicoterapeuta dentro del ámbito educativo en el tratamiento de las necesidades educativas especiales. c) Explorar la posible relación entre “la adherencia al tratamiento farmacológico” y “la asistencia a musicoterapia” en pacientes con trastorno mental crónico.
<p>Observaciones</p>	<p>Este estudio se inscribe en el marco de una investigación más amplia y ya finalizada.</p>

Medio de publicación	file:///C:/Users/LORENA/Downloads/160831-593291-1-PB.pdf
----------------------	---

Figura 5. Ficha de análisis cinco "El musicoterapeuta y sus prácticas metodológicas en la reeducación de la esquizofrenia".

Nota: Fuente: Basado en Barbosa, C. Barbosa, H & Rodríguez, V. (2013).

La práctica de la musicoterapia en siete historias de vida, constituye uno de los aportes más relevantes para la presente investigación, debido a que brinda referentes teóricos significativos acerca de la importancia de la utilización de la música como un recurso terapéutico y expone siete casos clínicos que caracterizan vivencias, sentido, significados, unicidad y problemáticas psicológicas diferentes que fueron abordadas por medio del estímulo musical.

Ficha analítica descriptiva Formato de revisión documental	
<i>Datos descriptivos de la publicación</i>	
N. de guía	6
Título de la publicación	<i>La práctica de la musicoterapia en 7 historias de vida</i>
Tipo de documento	Libro
Fecha de publicación	Año 2002
Autor/es	Albornoz Yadira (<i>Profesora de música. Master en musicoterapia. Doctora en filosofía de la musicoterapia.</i>)

	<i>Clarinetista, cantante y compositora. Médica psicodinámica, educativa y social).</i>
Palabras clave	Musicoterapia, psicoterapia musical, emoción, arte, terapia.
País	Universidad de los Andes en Mérida – Venezuela
<i>Tópicos relevantes de la Publicación</i>	
Contenidos	<p>Fundamentos de la musicoterapia</p> <p>Definiciones</p> <p>Fundamentos teóricos de la musicoterapia</p> <p>Perspectivas de investigación cualitativa y cuantitativa de la musicoterapia, y consideraciones éticas.</p> <p>La musicoterapia como arte</p> <p>Ensayos cortos</p> <p>El aspecto artístico de la musicoterapia</p> <p>La consciencia artística en la práctica clínica</p> <p>Reacciones y contra-reacciones musicales</p> <p>Modelo artístico de musicoterapia.</p> <p>Desarrollo de la musicalidad del movimiento</p> <p>Historias de vida</p> <p>Método de improvisación</p> <p>Historia I: Martín ventila su odio</p> <p>Historia II: Canciones transverbales</p> <p>Método receptivo de ensoñación guiada y música</p> <p>Historia III: Tres viajes edípicos</p> <p>Musicoterapia grupal</p>

	<p>Historia IV: Crear en prisión. Música, emoción y autismo</p> <p>Historia V: Música para una ira sin tregua. Método de composición</p> <p>Historia VI: Canciones para la identidad de Koyó.</p> <p>Supervisión en musicoterapia</p> <p>Historia VII: La experiencia de ser supervisada.</p>
Enfoque	Psicodinámico
Disciplina	Musicoterapia
Metodología	<p>En la primera unidad del libro publicado por Albornoz, se realiza una descripción teórica acerca de la musicoterapia (definiciones, métodos, aplicaciones clínicas, orientación y niveles de práctica, fundamento histórico y cultural, fundamento psiconeuromusical, fundamento fisiológico, fundamento comunicacional, fundamento estético y fundamento psicoterapéutico de la musicoterapia).</p> <p>En la segunda unidad se plasman ensayos cortos sobre el aspecto artístico de la musicoterapia, la consciencia artística en la práctica clínica, las reacciones y contra-reacciones musicales y el modelo artístico de la musicoterapia.</p> <p>Adicionalmente se realiza un interludio sobre el desarrollo de la musicalidad del movimiento, en el que se abordan temas como:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1) La etapa de “atonamiento” musical (0-2 años) 2) Etapa de moldeo musical “El ser tridimensional” (2 a 11

	<p>años).</p> <p>3) Etapa de articulación musical “la maestría del cuerpo musical” (11 a 18 años).</p> <p>4) Etapa de tonalidad “Moverse con los elementos tonales (18 a 40 años).</p> <p>5) Etapa de vivir a través de la música “Remembranza y música”.</p> <p>Por último, en la Unidad 3 Albornoz presenta la práctica de la musicoterapia en 7 historias de vida, describiendo cada uno de los procesos vivenciados y los logros alcanzados con pacientes que presentaron diferentes tipos de problemáticas. Vale la pena mencionar que en este apartado se centró el tema de interés de la publicación y los aportes recopilados para la presente investigación.</p>
<p>Aportes a la investigación</p>	<p><i>Historia I – Martín ventila su odio</i></p> <p>La primera historia que narra el autor se caracterizó por el trabajo hacia el odio inexpresado de Martín a través de improvisaciones musicales. En ese entonces Martín era un hombre de 33 años de edad y fue diagnosticado con esquizofrenia, llevaba 10 años recluido en un hospital psiquiátrico y no se le conocía familia, fumaba excesivamente y descuidaba su apariencia. Al iniciar el proceso de psicoterapia musical individual Martín solo se comunicaba con su mundo alucinatorio, sin embargo a partir de las apariciones melódicas logró entrar en contacto con su dolor e identificar sus emociones, lo cual le ayudo a ventilar su odio suprimido por años y le permitió darse cuenta de que él mismo había decidido ignorarse durante 10 años, es así como la disciplinada actitud con la que tomaba la improvisación musical hizo que lograra</p>

conectarse con su lado sano manifestando mayor alerta y expresando sus emociones, siendo esto lo que generó que él comprendiera que el proceso de intervención no consistía en disminuir o incrementar algo de su comportamiento, sino que se trataba acerca de su ser; clínicamente, las alucinaciones dejaron de incidir mientras creaba, lo que disminuyó su irritabilidad y su intolerancia a la frustración, Martín pudo “vivenciar” un lado menos oscuro de su existencia, expresar su odio y mitigar su sufrimiento.

Historia II – Canciones tranverbales

La segunda historia refiere a una bebé de 22 meses de edad con parálisis cerebral atetoide, a quien se le dificultaba relacionarse adecuadamente con su entorno y presentaba angustia por separación. El tratamiento de psicoterapia musical le permitió a Sofía comenzar a explorarse y a relacionarse con su entorno, relacionarse consigo misma y con la terapeuta, relacionar su SER con el entorno, promover su autonomía, descubrir su capacidad de disfrutar, producir, explorar y expresarse a través de sus canciones, lo cual produjo que se sintiera más segura y menos ansiosa.

Historia III – Tres viajes edípicos

La siguiente historia, caracterizó a Marco, un hombre de 30 años de edad, casado y con una hija de 2 años y medio, era médico, culto y disfrutaba escuchar todo tipo de música. Su propia percepción de sí mismo lo ratificaba como una persona que ante situaciones de estrés podía convertirse en un tirano y llevaba 4 años asistiendo a terapia verbal. Marco podía moverse

con facilidad entre los extremos de su generosidad y su tiranía, su vida era bastante confusa y solo trataba de aclararla a través de la crueldad de su intelecto. El objetivo con él fue permitir que sus sentimientos emergieran y se despojara de su patrón de defensa intelectual a través de la utilización de un método de musicoterapia que permite acceder al inconsciente de una forma fructífera y creativa y los resultados obtenidos fueron que Marco logró crecimiento en la medida en que sus imágenes perdían el tono de fantasía y claramente se relacionaban con su vida externa, además logró la liberación de afecto, el nivel de confianza en el proceso y la terapeuta, la imagen de si mismo y el crecimiento en relación con la meta terapéutica pautada.

Historia IV – Crear en prisión

Describe una intervención de musicoterapia grupal, realizada a un grupo de mujeres presidiarias de un hospital psiquiátrico en el Estado de Pennsylvania. Cada mujer debía cumplir condena por actos criminales diversos, sin embargo se dictaminó que la inestabilidad psíquica de estas mujeres no las hacía aptas para responsabilizarse de los cargos imputados. Esta historia de vida, relata el proceso de desarrollo grupal con el método de improvisación, el cual permitió que unas extrañas se convirtieran en una unidad de confianza. El grupo estaba conformado por 7 mujeres cuyas edades oscilaban entre los 30 y 55 años, sin embargo el trabajo realizado se centró en 4 de ellas debido a la regularidad con la que asistieron a las sesiones. Durante la infancia todas fueron maltratadas sexual, física y/o verbalmente por sus padres, familiares cercanos o ajenos, a su vez, todas las reclusas poseían capacidad de pensamiento simbólico y de hacer analogías entre improvisaciones y sus

vidas personales. Los objetivos planteados fueron: lograr balance emocional, la exploración de varios aspectos personales en relación con el grupo, el desarrollo de la capacidad para la intimidad interpersonal y el desarrollo de destrezas de comportamiento grupal. Este tipo de musicoterapia pertenece al nivel de práctica psicoterapéutica centrada en la música, así los objetivos son resueltos a través de la creación o escucha de música, el discurso verbal que se origina es usado para guiar, interpretar o enaltecer las experiencias musicales y la relevancia que esta tiene para el paciente y el proceso terapéutico. En este caso, la música fue el puente para que estas mujeres se relacionaran y logaran los objetivos clínicos haciendo música

Historia V – Música para una ira sin tregua

Relata la historia de Augusto, a quien se le diagnosticó autismo a la edad de 4 años y manifestaba crisis dramáticas y violentas a través de las cuales se auto-agredía y agredía severamente a las personas adultas de su entorno. Augusto poseía lenguaje hablado, pero solo se comunicaba verbalmente bajo insistente instigación y usando un repertorio limitado de palabras, a pesar de que, comprendía el lenguaje hablado. La intervención realizada y la particular capacidad de Augusto de apreciar y relacionarse con la música le permitió explorar y descubrir alternativas comunicacionales para ventilar su insospechada vida emocional y así dar tregua a su dramática y destructiva ira.

Historia VI – Canciones para la identidad de Koyó

Refiere a un adolescente de 16 años de edad

	<p>diagnosticado con autismo limitado, la intervención se solicitó por comportamiento apático y limitada capacidad de comunicación, sin embargo, se identificó que Koyó se estaba comportando más como una persona con trastorno profundo de desarrollo y retardo mental asociado que como el clásico autista. Finalmente Koyó logró: expresarse emocionalmente a través de sus canciones, reconocer sus sentimientos, lo cual permitió inferir la posible conexión entre sus sentimientos y el proceso de identidad y autonomía que estaba experimentando, pudo relacionarse con otras personas y experimentar momentos de gratificación.</p> <p style="text-align: center;"><i>Historia VII – La experiencia de ser supervisada</i></p> <p>Alicia, una joven de 13 años de edad, muy inteligente, con parálisis cerebral espástica. Alicia no podía hablar, era dependiente en casi todas las actividades de la vida diaria y sus crisis consistían en llorar inconsolablemente, por lo cual se sugirió que iniciara un tratamiento con musicoterapia para canalizar su fobia. Ella había padecido trastornos de ansiedad desde temprana edad que involucraron en fuertes ataques de pánico ante el contacto social. Esta fobia nunca había sido tratada, por lo cual se convirtió en el primer objetivo terapéutico; después de dos años de intervención Alicia pudo superar el miedo al contacto social con experiencias musicales, logró experimentar placer al brindarle un ambiente de seguridad para que ella explorara su ser musical y pudo tomar decisiones y ser independiente en algunas actividades de la vida diaria.</p>
<p style="text-align: center;">Conclusión</p>	<p style="text-align: center;">Lo importante de la supervisión académica o clínica, tanto para estudiantes como para profesionales de musicoterapia,</p>

	es prevenir lo que progresivamente puede convertirse en negligencia clínica, cuyos síntomas más evidentes pueden ser la pérdida progresiva de idealismo, energía y propósito bien sea debido a condiciones de trabajo o a asuntos personales que interfieren en la práctica clínica y la sana relación paciente-terapeuta.
Observaciones	
Medio de publicación	Albornoz, Y. (2002). La práctica de la musicoterapia en 7 historias de vida. Mérida, Venezuela. Editado por el Consejo de publicaciones de la Universidad de los Andes.

Figura 6. Ficha de análisis seis "La práctica de la musicoterapia en 7 historias de vida".

Nota: Fuente: Basado en Barbosa, C. Barbosa, H & Rodríguez, V. (2013).

La monografía realizada por Carmen Durán, brinda un aporte significativo en el aspecto vivencial del ser humano, pues rescata la música como un elemento que hace posible el reconocimiento del cuerpo como un lenguaje y la movilización de emociones que permiten construir nuevos significados.

Ficha analítica descriptiva	
Formato de revisión documental	
<i>Datos descriptivos de la publicación</i>	
N. de guía	7
Título de la	<i>Biodanza, cuerpos y lenguajes</i>

LA MÚSICA COMO RECURSO TERAPEUTICO EN LA MANIFESTACIÓN DE VIVENCIAS

101

publicación	
Tipo de documento	Monografía
Fecha de publicación	Año 2006
Autor/es	Durán Carrasco Carmen (profesora de biodanza).
Palabras clave	Danza, lenguaje, cuerpo, música, vivencias.
País	Concepción, Chile - Escuela de Biodanza Sistema Rolando Toro
<i>Tópicos relevantes de la Publicación</i>	
Objetivo	No se encuentra especificado en el documento.
Temas abordados	<p>Biodanza</p> <p>Danzar la vida</p> <p>Danza</p> <p>Música</p> <p>Grupo</p> <p>Salud</p> <p>Ética biocéntrica</p> <p>Pinceladas neurofisiológicas</p> <p>Cuerpos y lenguajes</p> <p>Cuerpos y culturas</p> <p>Cuerpos y poder</p> <p>Lenguajes corporales</p> <p>Lenguajes del placer</p> <p>El lenguaje verbal en biodanza</p>
Enfoque	Humanista
Disciplina	Psicología

<p>Metodología</p>	<p>Usa como método la etnografía con el fin de observar las prácticas de los grupos de biodanza y participar en ellos para así poder constatar lo que las personas dicen y hacen. Este método es subjetivo y biográfico, no pretende ser solo una versión científica y objetiva de una realidad estudiada. La tendencia del trabajo etnográfico se manifiesta en un texto personal que busca patrones literarios y se acerca al estudio de lo propio, más que de lo ajeno.</p> <p>Su metodología es la vivencia, entendida como: "Una experiencia vivida con gran intensidad en un lapso de tiempo 'aquí y ahora', que produce efectos emocionales, cenestésicos y viscerales" (Durán, 2006).</p> <p><i>Instrumentos:</i> Relatos de vivencias que fueron escritas en el año 2006 por alumnos de la escuela de biodanza Rolando Toro.</p> <p><i>Población participante:</i> alumnas y alumnos del Grupo de Iniciación a la Biodanza en la "Casa de los Colores",</p> <p><i>Tipo de estudio:</i> Cualitativo</p>
<p>Conclusiones</p>	<p>Las vivencias inducidas por la biodanza con el actual respaldo de las neurociencias, favorecen la plasticidad neural que facilita la expansión de conciencia y la apertura a imaginarios simbólicos que operan transformaciones en las significaciones con las que se valoran el mundo.</p>

	En biodanza se vivencia el encuentro humano y la celebración como rituales comunitarios que fortalecen el sentido de pertenencia y de identidad cultural. Estas experiencias propician un bienestar orgánico, celular, neurofisiológico y químico. Biodanza deflagra vivencias de intensidad variable, recorriendo una espiral de situaciones revitalizadoras, co/creándose así un ambiente enriquecido favorable a la transtasis o saltos evolutivos.
Observaciones	Se evidencian falencias en el planteamiento de objetivos claros dentro de la monografía.
Medio de publicación	http://www.biodanzahoy.cl/recursos-de-informaci%C3%B3n/descargas-3/finish/14-lenguaje/28-biodanza-cuerpos-y-lenguajes.html

Figura 7. Ficha de análisis siete "Biodanza, cuerpos y lenguajes".

Nota: Fuente: Basado en Barbosa, C. Barbosa, H & Rodríguez, V. (2013).

La escuela de Biodanza de Rolando Toro, ubicada en Chile, brinda aportes significativos a través de la tesis publicada por Paulina Asencio, en términos de vivencialidad, despliegue de sentido, caracterización de unicidad y resignificación de acontecimientos, pues por medio del relato de vida Asencio da cuenta de la música como un recurso que le permitió el autoconocimiento, la conexión con sus emociones, la aceptación de su historia y la identificación de valores de actitud, de experiencia y de creación.

Ficha analítica descriptiva	
Formato de revisión documental	
<i>Datos descriptivos de la publicación</i>	
N. de guía	8
Título de la publicación	<i>Recibiéndome de ser humano: un testimonio de mis vivencias en biodanza.</i>
Tipo de documento	Monografía
Fecha de publicación	Año 2010
Autor/es	Asencio Andreau Paulina (Facilitadora de biodanza, secretaria bilingüe).
Palabras clave	Biodanza, vivencias, música, encuentro.
País	Concepción, Chile - Escuela de Biodanza Sistema Rolando Toro.
<i>Tópicos relevantes de la Publicación</i>	
Objetivo	<i>“Dar testimonio a través de mis vivencias de estos 9 años, del cambio existencial que la biodanza ha provocado en mí y de las transformaciones de las que he sido participe”(Asencio, 2010).</i>
Temas	Breve biografía del autor

abordados	<p>Identidad</p> <p>Nombre</p> <p>Compartir</p> <p>Confiar y ser confiable</p> <p>Empatía</p> <p>Dar y darse – generosidad</p> <p>Agradecimiento</p> <p>Trascendencia</p>
Enfoque	Humanista
Disciplina	Psicología
Metodología	<p><i>Procedimiento:</i> Asencio narra su historia de vida y sus vivencias a partir de la práctica de biodanza, dando cuenta de los logros alcanzados durante el proceso.</p> <p><i>Población participante:</i> Un grupo de 9 colegas</p> <p><i>Tipo de estudio:</i> Cualitativo</p> <p><i>Técnica:</i> Narrativa</p>
Conclusiones	<p>Paulina Asencio concluye relatando vivencias personales y su experiencia práctica con la música y la biodanza como algo que le permitió encontrarse consigo misma y generar cambios en su manera de sentir, pensar y vivir.</p>
Observaciones	<p>En la monografía se identificaron carencias metodológicas, ya que no se observa con claridad el método usado para el abordaje del objetivo planteado y las conclusiones no se formulan de manera clara y consistente.</p>

<p>Medio de publicación</p>	<p>http://www.biodanzahoy.cl/recursos-de-informaci%C3%B3n/descargas-3/finish/33-salto-cuantico/33-recibiendome-de-ser-humano-un-testimonio-de-mis-vivencias-en-biodanza.html</p>
-----------------------------	--

Figura 8. Ficha de análisis ocho "Recibiéndome de ser humano: un testimonio de mis vivencias en biodanza"-

Nota: Fuente: Basado en Barbosa, C. Barbosa, H & Rodríguez, V. (2013).

La presente investigación gira en torno a explicitar y describir la relación que existe entre la música y la palabra, y las posibilidades que ofrece el uso conjunto de la expresión musical y la expresión verbal en el tratamiento de la Esquizofrenia, a partir del desarrollo y diseño de un dispositivo terapéutico grupal que utiliza la música para el tratamiento. Para ello, se desarrolló un tipo de investigación descriptiva-correlacional, con la participación de 10 pacientes diagnosticados con esquizofrenia. De lo anterior, se concluyó que la música es una poderosa herramienta para facilitar la comunicación no verbal, la cual de algún modo influenciaba la comunicación verbal. Sin embargo, la conexión directa entre la música y la palabra no estaba clara al finalizar la primera etapa de esta investigación.

<p align="center">Ficha analítica descriptiva Formato de revisión documental</p>	
<p align="center"><i>Datos descriptivos de la publicación</i></p>	
<p>N. de guía</p>	<p align="center">9</p>

LA MÚSICA COMO RECURSO TERAPEUTICO EN LA MANIFESTACIÓN DE VIVENCIAS

107

Título de la publicación	<i>Esquizofrenia, Música y Terapia de Grupo</i>
Tipo de documento	Tesis para optar al título de psicólogo.
Fecha de publicación	Año 2002
Autor/es	Olivos Bravo Alejandro (Psicólogo).
Palabras clave	Esquizofrenia, Terapia, Musicoterapia, Musicoterapeuta, Música
País	Santiago de Chile – Universidad de Chile.
<i>Tópicos relevantes de la Publicación</i>	
Objetivo	Explicitar y describir la relación que existe entre la música y la palabra, y las posibilidades que ofrece el uso conjunto de la expresión musical y la expresión verbal en el tratamiento de la Esquizofrenia, a partir del desarrollo y diseño de un dispositivo terapéutico grupal que utiliza la música para el tratamiento
Temas abordados	Definición de Esquizofrenia clásica Síntomas fundamentales de la Esquizofrenia clásica Funciones simples y compuestas , intactas y alteradas Tipos de Esquizofrenia Teoría Psicoanalítica Definición y aplicaciones de terapia grupal y enfoques Definición de Musicoterapia Rol del Musicoterapeuta
Enfoque	La mayor parte de la investigación se centra en el

	Enfoque Psicoanalítico
Disciplina	Psicología
Metodología	<p>La investigación se define de tipo descriptivo y correlacional. El diseño de la investigación es cuasi-experimental dado que el grupo con que se trabajó se define como un grupo intacto, un grupo que ya estaba constituido como tal antes del inicio de la actividad terapéutica musical con ellos. Se formula una hipótesis de trabajo, definiendo conceptual y operacionalmente las variables y se desarrolla un taller piloto y experimental de análisis.</p> <p><i>Tipo de investigación:</i> Investigación cuantitativa, de tipo descriptivo y correlacional.</p> <p><i>Participantes:</i> 10 pacientes con diagnóstico de esquizofrenia.</p> <p><i>Instrumentos:</i> Taller piloto y taller experimental.</p> <p><i>Procedimiento:</i> Taller piloto: Cada sesión tuvo una duración de una hora. Los quince primeros minutos se destinan a la elección de un instrumento por parte de los miembros del taller y a la exploración de las posibilidades musicales de este. En seguida se da inicio a las actividades musicales. El trabajo de cada sesión se supervisa semanalmente con psiquiatra.</p> <p>Taller experimental: este taller constituye la segunda parte de la investigación, integrado por un equipo que consta de</p>

	<p>una musicoterapeuta y dos psicólogos, los cuales cumplen los roles de coordinador y observador.</p> <p>Este taller consta de seis sesiones de una hora y media de duración, más una sesión de cierre. Las sesiones comienzan con actividades musicales coordinadas por la musicoterapeuta, con una duración de treinta minutos. Enseguida el coordinador dirige una segunda parte, de cuarenta y cinco minutos de duración, en la cual se va a conversar acerca de lo que los pacientes han sentido, pensado e imaginado durante la primera parte. El autor y memorista participa como observador, haciendo anotaciones de lo que se ha dicho. Los últimos quince minutos el observador hace una lectura del registro, para luego conversar acerca de dicha lectura. El equipo se reúne una vez por semana para supervisar el trabajo de cada sesión con psiquiatra.</p> <p><i>Hipótesis:</i></p> <p>La hipótesis con la que se trabaja consiste en que los pacientes esquizofrénicos sometidos a un tratamiento grupal que utiliza la música, mejoraran significativamente sus conductas de aislamiento social, sus relaciones interpersonales, y la comunicación con las personas de su entorno.</p>
Conclusiones	<p>La música había demostrado, al final de la Experiencia Piloto, ser una poderosa herramienta para facilitar la comunicación no verbal, la cual de algún modo influenciaba la comunicación verbal. Sin embargo, la conexión directa entre la música y la palabra no estaba clara al finalizar la primera etapa de esta investigación.</p> <p>La música, así como el teatro, la danza, un equipo de</p>

fútbol, o un equipo de baloncesto, tienen en común el hecho que para lograr su realización implican necesariamente una comunicación eficiente entre los participantes. No es este el caso de la pintura, la escultura, o el deporte del tenis, por ejemplo. En un taller de pintura o escultura los miembros del grupo trabajan individualmente, pero en grupo, es decir, realizan dicha actividad reunidos en una misma sala pero no necesitan comunicarse entre sí para la realización de la misma. Estas actividades no requieren de una comunicación eficiente entre los miembros del grupo para ser llevadas a cabo con éxito. Por lo tanto pueden ser útiles para el tratamiento de trastornos en los que no esté implicado esencialmente un deterioro de la comunicación y las relaciones interpersonales. Por consiguiente la música, el teatro, el fútbol, etc., otorgan la posibilidad de trabajar directamente los problemas de las relaciones interpersonales y adquieren especial utilidad en los trastornos en que estos problemas son centrales, en particular en el caso de la Esquizofrenia.

El Taller Piloto trabajaba con la música para abordar los problemas de la comunicación y las relaciones interpersonales de los pacientes esquizofrénicos. Las sesiones comprendían actividades musicales en las que la comunicación entre los participantes era el objetivo principal, en especial la comunicación no verbal. En dicho taller se trabajaba en torno a una Tarea, la que consistía en la realización de producciones musicales colectivas. Tarea y Actividades musicales coincidían conceptualmente. Es decir, la Tarea consistía en llevar a cabo con éxito las Actividades musicales, las cuales requerían necesariamente una eficiente comunicación entre los participantes. La música se convierte entonces en una

	<p>herramienta de gran utilidad para abordar los aspectos no verbales de la comunicación, a través de la mirada, el oído, los gestos y la sincronización musical entre los participantes. Sin embargo, en dicho taller no había una conexión directa y clara entre los aspectos no verbales y los aspectos verbales de la comunicación, es decir, la palabra.</p>
<p>Observaciones</p>	<p>Esta investigación da a conocer la importancia que tiene la música como recurso en un contexto terapéutico; ya que orientando un tratamiento a través de la producción musical, se facilita la interacción y el desarrollo de comunicación y de relaciones interpersonales.</p> <p>La música al poseer características particulares donde se es necesario fortalecer la comunicación y entablar el trabajo en equipo orientado a un objetivo, promueve la capacidad de relacionarse con el entorno en pacientes diagnosticados con alguna enfermedad mental y particularmente en aquellas que tienen como síntoma el aislamiento social, la introversión, el deterioro de las relaciones interpersonales y el fracaso en la capacidad de relacionarse con el entorno.</p>
<p>Medio de publicación</p>	<p>http://www.tesis.uchile.cl/tesis/uchile/2002/olivos_a/sources/olivos_a.pdf</p>

Figura 9. Ficha de análisis nueve "Esquizofrenia, Música y Terapia de Grupo".

Nota: Fuente: Basado en Barbosa, C. Barbosa, H & Rodríguez, V. (2013).

La presente es una revisión documental, publicada en España, en el año 2011, que centró su interés en la identificación de los estudios más recientes que examinan la eficacia de la musicoterapia en la reducción de los síntomas de la depresión clínica. De allí se concluye que la música genera efectos positivos en la reducción de la depresión, lo cual justifica que se generen más investigaciones en esta área, con estudios de mayor duración, con muestras más grandes y con recursos estadísticos suficientes para detectar cambios clínicamente significativos en las puntuaciones de depresión.

Ficha analítica descriptiva	
Formato de revisión documental	
<i>Datos descriptivos de la publicación</i>	
N. de guía	10
Título de la publicación	<i>La depresión y la música: estudios que demuestran su efectividad como tratamiento</i>
Tipo de documento	Revisión Documental, Tesina del master de Musicoterapia
Fecha de publicación	Año 2011
Autor/es	Alba Blancat María Pilar (musicoterapeuta y psicóloga).
Palabras clave	Música, Musicoterapia, Depresión, Tratamiento, Terapia
País	España - Instituto Superior de Estudios Psicológicos

	ISEP
<i>Tópicos relevantes de la Publicación</i>	
Objetivo	Identificar los estudios recientes que examinen la eficacia de la musicoterapia en la reducción de los síntomas de la depresión clínica, comparar la eficacia de la musicoterapia alternativa a los tratamientos farmacológicos o psicológicos y la eficacia de diferentes formas de musicoterapia
Temas abordados	Definición de música y la musicoterapia Definición de la depresión clínica Ámbitos de aplicación de la musicoterapia La musicoterapia para la depresión Formas y técnicas de la musicoterapia
Enfoque	No se especifica el enfoque que rige la investigación
Disciplina	Musicoterapia
Metodología	<p>Se realizó la revisión sistemática de seis textos publicados desde el 2003 hasta el año 2011, del campo musicoterapia y depresión.</p> <p>El diseño utilizado se desarrolla sistematizando la información obtenida de los textos y artículos seleccionados, vislumbrando los hallazgos y la información más relevante.</p> <p><i>Recursos:</i> Buscadores ABUC (Acuerdo de Bibliotecas Universitarias de Córdoba), el Catálogo Mezquita (Universidad de Córdoba) y Psiquiatria.com.</p>

	<p>El libro de Víctor del Río (Musicoterapia para el tratamiento de la depresión).</p> <p><i>Tipo de investigación:</i> Cualitativa.</p> <p><i>Instrumentos:</i> seis textos publicados desde el 2003 hasta el año 2011, del campo musicoterapia y depresión</p>
<p>Conclusiones</p>	<p>En general, la información de los textos seleccionados ha sido deficiente; en particular, la información acerca de los procedimientos llevados a cabo para la terapia fue parcial o inexistente. La interpretación de los estudios estuvo aún más obstaculizada por la falta de datos sobre la varianza de los resultados de los estudios. Por lo tanto los datos de estos estudios necesitan interpretarse con cuidado. No obstante, todos demuestran que es posible realizar terapias de musicoterapia en personas con depresión en distintos ámbitos. Los niveles de interés y participación en la musicoterapia parecen altos y los abandonos son poco comunes, ya que la gran mayoría de los participantes que recibieron musicoterapia finalizaron el tratamiento.</p> <p>Además, todos los estudios revelaron efectos positivos en la reducción de los síntomas depresivos, lo que indica que se justifica una investigación adicional en esta área, con estudios de mayor duración y con muestras más grandes donde el musicoterapeuta solo este pendiente del estado de asignación de los participantes. También deberán tener más poder estadístico para detectar cambios clínicamente significativos en las puntuaciones de depresión.</p>

Observaciones	<p>Esta revisión documental, amplía la posibilidad y el efecto positivo de la aplicación de la música como recurso terapéutico, sin embargo no especifica claramente el tipo de música que se debería emplear ni el enfoque bajo el cual se desarrolla la revisión.</p> <p>El posible efecto sobre la depresión clínica es favorable y visible.</p>
Medio de publicación	<p>http://www.isep.es/wp-content/uploads/2014/03/La-Depresion-Y-La-Musica-Estudios-Que-Demuestran-Su-Efectividad-Como-Tratamiento.pdf</p>

Figura 10. Ficha de análisis 10 "La depresión y la música: estudios que demuestran su efectividad como tratamiento".

Nota: Fuente: Basado en Barbosa, C. Barbosa, H & Rodríguez, V. (2013).

Efectos de la música excitadora en el nivel del estado de la ansiedad, es una investigación de corte cuantitativo, en el que se tuvo en cuenta la participación de 137 sujetos con el fin de corroborar la hipótesis: el escuchar la música excitante produce un incremento en el nivel del estado de ansiedad. Dicha investigación tuvo fundamentos propios de la psicología como disciplina y fue publicada en México, en el año 2006 por medio de un artículo indexado.

<p>Ficha analítica descriptiva Formato de revisión documental</p>	
<p><i>Datos descriptivos de la publicación</i></p>	
N. de guía	11

Título de la publicación	<i>Efectos de la música excitadora en el nivel del estado de la ansiedad</i>
Tipo de documento	Artículo indexado
Fecha de publicación	Año 2006
Autor/es	Valderrama Hernández Roberto (Psicólogo).
Palabras clave	Música Excitante, Estado de Ansiedad, Arousal
País	México, Facultad de psicología BUAP
<i>Tópicos relevantes de la Publicación</i>	
Objetivo	Corroborar la hipótesis: el escuchar la música excitante va a producir un incremento en el nivel del estado de ansiedad.
Temas abordados	Ansiedad Música Excitante Arousal
Enfoque	La investigación no define un enfoque claro
Disciplina	Psicología
Metodología	<i>Tipo de investigación:</i> Cuantitativa <i>Participantes:</i> Se utilizaron 137 Sujetos; de los cuales, pertenecían al género masculino 31 y del género femenino 106. Todos alumnos que pertenecían a la facultad de psicología BUAP de México; de diferentes cuatrimestres; con una media de edad de 20 años con 5 meses. El 90% eran autóctonos de los Estados del centro del País; el 5% eran de los Estados de la costa; y el otro 5% del Distrito Federal. Pertenecientes a la clase media. Todos ellos serán voluntarios deseosos de participar en la investigación. Los

	<p>Sujetos., fueron asignados al azar a cual subgrupo iban a pertenecer, para pasar a poder escuchar la música. Dichos subgrupos fueron igualados con base a los resultados del test de MMPI – R, escala 0.</p> <p><i>Procedimiento:</i></p> <p>A los sujetos se les sometería a escuchar por determinado tiempo música categorizada como “Excitante” fundamentalmente metal pesado o heavy metal, cada fragmento musical duraba entre un margen de tiempo que oscila entre tres a cinco minutos, con una duración total del estímulo musical de 47 minutos.</p> <p><i>Hipótesis:</i></p> <p>El escuchar la música excitante va a producir un incremento en el nivel del estado de ansiedad.</p> <p><i>Instrumentos:</i></p> <p>IDARE para medir la ansiedad.</p> <p>LA ESCALA 0 DEL MMPI- R para rasgo introvertido-extravertido.</p>
Conclusiones	<p>La música excitante si va afectar el nivel de estado de ansiedad. La explicación de dicho fenómeno es que al no poder realizar algún tipo de actividad, (tal como: caminar, bailar, brincar, platicar o cualquier otra actividad) va a provocar que se incremente la energía generada por el Sistema Nervioso Simpático; lo cual, se va a traducir en un incremento en el nivel de la excitación (es decir, el arousal), que puede ser interpretada por la persona como que siente un mayor incremento en la tensión física y psicológica; lo cual, a su vez se puede interpretar como que la persona sienta ansiedad o cuando menos</p>

	<p>incomodidad.</p> <p>Por lo tanto, se puede especular que la música excitante sirve para incrementar el nivel del arousal; lo cual, se traduce en un incremento en la actividad motora.</p>
Observaciones	<p>Sería interesante realizar otro estudio para confirmar o desechar dicha especulación hipotética: “el escuchar la música excitante va a producir un incremento en el nivel del estado de ansiedad”, con un procedimiento metodológico más completo y un enfoque epistemológico claro.</p>
Medio de publicación	<p>http://www.psiquiatria.com/revistas/index.php/psicologia.com/article/viewFile/850/822</p>

Figura 11. Ficha de análisis 11 "Efectos de la música excitadora en el nivel del estado de la ansiedad".

Nota: Fuente: Basado en Barbosa, C. Barbosa, H & Rodríguez, V. (2013).

La tesis publicada por Daniela Banderas en el año 2006, es una investigación cualitativa, basada en el paradigma crítico-constructivista con enfoque biográfico. Con este estudio se buscó analizar el relato de vida de cinco mujeres víctimas de violencia sexual y la experiencia musical como parte del proceso de reparación, lo cual generó aportes importantes con respecto a la construcción de significados, la redefinición de vivencias, la aceptación del cuerpo como lenguaje y el despliegue de sentido en medio de acontecimientos que pudieron haber resultado traumáticos.

Ficha analítica descriptiva	
Formato de revisión documental	
<i>Datos descriptivos de la publicación</i>	
N. de guía	12
Título de la publicación	<i>La experiencia musical como parte del proceso de reparación en mujeres víctimas de agresión sexual.</i>
Tipo de documento	Tesis para optar al grado de Magíster en Artes, mención Musicología.
Fecha de publicación	Año 2006
Autor/es	Banderas Grandela Daniela (Magister en artes).
Palabras clave	Música, Sociedad, Cultura, Agresión sexual, reparación, musicoterapia.
País/Ciudad	Santiago de Chile, Universidad de Chile facultad de artes escuela de postgrado.
<i>Tópicos relevantes de la Publicación</i>	
Objetivo	Mostrar, a partir de cinco estudios de caso, como la música, evidentemente en conjunto con otros factores, es capaz de generar un cambio, en este caso para cinco mujeres. Y como ese cambio es generado a partir de las significaciones que esas mujeres otorgan a la música que escuchan.
Temas abordados	<ol style="list-style-type: none"> 1. Música y sociedad 2. Agresión sexual, trauma y reparación 3. La recepción de la música y su participación en la construcción de los individuos y la realidad

Enfoque	Biográfico
Disciplina	Etnomusicología y psicología
Metodología	<p><i>Investigación:</i> Cualitativa</p> <p><i>Paradigma:</i> Critico-constructivista</p> <p><i>Enfoque:</i> Biográfico</p> <p><i>Técnica:</i> El Relato de Vida</p> <p><i>Participantes:</i> La investigación fue realizada como un estudio de caso, en el que se realizaron una serie de entrevistas individuales a cinco mujeres , todas ellas pertenecientes a la comuna de El Bosque de la ciudad de Santiago de Chile y todas ellas víctimas de algún tipo de violencia sexual (abuso sexual o violación).</p> <p><i>Procedimiento:</i></p> <p>El proceso de recopilación de la información para dar respuesta a la pregunta de la investigación es realizado a partir de las entrevistas individuales, no estructuradas, en la que las entrevistadas relataban y reflexionaban respecto a la vivencia traumática y a sus experiencias musicales.</p> <p>El entrevistador y autor de esta tesis tomaba nota y en algunas ocasiones grababa la conversación con las entrevistadas, la actitud del entrevistador siempre fue abierta siendo el entrevistador un guía del relato.</p> <p>Los datos obtenidos son analizados e interpretados a la luz de lo que las propias entrevistadas mostraban o compartían para luego hacer una reconstrucción y presentar conclusiones.</p> <p><i>Lugar:</i></p> <p>El lugar de las entrevistas es una sala privada</p>

	<p>perteneciente a la unidad de atención a víctima de delitos violentos de la corporación de asistencia judicial de la comuna el bosque, ubicada al interior del recinto municipal de esta comuna.</p> <p><i>Instrumentos:</i></p> <p>Entrevistas individuales, no estructuradas.</p>
<p>Conclusiones</p>	<p>La Experiencia musical de las mujeres y los significados que ellas construyen alrededor o a través de la música, están íntimamente ligados a los usos que se hacen con ella (o al modo en que la utilizan) y a la función que le otorgan (o utilidad que les presta dentro de sus vidas).</p> <p>Las experiencias musicales dependen en gran medida de las propias vivencias de quien la escucha, produciéndose una conjunción entre el objeto sonoro-musical y el oyente. En la investigación se observó que la música se presenta como agente capaz de actuar en la redefinición de un individuo.</p> <p>En la investigación fue evidente la asignación de significados que las mujeres hacían hacia la música que escuchaban y que les gustaba, significados que tenían relación con el proceso y las experiencias que estaban viviendo.</p>
<p>Medio de publicación</p>	<p>http://www.tesis.uchile.cl/tesis/uchile/2006/banderas_d/sources /banderas_d.pdf</p>

Figura 12. Ficha de análisis 12 "La experiencia musical como parte del proceso de reparación en mujeres víctimas de agresión sexual".

Nota: Fuente: Basado en Barbosa, C. Barbosa, H & Rodríguez, V. (2013).

Discusión

En este apartado, se pretende en primera instancia poner en evidencia las posibles asociaciones entre los estudios que fueron objeto de estudio y los aportes que estos generaron. Adicionalmente se hará mención a las limitaciones que fueron identificadas en las investigaciones realizadas y que vale la pena tener en cuenta para estudios posteriores.

Finalmente, el grupo de investigación abordará la relación de la música con la manifestación de vivencias, desde una lectura fenomenológica, basados en los hallazgos mencionados, a fin de hacer una aproximación a la pregunta problema.

Hallazgos

Dentro de los hallazgos de la revisión documental realizada, se hará mención a cuatro aspectos diferenciados; en primera medida se abordaran algunos aspectos que se relacionan con la práctica profesional con música en contextos psicoterapéuticos terapéuticos, en la segunda parte se tendrán en cuenta resultados de orden neuropsicológico que se vinculan al tema de la música y la psicología, y que fueron encontrados dentro de las investigaciones consultadas aunque no hayan sido directamente relacionados con la categoría de análisis vivencias, pues estos permiten comprender algunos de los efectos que causa la música en el cuerpo y en la psique del ser humano, sus beneficios, usos y alcances en la promoción de la salud mental en contextos psicoterapéuticos. En tercera instancia se tendrá en cuenta los resultados que se asociaron al planteamiento de “música como recurso terapéutico” y sus beneficios y por ultimo aportes relacionados con música y manifestación de vivencias.

La práctica profesional con música en contextos psicoterapéuticos.

Respecto a la práctica profesional con música en contextos terapéuticos Montánchez (2012), rescata la importancia de corroborar que los musicoterapeutas son profesionales capacitados para brindar tratamiento a personas dentro del ámbito de la salud mental, lo cual se puede asociar con la conclusión que hace Albornoz (2002), en su libro “La práctica de la musicoterapia en 7 historias de vida”, en el que realiza una descripción de 7 casos clínicos que fueron rehabilitados a través de la utilización de la música, siendo este un recurso que facilitó la comunicación entre el paciente y el terapeuta, y promovió la salud mental en diversos trastornos. Allí, la autora hace énfasis en que la importancia de la supervisión clínica, tanto para estudiantes como para profesionales de musicoterapia, es prevenir lo que progresivamente puede convertirse en negligencia clínica, cuyos síntomas pueden ser la pérdida de idealismo, energía y propósito, ya sea debido a condiciones de trabajo o a asuntos personales que interfieren en la práctica clínica y en la adecuada relación paciente-terapeuta.

Música e implicaciones neuropsicológicas.

Una de las investigaciones que ha generado un aporte novedoso frente al tema de la música y las implicaciones cerebrales, fue la realizada por Orjuela en el año 2011, quien indagó acerca del efecto ansiolítico de la musicoterapia: aspectos neurobiológicos y cognoscitivos del procesamiento musical. A partir de dicha revisión de la literatura médica, el autor concluyó que el efecto ansiolítico de la musicoterapia está determinado por mecanismos complejos de

procesamiento musical inscritos en la especie humana, siendo la activación de memorias asociativas y el análisis de la expresión emocional, ligados a la percepción tonal y temporal del módulo de procesamiento musical, los principales componentes cognoscitivos involucrados en el efecto relajante generado por la música. A su vez, menciona que la música tiene un efecto neuroprotector mediado por el aumento en la expresión de neurotrofinas, lo que permite una mayor viabilidad neuronal, siendo esto lo que podría explicar los efectos benéficos en enfermedades psiquiátricas y neurológicas crónicas, como: demencias, enfermedad de Parkinson y trastornos afectivos. Es decir, que según los resultados arrojados por Orjuela, podríamos iniciar rescatando los beneficios que aporta la música a nivel de viabilidad neuronal, independientemente de que sea usada para manifestar vivencias o para cualquier otro uso terapéutico. Orjuela (2011), afirma que múltiples estudios han corroborado el efecto ansiolítico de la música, al medir variables fisiológicas como la presión arterial, la frecuencia cardiaca, la respiración, etc. Sin embargo, al finalizar la investigación, el autor genera una pregunta no resuelta durante la revisión narrativa de la literatura médica publicada en Colombia; allí plantea la siguiente pregunta: *¿El procesamiento musical es igual en músicos y no músicos o los efectos relajantes generados al interpretar un instrumento activan las mismas vías neurológicas que para los oyentes?*

A partir de la presente revisión documental, logramos identificar *que* dicha pregunta es resuelta en la investigación: *“Música y cerebro (II): evidencias cerebrales del entrenamiento musical”*, realizada en España durante el año 2011, por Soría y su grupo de investigación, especializado en neuropsicología. Al respecto Soria (2011), investiga sobre el tema del cerebro del músico en la segunda parte de su revisión, dando cuenta de las diferencias estructurales y funcionales que existen en el cerebro de un músico profesional. Allí menciona que diversos

estudios han puesto en evidencia que el cerebro del músico es diferente al de las personas que nunca han llevado a cabo entrenamiento musical, pues practicar a diario con un instrumento, implica diversas áreas cerebrales y funcionales cognitivas, lo cual genera que una persona con estudios musicales active una red cerebral muy extensa cuando percibe una melodía, ya que se activan áreas de procesamiento de tono, de control motor y auditivas. Mientras que en un oyente se activan áreas auditivas principalmente. A su vez menciona que existen diferencias en algunas áreas cerebrales, ya que los músicos tienen un mayor tamaño; la mitad anterior del cuerpo calloso y el cerebelo es mayor en hombres músicos; esta diferencia no se ha encontrado en mujeres. También se ha constatado una mayor simetría y tamaño de la corteza motora de los músicos profesionales. De esta manera, es posible dar cuenta de la respuesta que Soria y su grupo de investigación pueden aportar a la pregunta planteada por Orjuela (2011) al finalizar su investigación.

Ahora bien, valdría la pena pensar en cuál es el estímulo musical apropiado para que se genere el efecto ansiolítico que menciona Orjuela, pues Valderrama (2006) en los resultados de su investigación "*Efectos de la música excitadora en el nivel del estado de la ansiedad*", afirma que la música excitadora, entendida como: "*aquella música que se caracteriza por un ritmo irregular y marcado, dinámico, no predecible, sin consonancia de armonía, instrumentación conocida y tono de sonoridad; volumen tonal, cacofonía y con decibeles altos*" (Gaston, 1951 citado en Valderrama, 2006), afecta el nivel de estado de ansiedad, ya que el escuchar música y no realizar algún tipo de actividad como: caminar, bailar, brincar u otras, provoca un incremento en la energía generada por el sistema nervioso simpático, lo cual se traduce en el incremento del nivel de la excitación y puede ser experimentado por la persona como un aumento en la tensión física y psicológica y puede generarle ansiedad o incomodidad. Por tanto, consideramos

importante tener en cuenta el primer experimento realizado por el médico José Luis Díaz (2010) y su equipo de investigación en México, ya que este provee de un criterio relativamente certero para la selección de estímulos musicales en función de las emociones particulares que generan, condición necesaria para realizar experimentos de neurociencia cognitiva que requieren estímulos bien caracterizados en referencia a la respuesta musical que evocan, sin embargo como grupo de investigación, en este punto consideramos pertinente tener en cuenta el aporte de Bruscia (1997), (citado por Alba, 2011) en el segundo apartado de los hallazgos de esta investigación (*Música como recurso terapéutico*), quien afirma que no necesariamente una misma pieza musical puede evocar la misma emoción en varias personas. Al respecto podría pensarse en que es allí precisamente donde surge la unicidad del ser que menciona Frankl (1991), al referirse a la capacidad que tiene cada persona de ser única y construir sentido alrededor de lo que vivencia, por lo cual sería interesante que se realizaran próximas investigaciones con el objetivo de profundizar acerca de este tema.

Los resultados encontrados por Díaz (2010), indicaron que el electroencefalograma y la resonancia magnética funcional son procedimientos que permiten distinguir a las emociones placenteras de las desagradables inducidas por la música y que las amplias redes neuronales involucradas en el procesamiento de la música agradable y que implican al hemisferio dominante para la destreza manual y el lenguaje, son prácticamente las mismas que se utilizan en el procesamiento del lenguaje, es decir, que la participación de las zonas del hemisferio izquierdo durante la experiencia musical placentera, sugiere que parte de los efectos emocionales tiene que ver con las propiedades gramaticales y simbólicas de la música, las cuales vinculan a los sistemas representacionales del sistema mente-cerebro. En este sentido, este aporte permite hacer una aproximación a la relación que puede tener el escuchar música agradable con la

manifestación de vivencias, al movilizar propiedades simbólicas del lenguaje y los sistemas representacionales que se han construido en el sujeto oyente.

La música como recurso terapéutico.

Los autores abordados estuvieron en común acuerdo, al concebir la música como un recurso terapéutico importante para promover la salud mental y para facilitar la comunicación entre el paciente y el terapeuta, a fin de lograr objetivos terapéuticos en diversos tipos de trastornos, como se observa a continuación:

Ortega (2009), menciona que la mayor parte de estudios revisados aportan pruebas a favor de la hipótesis de que la utilización de la musicoterapia en niños con necesidades educativas especiales tiene efectos positivos como: reducción de la ansiedad, mejora del desarrollo emocional, mayor equilibrio psicofísico y emocional, y aumento del nivel de comunicación e interacción. En este punto, vale la pena mencionar que no son las necesidades educativas especiales nuestro tema de interés, sin embargo Ortega hace alusión a los efectos positivos de la música como recurso terapéutico en el aumento del nivel de comunicación e interacción y la mejora del desarrollo emocional, lo cual si se asocia con la manifestación de vivencias en psicoterapia y cobra valor a la hora de alcanzar un objetivo psicoterapéutico, pues Ortega añade que en un contexto de salud, la musicoterapia se ha mostrado eficaz para reducir la ansiedad y facilitar la expresión emocional, además de ser beneficiosa para el tratamiento de los déficits emocionales, atencionales, motores y de comunicación, asociados a diferentes patologías. A lo anterior se agrega el aporte realizado por Soria (2011) y su equipo de investigación, quienes afirman que la música supone un medio más para la rehabilitación

psicológica mediante la musicoterapia, la cual es capaz de mejorar la salud mediante los siguientes factores: atención, emoción, cognición, conducta, comunicación y percepción, es decir, que si la música usada terapéuticamente logra modular los aspectos anteriormente mencionados, posiblemente la manifestación de vivencias en psicoterapia pueda facilitarse a través de la música, especialmente en pacientes a los que se les dificulta relacionarse o narrar las situaciones que le resultan problemáticas y que afectan su cotidianidad, como es el caso de las personas que son diagnosticadas con depresión, aunque no en todos los casos se presente de la misma forma y no solo en la depresión existe la dificultad para enunciar sentimientos o acontecimientos.

Conectando con lo anterior, Alba (2011), al realizar una revisión documental con el objetivo de identificar los estudios más recientes que examinan la eficacia de la musicoterapia en la reducción de los síntomas de la depresión clínica, identifica que a través de música seleccionada, en la que predominan timbres de saxo y trompeta, prácticamente todas las personas con depresión psicógena y algunas con depresión endógena, han mejorado su estado psíquico emocional. Al llegar aquí, podría surgir la pregunta de ¿Cuál es la música apropiada para este tipo de trastorno u otros que tengan síntomas opuestos a la depresión?, al respecto Bruscia (citado por Alba 2011), afirma que la música más efectiva es por lo general aquella que refleja nuestro propio estado de ánimo, ya que cuando una pieza musical refleja un estado de ánimo contrario al nuestro no nos podremos identificar con este y no tendrá ningún efecto. Finalmente Alba (2011), concluye su investigación afirmando que todos los documentos revisados demuestran que es posible realizar terapias de musicoterapia en personas con depresión en distintos ámbitos y los niveles de interés y participación de las personas en la musicoterapia parecen altos, mientras que los abandonos de estas terapias suelen ser poco comunes, pues la

mayoría de participantes que presentaban trastorno depresivo y tuvieron dificultad inicialmente para expresar sus conflictos, y recibieron musicoterapia, finalizaron el tratamiento y lograron ampliar su nivel de comunicación.

Entonces, visto desde el enfoque humanista de la psicología, podríamos afirmar que uno de los aportes más significativos que brinda la música en psicoterapia es facilitar el encuentro terapéutico por medio de la interrelación y la comunicación verbal y no verbal que logre desarrollar el consultante con el entorno y con el terapeuta, lo cual puede resultar mucho más importante que una técnica particular aplicada en la intervención. Al respecto Albornoz (2002), describe su primer estudio de caso en el que relata la historia de vida de Martín, un hombre de 33 años que fue diagnosticado con esquizofrenia y presentaba dificultades para expresarse, pues solo se comunicaba con su mundo alucinatorio, sin embargo, por medio de la música el consultante logró entrar en contacto con su dolor e identificar sus emociones, además logró comunicarse con su terapeuta, lo cual le ayudo a manifestar el odio que había suprimido por años y esto disminuyó su irritabilidad y su intolerancia a la frustración.

Es así como iniciamos una aproximación acerca de la relación que puede tener la música como recurso terapéutico con la manifestación de vivencias dentro del contexto de la psicoterapia, por tanto, asociaremos lo anteriormente dicho con otros aportes teóricos que denotan la importancia de la vivencialidad y de la expresión como un aspecto fundamental en la cotidianidad del ser humano.

Música y manifestación de vivencias.

Una vez realizada la investigación de Olivos (2002), quien buscaba explicitar y describir la relación que existe entre la música y la palabra, y las posibilidades que ofrece el uso conjunto de la expresión musical y la expresión verbal en el tratamiento de la Esquizofrenia, el autor afirma que al final de la experiencia piloto, la música demostró ser una poderosa herramienta para facilitar la comunicación no verbal, lo cual en cierta medida influenciaba la comunicación verbal, por lo tanto, la música otorga la posibilidad de trabajar directamente los problemas de relaciones interpersonales y adquiere especial utilidad en los trastornos en que estos problemas son centrales, como es el caso de la esquizofrenia. Cabe mencionar que uno de los aspectos más relevantes en los que se centró la investigación, fue en el deterioro de las relaciones interpersonales, al ser uno de los rasgos característicos de la enfermedad, pues el fracaso del paciente en la capacidad de relacionarse le impide establecer una comunicación espontánea y fluida con otros. Inicialmente se logró el desarrollo de la comunicación no verbal, por medio de gestos, miradas y señas durante la experiencia musical, seguido de ello se motivó a que los pacientes verbalizaran la experiencia vivida, lo cual redujo el aislamiento social y el deterioro de relaciones interpersonales. Por tanto Olivos (2002), concluyó que existe una relación estrecha entre la música y la palabra y describió las posibilidades que ofrece el uso de la expresión musical y la expresión verbal en el tratamiento de la esquizofrenia.

De esta manera, es posible identificar la música como una herramienta de gran utilidad para abordar aspectos no verbales de la comunicación a través de la expresión que genera la experiencia musical.

Otros autores, al abordar el tema de la expresión musical y el sentido que aporta la música a cada persona, tuvieron en cuenta el relato de vivencias. Con respecto a esto, pudimos identificar que la Escuela de biodanza Sistema Rolando Toro, ubicada en Concepción, Chile, destaca el trabajo con música relacionado con la vivencialidad del ser humano, al ser la vivencia *“una experiencia significada que en un lapso de tiempo ‘aquí y ahora’, produce efectos emocionales, cenestésicos y viscerales”*, según Durán (2006), quien menciona en su monografía, que las vivencias inducidas por la biodanza, favorecen la plasticidad neural que facilita la expansión de conciencia y la apertura a imaginarios simbólicos que producen transformaciones en las significaciones con las que se valora el mundo. Aunque la biodanza no es el tema que se desea abordar en esta investigación, se tendrá en cuenta la relación que esta sostiene con la experiencia musical y con la manifestación de vivencias, pues es a través de la música y su utilización terapéutica que se producen transformaciones en las significaciones que la persona hace de su propia realidad y se actualizan o se resignifican vivencias que pueden cobrar algún sentido para el consultante.

Durán (2006), da a conocer una serie de relatos que hicieron los alumnos de la Escuela Rolando Toro, en los que narran sus vivencias a partir de la experiencia musical y afirma que en biodanza se vivencia el encuentro humano a través de rituales comunitarios, acompañados de música que fortalecen el sentido de pertenencia y de identidad cultural. La autora concluye que estas experiencias propician un bienestar orgánico, celular, neurofisiológico y químico, pues a través de la música se despliegan vivencias de intensidad variable, recorriendo situaciones revitalizadoras y creando un ambiente favorable de bienestar, lo cual se relaciona directamente con el relato realizado por Asencio (2010) en la monografía *“Recibiéndome de ser humano: un testimonio de mis vivencias en biodanza”*, quien hace un relato de su historia de vida, destacando

los aspectos más relevantes que fueron resignificados por medio de su experiencia práctica con la música y la biodanza, como algo que le permitió expresarse, auto conocerse, hablar de sí misma y generar cambios en su manera de sentir, pensar y vivir, la autora reconoce la experiencia musical como una herramienta que le permitió encontrar sentido de vida donde no existía.

En la monografía de Asencio, es posible dar cuenta de los tres caminos que describió Viktor Frankl mediante los cuales es más fácil encontrar sentido a la vida, aspectos que fueron ya mencionados en el marco disciplinar de esta investigación, pero que vale la pena retomar al llegar a este punto; Paulina Asencio logró vivenciar valores de creación, en lo que pudo descubrir y recibir del mundo a través de la biodanza, a su vez logro dar a otros y construir relaciones interpersonales, lo cual generó sentido a su vida y por ultimo pudo desplegar valores de actitud hallando sentido en medio de lo incambiable, tal como era su historia de vida. Fue de esta manera como Paulina Asencio, en su unicidad, es decir, en su experiencia única y particular, encontró sentido en su vida por medio de la experiencia musical que le brindó la biodanza y esto produjo transformaciones en sus vivencias.

Añadiendo al relato realizado por Asencio (2010), es importante tener en cuenta la tesis de Banderas (2006), que aunque no fue realizada en la Escuela de Biodanza y fue publicada cuatro años atrás, da cuenta del sentido que puede generar la música en terapia en una historia de vida y en la resignificación de vivencias. Banderas indagó acerca de *“la experiencia musical como parte del proceso de reparación en mujeres víctimas de agresión sexual”* y encontró que la experiencia musical de las mujeres y los significados que ellas construyen alrededor o a través de la música, hacen parte de la unicidad de su experiencia y están íntimamente ligados a los usos que se hacen con ella y a la función que le otorgan en su vida, por tanto las experiencias musicales dependen en gran medida de las propias vivencias de quien la escucha, es decir, que

aquí se destaca de manera influyente el elemento de la unicidad del ser, descrito por Frankl, pues aunque se trate de una misma pieza musical, cada persona la experimentará de una manera diferente al asociarla con sus propias vivencias. En la investigación de Banderas (2006), se observó que la música se presenta como un agente capaz de actuar en la redefinición de un individuo, e incluso en la re-construcción del sentido de vida. Allí se hizo evidente la asignación de significados que las mujeres hacían frente a la música que escuchaban y que les resultaba agradable, significados que tenían relación con el proceso y las experiencias que estaban viviendo.

Ahora bien, Banderas (2006), menciona un aspecto importante en el ejercicio de la manifestación de vivencias y es el trauma, como un elemento difícil de expresar, al ser un acontecimiento que sobrepasa la capacidad de asimilación y adaptación psíquica. Este tipo de sucesos, revelan momentos particulares de la historia de vida de la persona y tienden a ser expresados por medio de emociones, cogniciones o comportamientos que resultan siendo molestos en el desenvolvimiento cotidiano del individuo. Vale la pena decir que en algunas ocasiones, el trauma puede producir síntomas como: la desesperanza, el temor a re experimentar el suceso (lo cual puede desencadenar estrés post-traumático), la evitación de los estímulos que recuerdan dicha experiencia, síntomas de ansiedad, estados de ánimo con tendencia a la tristeza, disminución del interés por realizar las actividades diarias y vitales de la persona, tendencia al retraimiento y al distanciamiento social y desconexión emocional y afectiva con el entorno.

Por tanto, se deriva de allí la importancia de poder trabajar con las vivencias en psicoterapia y resolver algunos de esos conflictos que pueden verse relacionados con un evento traumático. En caso de que al consultante se le dificulte el acceso a su propio marco de referencia subjetivo o dialogar acerca de alguna situación específica, ha de tenerse en cuenta la música

como un medio que facilita el surgimiento de emociones y pensamientos, y por tanto promueve la intencionalidad de la conciencia, permitiéndole al individuo conectarse afectivamente con lo sucedido y hallar significados pasados con base en su propia experiencia. Es en este punto en el que la psicoterapia humanista iniciaría una intervención orientada a consolidar lo que aparece en el campo fenoménico del consultante y desplegar el sentido de vida apoyándose en el estímulo musical y en el relato que logre hacer la persona por medio del mismo.

Limitaciones de los hallazgos

A partir de la revisión de los estudios seleccionados para esta investigación encontramos algunas limitaciones relevantes que vale la pena tener en cuenta para la realización de próximas investigaciones.

Se evidencio en la revisión de Ortega (2009), que no se estipula de manera clara la metodología que hizo posible la recopilación de documentos y el análisis de los mismos para generar las conclusiones publicadas frente a las aplicaciones de la musicoterapia en educación especial y en hospitales. Adicionalmente, hay que señalar que la mayor parte de los datos disponibles se derivan de estudios de caso único o de estudios de grupo que carecen de una metodología bien estructurada, lo cual se relaciona con la presencia constante de problemas metodológicos identificados en las investigaciones revisadas que en su mayoría tienden a concluir resultados en el trabajo realizado con grupos y no en estudios de caso único en los que posiblemente pueda brindarse un mayor rigor experimental para concluir acerca de la efectividad de la música dentro del contexto psicoterapéutico.

Por otro lado, Alba (2011) identificó dificultad en la recopilación de la información de los textos seleccionados para su revisión, en particular, de aquella información que se asocia con los procedimientos llevados a cabo en las intervenciones terapéuticas. La interpretación de los estudios estuvo aún más obstaculizada por la falta de datos sobre la varianza de los resultados en las intervenciones, por lo tanto las conclusiones y los datos de estos estudios necesitan interpretarse con cuidado. A su vez, Díaz (2010) presenta una investigación que carece de un marco epistemológico y de un planteamiento del problema estructurado que sustente el estudio realizado, aunque metodológicamente brinde conclusiones rigurosas que motivan la realización de próximos estudios. Montánchez (2012) por su parte plantea la necesidad de seguir indagando sobre el campo de la musicoterapia y su pertinencia en el tratamiento de la esquizofrenia en grupo, al ser un tema aún bastante desconocido, es por esto que propone otras investigaciones que podrían abordarse posteriormente como lo son: la influencia experimental que tiene la musicoterapia en este colectivo o en otros, la figura del musicoterapeuta dentro del ámbito educativo en el tratamiento de las necesidades educativas especiales y la posible relación entre la “adherencia al tratamiento farmacológico” y la “asistencia a la musicoterapia” en pacientes con trastornos mentales crónicos.

Ahora bien, en el estudio publicado por Olivos (2002), se encuentra la constante inexistencia de una conexión clara entre los aspectos no verbales y verbales de la comunicación, es decir la poca definición entre los efectos positivos que se pueden obtener para posibilitar la palabra o el lenguaje verbal; lo anterior se convierte en un problema ya que limita la pertinencia de la música en las intervenciones terapéuticas puesto que aunque puede encontrarse resultados en el tratamiento de aquellas enfermedades que dentro de su sintomatología posean la inhabilidad del paciente para comunicarse con su entorno, puede presentarse dificultad en

aquellas enfermedades que para su distanciamiento busquen la verbalización de la persona y la vinculación con los otros por medio de la palabra. La música al poseer características particulares donde se es necesario fortalecer la comunicación y entablar el trabajo en equipo, promueve la capacidad de relacionarse con el entorno en pacientes diagnosticados con alguna enfermedad mental y particularmente en aquellas que tienen como síntoma el aislamiento social, la introversión, el deterioro de las relaciones interpersonales y el fracaso en la capacidad de relacionarse con el entorno.

En la práctica clínica la musicoterapia ha sido utilizada ampliamente en diversos países con resultados evidentes y descripciones cualitativas precisas que dan a conocer la música como un estímulo que funciona terapéuticamente y brinda bienestar al ser humano no sólo a nivel mental sino también corporal y funcional, sin embargo hasta el momento no se han realizado investigaciones que demuestren de manera rigurosa el efecto significativo que la música podría tener sobre trastornos psicológicos y el tratamiento de los mismos, debido a que han sido pocos los estudios cuantitativos experimentales que se han realizado en este campo; por tanto se carece de aspectos que expliquen de forma científica los efectos de la música en el ser humano.

Aproximación a la pregunta problema desde una lectura fenomenológica

Para dar inicio a este apartado, en el que se pretende generar relación entre los hallazgos y el objetivo de la investigación, vale la pena recordar la pregunta problema: ¿Cuál es la relación que tiene la música como recurso terapéutico en la manifestación de vivencias para la intervención psicoterapéutica?

A fin de hacer una aproximación al planteamiento anteriormente mencionado, asumimos la vivencia como la experiencia significada por el sujeto a partir de la relación que sostiene con su entorno, la cual trasciende al ser humano y se vuelve parte de sí, estando presente en un lapso de tiempo “aquí y ahora”.

Dichas vivencias pueden convertirse en parte fundamental de la existencia del ser, al otorgarle un sentido de vida particular, sin embargo algunas de ellas pueden resultar problemáticas para la persona cuando se dificulta la asimilación o la expresión de las mismas por estar posiblemente asociadas con eventos traumáticos, patologías o características de personalidad. Por esta razón, en psicoterapia se hace necesario en el abordaje de algunos casos clínicos, promover la expresión y el dialogo como una forma de brindar ayuda al consultante a fin de que este logre elaborar los acontecimientos problemáticos que se encuentran presentes aquí y ahora y que se asocian directamente con vivencias que integran su existencia. Aun así, no en todas las ocasiones el encuentro terapéutico o las técnicas utilizadas en la intervención resultan favorables para la expresión emocional, por lo cual se piensa en la música como un recurso que moviliza emoción y cognición a la vez, para promover la comunicación verbal y corporal del sujeto que recibe atención psicológica.

De lo anterior se destaca una situación característica en la que el individuo suele presentar un mutismo intermitente o constante durante la realización del encuadre terapéutico e incluso durante las sesiones de psicoterapia, lo cual demanda en la intervención un mayor esfuerzo para la comprensión del mutismo, de la posible evasión que pueda evidenciarse y de la problemática real, que en ocasiones tiende a ocultarse bajo el pretexto del motivo de consulta, que resulta siendo redefinido una vez el sujeto logra manifestar sus vivencias e identificar cómo surge el verdadero conflicto que le genera malestar en su organismo psicofísico. Por tanto, se pretende

orientar el estímulo musical hacía el autoconocimiento, autodescubrimiento y auto-trascendencia de aquella persona, a quien se le ha dificultado conectarse emocionalmente con sus vivencias y expresar lo que estas significan.

Al realizar la revisión documental que abarca un lapso de tiempo comprendido entre el año 2000 y el año 2014, fue posible identificar que la música funciona como un lenguaje universal y por tanto se asume como otra herramienta mediante la cual se facilitan los procesos de comunicación verbal y no verbal, pues esta implica la modulación atencional, emocional, cognitiva, conductual y comunicativa, según Hillecke (2005) y su equipo del Centro Alemán de Investigación de Musicoterapia. En este sentido, la música se relaciona con la manifestación o expresión de vivencias al ser un lenguaje que motiva la expresión emocional por medio de la melodía, la armonía y el ritmo, asociados en ocasiones a letras o composiciones que hacen parte de la construcción de significados de quien las creó y que pueden generar algún tipo de identificación emocional con el oyente, invitándolo a expresar sus propias vivencias y lo que estas han significado para él de manera particular, siendo en este punto donde cobra importancia la unicidad del ser, comprendida dentro de la psicoterapia humanista, como la capacidad que tiene cada persona de ser única e irrepetible en su vivencialidad, aspecto que a su vez es tenido en cuenta de forma significativa dentro de la corriente de la fenomenología, la cual pone su foco de interés en la particularidad y en las diferencias que integran la unicidad cuando se genera la experiencia directa del fenómeno, pues según Martínez, Y. (2009) *“La unicidad de cada fenómeno no puede inferirse, solo experimentarse”*, es decir, que la experiencia individual adquiere un valor relevante en el ejercicio de comprensión de los fenómenos que se presentan a la conciencia, a los que posteriormente se les otorga una significación particular por medio del

conocimiento subjetivo. Por ejemplo, si se presentara un mismo estímulo musical a diferentes personas (cada una en una sesión individual de psicoterapia), la fenomenología se interesaría por la descripción diferenciada que cada sujeto pueda hacer frente a la misma, en donde posiblemente surjan emociones asociadas a la historia de vida y a las vivencias propias, lo cual resulta útil en el ejercicio de la psicoterapia y se relaciona con el planteamiento de Bruscia (1997), quien afirma que la música más efectiva es en la mayoría de casos, aquella que refleja el estado de ánimo propio de la persona, ya que cuando una pieza musical refleja un estado de ánimo contrario y la persona no logra identificarse con esta, posiblemente no tenga ningún efecto.

Al llegar a este punto, es importante mencionar que el método fenomenológico usa como herramienta la descripción a fin de expresar la experiencia tal y como esta se presenta, por tal razón, esta investigación está orientada a comprender la relación que tiene la música como recurso terapéutico en la manifestación de vivencias para la intervención psicoterapéutica, en donde se considera la descripción un aspecto fundamental en lo que concierne a la manifestación de vivencias, proceso que puede ser apoyado por el estímulo musical para facilitar la evocación de emociones y la descripción de acontecimientos que integren una vivencia que de forma positiva o negativa pueda estar afectando la salud mental del consultante. En ese sentido, queda claro que el propósito no es explicar los efectos de la música en psicoterapia a nivel neuropsicológico, sino comprender de qué manera se presenta la música ante la conciencia y cuál es el aporte a nivel vivencial que este fenómeno puede generar para lograr algún objetivo terapéutico, teniendo en cuenta la unicidad, la construcción de significados y el sentido que puede desplegarse por medio de la misma.

Dentro de las investigaciones revisadas, hubo un hallazgo en común y es que la música sin lugar a duda se considera como un lenguaje que moviliza emociones y genera beneficios en la salud mental de las personas, aunque experimentalmente existan algunas limitaciones. Albornoz (2002) describió 7 historias de vida en las que hubo avances significativos en los pacientes por medio de la música, Durán (2006) describió parte de su experiencia con la música en el ejercicio de la biodanza, y dio a conocer algunos relatos realizados por alumnos de la Escuela de biodanza Rolando Toro, quienes expresaron emociones y vivencias que fueron generadas por medio de la música, Asencio (2010) relató su propia historia de vida, las transformaciones que surgieron y el sentido que se desplegó a partir de las vivencias adquiridas en biodanza.

Adicionalmente, Banderas (2006), dio a conocer la experiencia musical como parte del proceso de reparación en mujeres víctimas de agresión sexual, en donde destacó que los significados que ellas construyen alrededor y a través de la música están íntimamente ligados al uso que le dan y a la función que le otorgan, por tanto las experiencias musicales dependen en gran medida de las propias vivencias de quien la escucha. En esta investigación no se realizó observación de los hechos sino que lo analizado fue el relato en sí mismo, el cual permitió dar cuenta de la música como uno de los aspectos generadores de cambio beneficioso en cinco mujeres a partir de los significados que le asignaron a la música, entre los cuales se encuentran los siguientes: la música produjo que un cuerpo maltratado, recuperara su movimiento espontáneo y volviera a sentir, bailar hizo parte del proceso de reparación, ya que al mismo tiempo significó un acto de reconstrucción de la imagen propia, la música para una de las mujeres hizo posible el reencuentro y la reconexión con el cuerpo que odiaba y negaba, otro significado fue que por medio de la música la persona pudo verse como un ser capaz de sentir

deseo y placer sexual. Una de las mujeres que hizo el relato, mencionó que la música romántica la deprimía, debido a que la llevaba a recordar la ruptura de una relación sentimental que nunca había sido elaborada, sin embargo, acompañado de un proceso terapéutico, ella logra reconstruir significados con respecto a este género musical y refiere: “de nuevo vuelvo a soñar y no siento tristeza al escuchar estas canciones, aunque siga recordando personas, me siento estable y relajada”. Para otra de ellas, la música se transformó en una forma de decir lo que sentía, de expresar lo que pensaba y de hacerse escuchar por quienes la rodean.

De esta forma, se concluyó que la música se presenta como un agente capaz de actuar en la redefinición de un individuo y en la búsqueda de sentido de vida ante situaciones incambiables, lo cual resulta siendo común y coherente con los nexos de otras investigaciones y con los aportes teóricos que se han venido desarrollando a lo largo de la presente investigación.

Por otro lado, autores como: Ortega (2009), Albornoz (2002), Montánchez (2012), Olivos (2002) y Alba (2011), se centraron en la práctica de la musicoterapia en contextos de salud mental y educación especial, quienes concluyeron desde diversas posturas que fue posible lograr objetivos terapéuticos importantes en diferentes tipos de trastornos por medio de la música, al ser un recurso que promueve emoción, comunicación, relaciones interpersonales y trabajo en equipo. A su vez, Valderrama (2006), Soria (2011), Orjuela (2011) y Díaz (2010), destacan algunos de los beneficios que aporta la música, como lo son: la estrecha relación de la música con el lenguaje y la emoción, el efecto ansiolítico de la música como recurso terapéutico y su efecto neuroprotector, además de ser un medio útil para la rehabilitación puesto que mejora la salud mediante la atención, emoción, cognición, conducta, comunicación y percepción.

Algunas de las investigaciones anteriormente mencionadas se asociaron con características propias de la fenomenología como lo son: el intento por describir la experiencia tal y como se presenta, la utilización de la regla del epoché en donde invita a dejar de lado las concepciones iniciales y prejuicios sobre las cosas (noema) o la realidad a fin de permanecer abiertos a la experiencia inmediata, la reducción eidética enfocándose en el proceso de significación (noesis) actual y la reducción trascendental, la cual centra su atención en la conciencia haciendo posible la construcción de significados (Martínez, Y. 2009).

En síntesis, la psicoterapia basada en la fenomenología se interesa en la experiencia subjetiva de la realidad, por esta razón se considera importante tener en cuenta la manifestación de vivencias asociadas al estímulo musical, como un ejercicio descriptivo del consultante en psicoterapia, que le permita lograr el autoconocimiento a través de la experiencia inmediata y caracterizar su unicidad, a fin de lograr los objetivos terapéuticos propuestos en beneficio de la calidad de vida de la persona.

Conclusiones

Las conclusiones aquí presentadas, son el producto de la revisión documental que giró en torno a: la pregunta problema de investigación, el objetivo general y los específicos, así como las subcategorías: sentido, significado y unicidad, que fueron integradas en la categoría de análisis *vivencias*, a través de los autores que dan soporte al marco conceptual y a las comprensiones propias del grupo de investigación.

Con el fin de realizar una presentación organizada respecto a las conclusiones, a continuación se enumeran cada una de ellas con sus respectivos nexos al problema y a los objetivos de investigación:

Música y manifestación de vivencias

Existe una relación estrecha entre la música y la manifestación de vivencias, debido a que el estímulo musical se asocia con la modulación emocional que promueve la expresión verbal y corporal en el ser humano, lo cual a su vez se vincula con la dimensión cognitiva que integra elementos del pensamiento, como el sistema representacional, la memoria y la organización de la información, siendo estos necesarios para el proceso de significación de los fenómenos y para el reconocimiento de emociones.

Teniendo en cuenta que la vivencia es la experiencia significada por el sujeto, a la cual se le ha asignado un contenido emocional particular, es posible afirmar que tanto la emoción como la cognición integran la vivencia y generan nexos con el comportamiento y el lenguaje, para

exteriorizar lo que sucede en el funcionamiento psíquico. Por tanto, la música está en capacidad de facilitar los procesos de expresión al promover la modulación emocional, cognitiva, comunicativa y comportamental que a su vez integran la experiencia significada.

De esta manera, se reconoce la utilización del estímulo musical como un recurso que hace posible la evocación de acontecimientos y de emociones asociadas, lo cual en psicoterapia puede abordarse desde una mirada fenomenológica con el objetivo de que la persona logre reconocer qué es eso que vivencia, cómo se presenta ante su conciencia y para qué lo vive de esa forma particular; apoyándose en una pieza musical y dando cuenta de la dimensión emocional (ayuda a que la persona se conecte con la sensación corporal que le produce afectivamente la vivencia) y cognitiva (busca que la persona logre consolidar lo que capta).

De esta manera las vivencias pueden ser actualizadas o resignificadas por medio de la música dentro del proceso psicoterapéutico a fin de desplegar el sentido de vida y promover bienestar en la calidad de vida del consultante.

Música y construcción de significados

La música es un recurso que promueve la modulación cognitiva, la intencionalidad de la conciencia y amplía en el consultante la capacidad para construir nuevos significados tanto en situaciones que puedan considerarse problemáticas como en aquellas que brindan bienestar al sujeto; pues le invita a recordar, pensar sobre algunos acontecimientos particulares de su experiencia, proyectar situaciones futuras, reconocer los significados ya estipulados y conectarlos con su dimensión afectiva y con su cuerpo, lo cual posibilita la resignificación de vivencias asociadas a eventos traumáticos, el autoconocimiento del ser, la comprensión en el

consultante frente a su conflicto actual, la auto-trascendencia y la actualización de vivencias que ayudan en el despliegue de sentido que se orienta hacía el cumplimiento de objetivos terapéuticos.

Música y sentido de vida

La música es una herramienta que facilita la construcción de nuevos significados, y que al mismo tiempo favorece la visualización del mundo de lo real (lo ya sido) y el mundo de lo posible (las posibilidades de sentido que se descubren), ambos orientados hacía la búsqueda del sentido de vida, descritos por la logoterapeuta Alemana Elisabeth Lukas, citada por Martínez, E. (2009). Por tanto, la música acompañada de un proceso psicoterapéutico puede actuar como un recurso que sitúa a la persona en su vivencia aquí y ahora, pero que a su vez, le invita a pensar sobre la misma y proyectarse a experiencias futuras, partiendo de la emocionalidad que el estímulo musical pueda generar y de la intencionalidad de la conciencia, tal como se identificó en la monografía de Asencio (2010), de Durán (2006) y en la investigación de Banderas (2006), en donde existe la posibilidad de encontrar nuevas opciones de sentido y resignificar lo “ya sido” en la medida en que el consultante identifique las emociones que surgen en el relato y consolide aquello que vivencia, en pro de reconstruir significados y orientarse hacia nuevos caminos que fortalezcan o desplieguen el sentido de vida.

Unicidad, música y manifestación de vivencias

En el desarrollo de este proceso de indagación, vale la pena rescatar que cada descripción de vivencias asociado a la experiencia musical está caracterizada por la unicidad, principio de la fenomenología y de la psicoterapia humanista existencial, es decir, que ha de tenerse en cuenta que el relato de cada consultante y la emocionalidad que surja a través de la música dentro del contexto psicoterapéutico es única y particular en cada persona aunque se trate de una misma pieza musical asociada a una problemática similar, pues los marcos de referencia subjetivos ya mencionados serán los encargados de construir significados a partir de las experiencias, recuerdos y percepciones que tenga el individuo sobre su realidad. De allí, se concluye frente al objetivo específico número tres que la unicidad es parte fundamental en la descripción y manifestación de vivencias que facilita la música como recurso terapéutico, así como en la construcción de sentido y significados, en tanto distingue la singularidad y el análisis de la experiencia tal cual como se presenta ante la conciencia del consultante.

Prospectiva hacia futuras investigaciones

Concluimos que las investigaciones realizadas en Colombia sobre el tema de la música como recurso terapéutico para la manifestación de vivencias en contextos de psicoterapia, son escasas, por lo cual vale la pena que se realicen estudios desde diversos enfoques de la psicología que puedan generar otros aportes al respecto, en aras de fortalecer la práctica de la psicoterapia musical en Colombia, la cual ha tomado mayor relevancia en países como España y Chile. A su vez, es importante que las próximas investigaciones que se realicen en este campo contengan diseños metodológicos mejor estructurados, en tanto se evidenciaron vacíos en algunas de las investigaciones revisadas, en lo que concierne a: el planteamiento adecuado de los objetivos y la

LA MÚSICA COMO RECURSO TERAPEUTICO EN LA MANIFESTACIÓN DE VIVENCIAS

147

pregunta problema, el enfoque epistemológico que orienta la investigación y las técnicas de recopilación y análisis de la información.

Referencias

- Alba Blancat, M. (2011). La depresión y la música: estudios que demuestran su efectividad como tratamiento. Tesina del máster de musicoterapia. Instituto Superior de Estudios Psicológicos ISEP. España. Recuperado de: <http://www.isep.es/wp-content/uploads/2014/03/La-Depresion-Y-La-Musica-Estudios-Que-Demuestran-Su-Efectividad-Como-Tratamiento.pdf>.
- Albornoz, Y. (2002). *La práctica de la musicoterapia en 7 historias de vida*. Universidad de los Andes. Consejo de publicaciones. Mérida, Venezuela.
- Amézquita, D. (2012). *3 definiciones de música*. Scribd. Recuperado de: <http://es.scribd.com/doc/96124734/3-Definiciones-de-Musica>.
- Asencio, P. (2010). Recibiéndome de ser humano: un testimonio de mis vivencias en biodanza. Tesis para la obtención de título “Facilitadora de biodanza”. Escuela de Biodanza Sistema Rolando Toro – Concepción, Chile. Recuperado de: <http://www.biodanzahoy.cl/recursos-de-informaci%C3%B3n/descargas-3/finish/33-salto-cuatico/33-recibiendome-de-ser-humano-un-testimono-de-mis-vivencias-en-biodanza.html>.
- Banderas Grandela, D. (2006). La experiencia musical como parte del proceso de reparación en mujeres víctimas de agresión sexual. Universidad de Chile facultad de artes escuela de postgrado. Santiago de Chile. Recuperado de: http://www.tesis.uchile.cl/tesis/uchile/2006/banderas_d/sources/banderas_d.pdf.
- Barbosa, C. Barbosa, H & Rodríguez, V. (2013). “Revisión y análisis documental para estado del arte: una propuesta metodológica desde el contexto de la sistematización de experiencias educativas”, en *Revista Scielo*. Investigación bibliotecológica, vol. 27, núm. 61. México. Recuperado de: http://www.scielo.org.mx/scielo.php?pid=S0187358X2013000300005&script=sci_arttext.
- Bousño, Manuel (2013). Tema 31. Psicoterapias. Definiciones de psicoterapia who, OMS. España. Recuperado de: <http://www.unioviado.es/psiquiatria/docencia/material/PSICOLOGIAMEDICA/2012-13/20PM-PSICOTERAPIA.pdf>

- Bruscia, K. E. (1997). *Definiendo Musicoterapia*. Ed: Amarú. Recuperado de: <http://www.isep.es/wp-content/uploads/2014/03/La-Depresion-Y-La-Musica-Estudios-Que-Demuestran-Su-Efectividad-Como-Tratamiento.pdf>.
- Budgen, David y Brereton, Pearl (2006), *Performing Systematic Literature Reviews in Software Engineering*, ponencia presentada en el 28th International Conference on Software Engineering, Shanghai, China. Recuperado de: <file:///C:/Users/LORENA/Downloads/42815-110207-1-PB.pdf>
- Calvo, C. (2012). *Una propuesta de estructuración conceptual de la categoría vivencia para el análisis dinámico del comportamiento*. Santiago de Cuba (129). P. 523. Recuperado de: <http://ojs.uo.edu.cu/index.php/stgo/article/viewFile/145120307/2764>.
- Caro Gutiérrez, M; Rodríguez Ríos, A; Calero, Coral; Fernández, E. y Piattini, M. (2005), "Análisis y revisión de la literatura en el contexto de proyectos de fin de carrera: una propuesta", en *Revista Sociedad Chilena de Ciencia de la Computación*, vol. 6, núm. 1, Recuperado de: <http://users.dcc.uchile.cl/~mmarin/revista-sccc/sccc-web/Vol6/CCESC08.pdf>
- Castañeda, G. (2004). Cuerpo y vivencia: Un encuentro consigo mismo, *Revista Educación física y deporte*. Universidad de Antioquia, Vol. 23, No. 2,2004 p 61. Recuperado de: <http://aprendeenlinea.udea.edu.co/revistas/index.php/educacionfisicaydeporte/article/view/2054/1700>.
- Chóliz, M. (2005): *Psicología de la emoción: el proceso emocional*. Universidad de Valencia. Recuperado de: <http://www.uv.es/choliz/Proceso%20emocional.pdf>.
- Díaz, José Luis. (2010). Música, lenguaje y emoción: una aproximación cerebral. *Salud Mental*. Vol. 33, núm. 6. México. Recuperado de: <https://drive.google.com/viewerng/viewer?url=http://www.redalyc.org/pdf/582/58219792009.pdf>
- Díaz & Nuñez, (2010). "Psicología Clínica: ¿Qué es? ¿Qué hace? ¿Cómo lo hace? ¿Para qué sirve?". Universidad Autónoma Metropolitana. México. Recuperado de: <http://dspace.universia.net/bitstream/2024/805/1/PSICOLOGIA+CLINICA+que+es.pdf>.

- Dörr, A. (2013). *Adolescentes consumidores habituales de marihuana y su vivencia de la temporalidad*. Tesis para optar al grado de doctora en psicología. Universidad de Chile, facultad de ciencias sociales. Recuperado de: <http://www.tesis.uchile.cl/bitstream/handle/2250/115194/Tesis%20Anneliese%20D%C3%B6rr%20202013.pdf?sequence=1>.
- Durán, Carmen. (2006). *Biodanza, cuerpos y lenguajes*. Monografía para la obtención de título “profesora de biodanza”. Escuela de Biodanza Sistema Rolando Toro – Concepción, Chile. Recuperado de: <http://www.biodanzahoy.cl/recursos-de-informaci%C3%B3n/descargas-3/finish/14-lenguaje/28-biodanza-cuerpos-y-lenguajes.html>
- Eslava, J. (2013). *La musicoterapia en las patologías del desarrollo*. Musicoterapeuta, instituto Colombiano de neurociencias. Recuperado de: http://www.academia.edu/1491072/La_musicoterapia_en_las_patologias_del_desarrollo.
- Fariñas, G. (2005). *Psicología, educación y sociedad. Un estudio sobre el desarrollo humano*. Editorial Félix Varela. La Habana. Recuperado de: <http://psicopediahoy.com/vivencia-como-categoria-de-analisis-psicologia/>.
- Fernández, L. (2005). *¿Es posible conocer la personalidad? Problemas metodológicos para su estudio*. Editorial Félix Varela. La Habana. pp. 171-195. Recuperado de: <http://psicopediahoy.com/vivencia-como-categoria-de-analisis-psicologia/>
- Fernández Trespalcios, J. L. (1987). *Introducción a la psicología*, Universidad Nacional de Educación a Distancia (UNED). Madrid. Recuperado de: <http://www.redalyc.org/pdf/802/80280107.pdf>
- Figueroa, Gustavo. (2008). *La psicología fenomenológica de Husserl y la psicopatología*. Revista chilena de neuro-psiquiatría. V. 46 n.3. Santiago. Recuperado de: http://www.scielo.cl/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0717-92272008000300008.
- Frankl, Viktor. (12^{va} Ed). (1991). *El hombre en busca de sentido*. Ed. Herder. S.A. Barcelona, España. Recuperado de: http://biblio3.url.edu.gt/Libros/2012/LYM/el_HomBuSen.pdf.

- Frankl, Viktor. (1995). *Psicoanálisis y existencialismo*. De la psicoterapia a la logoterapia Breviarios. FCE, México 2000. Pp 48-54 Recuperado de: <http://www.philosophica.info/voces/frankl/Frankl.html>.
- García, Carlos. (2008). Biodanza: el arte de danzar la vida: la vivencia como terapia. Buenos Aires, Capital Intelectual. Recuperado de: <http://www.biodanzahoy.cl/recursos-de-informaci%C3%B3n/descargas-3/finish/5-consigna/26-induccion-de-la-vivencia-integradora-a-traves-de-la-consigna.html>
- Gendlin, E.T. (1973). A phenomenology of emotions: Anger. In D. Carr & E.S. Casey (Eds.), *Explorations in phenomenology. Papers of the Society for Phenomenology and Existential Philosophy*, pp. 367-398. The Hague: Martinus Nijhoff. Recuperado de: http://www.focusing.org/gendlin/docs/gol_2095.html
- Gergen, Kenneth J. (1996). *Realidades y relaciones: aproximación a la construcción social*. Barcelona. Paidós. Recuperado de: http://www.usta.edu.co/otraspaginas/diversitas/doc_pdf/diversitas_10/vol.6no.1/articulo_3.pdf.
- Goldenberg, H. (1973). "Contemporary clinical psychology"; California; Brooks and Cole. Recuperado de: <http://dspace.universia.net/bitstream/2024/805/1/PSICOLOGIA+CLINICA+que+es.pdf>
- Gomila, Antoni. (2013). Música y emoción: el problema de la expresión y la perspectiva de segunda persona. Dep. Psicología. Universidad Illes Balears. Madrid. Recuperado de: http://antonigomila.files.wordpress.com/2013/02/musiemocion_preprint.pdf
- Gordón, Nuria. (2014). La música como herramienta psicoterapéutica. Instituto superior de estudios psicológicos. España. Recuperado de: <http://www.isep.es/wp-content/uploads/2014/03/La-Musicoterapia-Como-Herramienta-Psicoterapeutica.pdf>
- Guitart, M. (2008). *Hacia una psicología cultural. Origen, desarrollo y perspectivas*. Fundamentos en Humanidades. Universidad Nacional de San Luis – Argentina Año IX – Número II (18/2008) pp. 7/23. Recuperado de: <http://es.scribd.com/doc/67839061/La-Vivencia-en-Vygotsky>.

- Hernández, A. (2010). La vivencia como categoría de análisis para la evaluación y el diagnóstico del desarrollo psicológico. *PsicoPediaHoy*, (12). Recuperado de: <http://psicopediahoy.com/vivencia-como-categoria-de-analisis-psicologia/>.
- Hillecke, T. Nickel, A. & Bolay H. V. (2005). Scientific perspectives on music therapy. *Annals of the New York Academy of Sciences*, 1060, 271-282. Recuperado de: http://www.ejep.es/index.php/journal/article/view/27/pdf_34.
- Kitchenham, Bárbara (2004), *Procedures for Performing Systematic Reviews*, Keele University Technical Report TR/SE-0401. Recuperado de: http://tests-zingarelli.googlecode.com/svn-history/r336/trunk/2-Disciplinas/MethodPesquisa/kitchenham_2004.pdf
- Koelsch S. (2009). A neuroscientific perspective on music therapy. *Ann N Y Acad Sci*; 1169: 374-84. Recuperado de: <http://www.neurologia.com/pdf/Web/5312/bg120739.pdf>.
- Lacárcel, J. (2013). Psicología de la música y emoción musical. Universidad de Murcia. España. P 221. Recuperado de: <http://revistas.um.es/educatio/article/viewFile/138/122>
- Martínez, E. (2009). Buscando el sentido de la vida. ¿Qué es eso que llamamos sentido? Ed. aquí y ahora. Bogotá. Colombia. P. 7.
- Martínez, Yaqui. (2009). *Filosofía existencial para terapeutas y uno que otro curioso*. Husserl y la fenomenología. Ed. LAG. México D.F.
- Montánchez, M & Peirats, J (2012). *El musicoterapeuta y sus prácticas metodológicas en la reeducación de la esquizofrenia*. Universidad de Valencia. España. *Educatio siglo XXI*, Vol. 30 (2), 313-332. Recuperado de: <http://revistas.um.es/educatio/article/download/160831/140841>.
- Molla, Miguel. (2002). La logoterapia, descubriendo el sentido de la vida: una visión existencial. Conferencia episcopal peruana. Perú. Recuperado de: http://egocreanetperu.com/paper_logo.pdf
- Olivos Bravo, A. (2002). Esquizofrenia, Música y Terapia de Grupo. Memoria para optar al título de Psicólogo. Universidad de Chile. Santiago de Chile. Recuperado de: http://www.tesis.uchile.cl/tesis/uchile/2002/olivos_a/sources/olivos_a.pdf.

- Orjuela Rojas, Juan Manuel (2011). *Efecto ansiolítico de la musicoterapia: aspectos neurobiológicos y cognoscitivos del procesamiento musical*. *Revista Colombiana de Psiquiatría [edición electrónica]*, Vol. 40 (4) Oct-Dic, 748-759. Recuperado de: <http://www.scielo.org.co/pdf/rcp/v40n4/v40n4a12.pdf>.
- Ortega, Elena; Esteban, Laura; Estévez, Ángeles F. y Alonso, Diego (2009). Aplicaciones de la musicoterapia en educación especial y en los hospitales. *European Journal of Education and Psychology*, Vol. 2 (2) Jul, 145-168. Recuperado de: http://www.ejep.es/index.php/journal/article/view/27/pdf_34.
- País Muñoz, Ximena (2010). Inducción de la vivencia integradora a través de la consigna. Tesis para la obtención del título “profesor de biodanza”. Escuela Modelo de Biodanza Sistema Rolando Toro – Chile. Recuperado de: <http://www.biodanzahoy.cl/recursos-de-informaci%C3%B3n/descargas-3/finish/5-consigna/26-induccion-de-la-vivencia-integradora-a-traves-de-la-consigna.html>
- Pérez, M. (1995). Método fenomenológico: Su aplicación en psicología y psicopatología. Psicoteca editorial. Buenos Aires. Recuperado de: [http://books.google.com.co/books?id=6hyDsXrjJIgC&pg=PA197&lpg=PA197&dq=P%C3%A9rez,+M.+\(1995\).+M%C3%A9todo+fenomenol%C3%B3gico.+Su+aplicaci%C3%B3n+en+psicolog%C3%ADa+y+psicopatolog%C3%ADa.+Psicoteca+editorial.+Buenos+Aires.&source=bl&ots=x0cqspdjG_&sig=VEheJcjQOx5rTrpgNcRoLPdD6fc&hl=es&sa=X&ei=onPNU9bAHOLgsASi14KgDw&ved=0CBoQ6AEwAA#v=onepage&q=P%C3%A9rez%20M.%20\(1995\).%20M%C3%A9todo%20fenomenol%C3%B3gico.%20Su%20aplicaci%C3%B3n%20en%20psicolog%C3%ADa%20y%20psicopatolog%C3%ADa.%20Psicoteca%20editorial.%20Buenos%20Aires.&f=false](http://books.google.com.co/books?id=6hyDsXrjJIgC&pg=PA197&lpg=PA197&dq=P%C3%A9rez,+M.+(1995).+M%C3%A9todo+fenomenol%C3%B3gico.+Su+aplicaci%C3%B3n+en+psicolog%C3%ADa+y+psicopatolog%C3%ADa.+Psicoteca+editorial.+Buenos+Aires.&source=bl&ots=x0cqspdjG_&sig=VEheJcjQOx5rTrpgNcRoLPdD6fc&hl=es&sa=X&ei=onPNU9bAHOLgsASi14KgDw&ved=0CBoQ6AEwAA#v=onepage&q=P%C3%A9rez%20M.%20(1995).%20M%C3%A9todo%20fenomenol%C3%B3gico.%20Su%20aplicaci%C3%B3n%20en%20psicolog%C3%ADa%20y%20psicopatolog%C3%ADa.%20Psicoteca%20editorial.%20Buenos%20Aires.&f=false).
- Rodríguez, R (2011). *Musicoterapia y psicoterapia*. Avances en salud mental relacional. Revista internacional on-line. Vol. 10. Núm. 2. Recuperado de: <http://www.psiquiatria.com/revistas/index.php/asmr/article/viewFile/1292/1187/>
- Rogers, C. (1959/1978). *Terapia, personalidad y relaciones interpersonales*. Buenos Aires: Nueva Visión. Recuperado de: <http://revistadip.una.edu.ve/volumen1/epistemologia1/lealnestorepistemologia.pdf>

- Soria, G. Duque, P. García, J. (2011). Evidencias cerebrales del entrenamiento musical. Rev. Neurología 2011; 53: 739-46. Recuperado de: <http://www.neurologia.com/pdf/Web/5312/bg120739.pdf>.
- Torres, J. (2009). La música como ciencia. Revista de arte y estética contemporánea. Mérida. P. 103. Recuperado de: <http://www.saber.ula.ve/bitstream/123456789/30943/1/articulo10.pdf>.
- Valderrama Hernández, R. (2006). Efectos de la música excitadora en el nivel del estado de ansiedad. Revista Psicología.com; 10 (2). Facultad de psicología BUAP. México. Recuperado de: <http://www.psiquiatria.com/revistas/index.php/psicologiacom/article/viewFile/850/822>
- Vidal, A. (2011). Experiencia y vivencia. Crónicas de la razón práctica. Materiales para una conciencia crítica. Recuperado de: <http://www.cronicasdelarazonpractica.com/2011/06/vivencia-y-experiencia.html>.
- Vygotsky, L.S. (1987). *Historia del desarrollo de las funciones psíquicas superiores*. Editorial Científico-Técnica. La Habana. Recuperado de: <http://psicopediahoy.com/vivencia-como-categoria-de-analisis-psicologia/>.