



Universidad Internacional de La Rioja  
Facultad de Ciencias Sociales y Humanidades

Máster Universitario en Musicoterapia

**Propuesta de intervención de  
Musicoterapia en el tratamiento de  
trastornos depresivos en estudiantes  
universitarios**

|                                        |                           |
|----------------------------------------|---------------------------|
| Trabajo fin de estudio presentado por: | Sebastián Herrera Morales |
| Tipo de trabajo:                       | Estudio de caso           |
| Director/a:                            | Rafael Martín Castilla    |
| Fecha:                                 | 02-03-2022                |

## Resumen

En el último tiempo, a través de diversas investigaciones, se ha evidenciado una problemática asociada a la salud mental de manera generalizada en los y las estudiantes universitarios chilenos; estas han encontrado altos niveles de sintomatología asociada a la depresión, ansiedad y riesgo suicida que afecta de manera negativa la experiencia universitaria y el desempeño en ésta y en la vida cotidiana. La presente investigación da cuenta de un estudio de caso donde se propone una intervención de musicoterapia grupal activa de ocho sesiones durante un periodo de dos meses, desde una metodología de improvisación metafórica dirigida a un grupo de cinco estudiantes de la Universidad Austral de Chile que se atienden en el centro de salud de dicha casa de estudios y presentan el diagnóstico de depresión. Los resultados de esta investigación revelan una disminución significativa en los participantes de la sintomatología asociada a este trastorno del ánimo en referencia a la escala de depresión Patient Health Questionnaire (PHQ-9), y desde una perspectiva subjetiva de los participantes, se visualiza un aumento en los procesos de exploración y reconocimiento de emociones, además de la regulación de éstas, que se reconoce como efecto de la experiencia musical y el sentido de grupalidad.

**Palabras clave:** Musicoterapia, salud mental, depresión, universidad, improvisación metafórica.

## Abstract

In recent times, through various investigations, a problem associated with mental health has been evidenced in a generalized way in Chilean university students; these have found high levels of symptoms associated with depression, anxiety and suicidal risk that negatively affects the university experience and performance in this and in everyday life. The present research reports a case study where an active group music therapy intervention of eight sessions is proposed during a period of two months, from a metaphorical improvisation methodology directed to a group of five students of the Universidad Austral de Chile who are treated at the health center of the university and present a diagnosis of depression. The results of this research reveal a significant decrease in the participants of the symptomatology associated with this mood disorder in reference to the scale of depression Patient Health Questionnaire (PHQ-9), and from a subjective perspective of the participants, an increase in the processes of exploration and recognition of emotions is visualized, in addition to the regulation of these, which is recognized as an effect of the musical experience and the sense of groupness.

**Keywords:** Music therapy, mental health, depression, university, methaphorical improvisation.

## Índice de contenidos

|        |                                                                   |    |
|--------|-------------------------------------------------------------------|----|
| 1.     | Introducción .....                                                | 9  |
| 1.1.   | Justificación y Problema.....                                     | 10 |
| 1.2.   | Objetivos de la investigación.....                                | 11 |
| 2.     | Marco teórico .....                                               | 12 |
| 2.1.   | Estudiantes universitarios y salud mental .....                   | 12 |
| 2.2.   | Depresión .....                                                   | 13 |
| 2.2.1. | Caracterización y conceptualizaciones diagnósticas .....          | 13 |
| 2.3.   | Musicoterapia y Salud Mental.....                                 | 15 |
| 2.3.1. | Musicoterapia en salud mental .....                               | 15 |
| 2.3.2. | Musicoterapia y Depresión .....                                   | 16 |
| 2.3.3. | Técnicas de musicoterapia y Depresión .....                       | 17 |
| 3.     | Marco Metodológico .....                                          | 19 |
| 3.1.   | Diseño.....                                                       | 19 |
| 3.2.   | Presentación de Caso.....                                         | 20 |
| 3.3.   | Contextualización .....                                           | 22 |
| 3.3.1. | Universidad Austral de Chile, Centro de Salud Universitario ..... | 22 |
| 3.3.2. | Escuela de música “Casamúsica” .....                              | 23 |
| 3.4.   | Intervención y procedimientos .....                               | 23 |
| 3.4.1. | Derivación y Aceptación.....                                      | 24 |
| 3.4.2. | Evaluación .....                                                  | 24 |
| 3.4.3. | Planificación del tratamiento .....                               | 25 |
| -      | Objetivos del taller .....                                        | 26 |
| -      | Recursos Humanos .....                                            | 26 |
| -      | Recursos Materiales .....                                         | 26 |

|                                                                           |    |
|---------------------------------------------------------------------------|----|
| - Organización de las sesiones .....                                      | 27 |
| 3.4.4. Ejecución .....                                                    | 28 |
| 3.4.5. Documentación y análisis de datos .....                            | 37 |
| 4. Resultados .....                                                       | 38 |
| 4.1. Sintomatología depresiva según PHQ-9 .....                           | 38 |
| 4.2. Exploración y reconocimiento de emociones .....                      | 39 |
| 4.3. Aumentar interés y procesos de disfrute.....                         | 40 |
| 4.4. Aumentar autoestima .....                                            | 41 |
| 4.5. Favorecer interacción empática .....                                 | 43 |
| 5. Discusión .....                                                        | 44 |
| 5.1. Improvisación como forma de exploración y regulación emocional ..... | 44 |
| 5.2. Grupalidad y musicoterapia .....                                     | 45 |
| 6. Conclusiones .....                                                     | 46 |
| 7. Limitaciones.....                                                      | 47 |
| 8. Prospectiva .....                                                      | 48 |
| Referencias bibliográficas .....                                          | 49 |
| Anexo A. Consentimiento Informado .....                                   | 52 |
| Anexo B. Cuestionario de preferencias musicales.....                      | 55 |
| Anexo C. Escala de depresión PHQ-9.....                                   | 56 |
| Anexo D. Hoja de observación individual.....                              | 57 |
| Anexo E. Cuestionario finalización de taller.....                         | 58 |
| .....                                                                     | 58 |
| Anexo F. Partitura “Tonada para volver” – Camilo Eque.....                | 59 |
| Anexo G. Hoja de observación individual: Estudiante 1. ....               | 60 |
| Anexo H. Hoja de observación Individual: Estudiante 2. ....               | 61 |

|          |                                                    |    |
|----------|----------------------------------------------------|----|
| Anexo I. | Hoja de observación individual: Estudiante 3. .... | 62 |
| Anexo J. | Hoja de observación individual: Estudiante 4. .... | 63 |

## Índice de figuras

|                                                                                                                  |    |
|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----|
| Figura 1. Etapa de la improvisación metafórica .....                                                             | 19 |
| Figura 2. Diferencia PHQ-9 Inicial-Final por estudiantes .....                                                   | 39 |
| Figura 3. Diferencia promedios ítems 1, 2 y 3. ....                                                              | 39 |
| Figura 4. Experiencia subjetiva de estudiantes en referencia a la exploración y reconocimiento de emociones..... | 40 |
| Figura 5. Diferencia PHQ-9 inicial y final en relación a ítem uno por estudiante. ....                           | 41 |
| Figura 6. Diferencias ítem 6 PHQ-9 Inicial-final por estudiante.....                                             | 42 |
| Figura 7. Percepción de la necesidad de experiencia musical activa previa según estudiantes.<br>.....            | 43 |
| Figura 8. Experiencia subjetiva en relación a la interacción empática durante las sesiones. .                    | 44 |

## Índice de tablas

|                                                                                                         |    |
|---------------------------------------------------------------------------------------------------------|----|
| Tabla 1. Caracterización estudiantes participantes en taller. ....                                      | 21 |
| Tabla 2. Resultados PHQ-9 Inicial .....                                                                 | 25 |
| Tabla 3. Actividades sesión 1.....                                                                      | 28 |
| Tabla 4. Actividades sesión 2.....                                                                      | 29 |
| Tabla 5. Actividades sesión 3.....                                                                      | 30 |
| Tabla 6. Actividades sesión 4.....                                                                      | 32 |
| Tabla 7. Actividades sesión 5.....                                                                      | 33 |
| Tabla 8. Actividades sesión 6.....                                                                      | 34 |
| Tabla 9. Actividades sesión 7.....                                                                      | 35 |
| Tabla 10. Actividades sesión 8.....                                                                     | 36 |
| Tabla 11. Grado de disfrute en sesión por estudiante según encuesta de finalización de taller.<br>..... | 41 |

## 1. Introducción

La salud es una de las cuestiones que a lo largo de la historia se reconoce como un factor de suma relevancia para el ser humano, dado su vínculo directo con el desarrollo de la sociedad y a la construcción de un sentido de bienestar. En el pasado han quedado las conceptualizaciones dicotómicas que se le asociaban a una mera relación de salud-enfermedad, y las discusiones epistemológicas han relevado que es un fenómeno mucho más complejo en el cual se correlacionan factores sociales, políticos, culturales, educacionales tecnológicos, entre otros.

En la actualidad una de las aristas fundamentales de la salud guarda relación con la salud mental, debido a que se ha demostrado el fuerte impacto que tiene el mantenimiento de una buena salud mental sobre la percepción de la calidad de vida de las personas. Esto se puede reconocer a lo largo de las diferentes etapas del ciclo vital del ser humano, siendo una de estas relacionadas con el proceso de educación formal. En lo particular, el presente trabajo se centra en la experiencia de educación universitaria o superior, reconociendo ésta como una época donde confluyen diversos factores que pudiesen afectar de forma positiva o negativa la salud mental – adultez temprana, salida del hogar, exploración de nuevos espacios sociales y de conocimiento, experiencias con consumo de drogas y alcohol, procesos de autonomía e independencia, etc.-.

Lo anterior trae consigo la prevalencia de diversos trastornos de salud mental – depresión, ansiedad, estrés-, que pueden afectar el desempeño académico, y pueden además distorsionar de manera negativa la experiencia universitaria. Es en este contexto donde surge como interrogante, cuál pudiese ser el aporte desde la musicoterapia en la promoción, prevención e intervención de este tipo de trastornos en estudiantes universitarios.

## 1.1. Justificación y Problema

En la actualidad, según el último informe de la encuesta nacional de salud del Ministerio de Salud (2018), en Chile cerca de un 15,8 % de la población a nivel país presenta síntomas depresivos o sospecha de depresión, siendo un 10,0% en caso de los hombres y un 21,7% en el caso de las mujeres. En este mismo estudio se muestra que la prevalencia de la depresión, de acuerdo a criterios clínicos, corresponde a un 11,1% a nivel país, con una incidencia de un 5,1% en hombres y de un 16,8% en mujeres. Junto con esto, se aprecia como un factor relevante el riesgo de tener depresión según género, el cual es 3,79 veces mayor en mujeres que en hombres.

Resulta relevante entonces hablar de la salud mental en el contexto universitario, principalmente por las características propias de la población estudiantil que se encuentra inserto en dicho contexto que, sumado a las condiciones socioambientales, generan una prevalencia en la aparición de trastornos relacionados con la salud mental. En relación a esto es importante mencionar que la mayoría de los estudiantes que ingresan a la educación superior se encuentran en una etapa de adolescencia tardía, en la cual según Florenzano y Valdés (citado en Antúñez & Vinet, 2013) se acentúan conductas de riesgo categorizadas como “antisociales”, las cuales están relacionadas con el consumo y dependencia de sustancias psicoactivas, así como la consolidación de patrones desadaptativos que gatillan la aparición de trastornos de personalidad o trastornos vinculados con la conducta alimentaria. En este sentido, en una investigación realizada en la Universidad Austral de Chile (Antunez & Vinet, 2013) se muestra que, del total de la población estudiada, un 30,1% presenta sintomatología depresiva, un 20,9% muestra sintomatología relacionada a ansiedad, y que un 15,5% exhibe ambas sintomatologías en forma conjunta. Resultados similares se reflejan en otras investigaciones a nivel nacional e internacional, donde se deja entrever el significativo aumento de trastornos de salud mental –depresión, ansiedad y estrés principalmente- en el contexto universitario, con una mayor incidencia en mujeres, reforzando los indicadores a nivel país (Baader et Al, 2014; Rossi et Al, 2019; Barrera-Herrera Martín, 2021).

Reconociendo que existe esta prevalencia significativa en la aparición de trastorno de salud mental en estudiantes universitarios, es que surge la necesidad de proponer nuevas

herramientas terapéuticas que favorezcan las diversas estrategias y planes que existen en promoción, prevención e intervención en salud mental en instituciones universitarias chilenas, más aún en el contexto actual de pandemia existente. En este caso, se utilizó el modelo de atención de la Universidad Austral de Chile, específicamente de las unidades de salud mental pertenecientes al Centro de Salud Universitario de dicha casa de estudios. En dicho centro existen en la actualidad unidades destinadas al abordaje de casos en salud mental: Unidad de Salud Mental (USM), y Unidad de Apoyo Psiquiátrico (UDAP). En ambas unidades, las cuales se diferencian principalmente por la complejidad de los casos en los que se intervienen, se cuenta con un equipo multidisciplinar conformado por médicos generales en salud mental, psiquiatra –en caso de UDAP- psicólogos, enfermeras y terapeuta ocupacional. A esto se suma que se realizan intervenciones de manera individual en todas las áreas, y de igual forma existen instancias terapéuticas grupales, las que constan en talleres de Mindfulness, Talleres de Egreso Terapéutico, Talleres de Habilidades Sociales y Talleres de Organización de Rutina.

Entendiendo la problemática existente en salud mental universitaria, y reconociendo los distintos espacios de prevención e intervención existentes en un instituto de educación superior como lo es la Universidad Austral de Chile, es donde cabe preguntarse ¿cómo podría la musicoterapia incorporarse como una estrategia de intervención en este tipo de contexto? ¿cuál sería el aporte significativo de la musicoterapia en los estudiantes que consultan por trastornos de salud mental?

## 1.2. Objetivos de la investigación

El objetivo general de este trabajo es determinar los efectos de una intervención de musicoterapia de 8 sesiones, extendida por un periodo de 2 meses, en estudiantes de pregrado de una universidad chilena con el diagnóstico de depresión.

Al respecto, se plantean también los siguientes objetivos específicos:

- Describir las conceptualizaciones y características básicas respecto a la Depresión.
- Identificar las perspectivas teóricas relacionadas al quehacer de la musicoterapia y la salud mental.
- Aplicar técnicas y herramientas de intervención desde la musicoterapia en el trastorno depresivo.

## 2. Marco teórico

### 2.1. Estudiantes universitarios y salud mental

Variados y diversos han sido los estudios que abordan la temática relacionada a la salud mental en los procesos de estudios de educación superior o universitaria. Micin & Bagladi (2011) investigan la incidencia de psicopatologías y antecedentes de conductas suicidas en estudiantes universitarios consultantes de los servicios de atención estudiantil de una universidad regional chilena, mostrando en sus resultados una preocupante discusión en torno a la temática de salud mental en contexto universitario. En esta investigación se revela como un hallazgo significativo la prevalencia de trastornos adaptativos en más de la mitad de la población estudiada, lo que supone la confirmación de los cuadros reactivos de ansiedad y depresión en el contexto universitario (Micin & Bagladi, 2011). Junto con esto se ratifica que los trastornos del estado del ánimo son mayores que en la población general y que, de manera específica, los episodios de depresión mayor único, trastornos del estado del ánimo en estudio y la distimia son los más prevalentes en este tipo de población (Micin y Bagladi, 2011). Si bien se reconoce, de acuerdo a las diversas experiencias clínicas en atenciones de salud mental infanto-juvenil, que otra de las problemáticas de salud mental más recurrente tiene relación con los trastornos ansiosos, en este se confirman dichas expectativas, y aún más visibiliza un importante aumento de estos trastornos en el género masculino, principalmente ligado al trastorno obsesivo compulsivo (Micin & Bagladi, 2011). De la misma forma, se corrobora la recurrencia de trastornos asociados al consumo problemático de alcohol y otras sustancias, y el aumento significativo en los trastornos de la conducta alimentaria.

Los resultados expuestos previamente son concordantes con otro estudio regional realizado en Chile, en el cual se realiza la alta prevalencia de psicopatología en la población estudiantil, visibilizando a este como un grupo de riesgo para alteraciones en salud mental de una mayor complejidad (Baader, Rojas, Molina, Gotelli, Álamo. Fierro, Venezian & Dittus, 2014). Estas investigaciones demuestran la necesidad de visualizar a esta población como un foco de atención en salud mental importante, debido a los diferentes factores que se ven involucrados en el proceso de vida universitaria – etapa del ciclo vital, alta exigencia

académica, conflictos desarrollados en la adolescencia, etc.- (Antunez & Vinet, 2013; Álamo et Al, Rossi et Al, 2019).

En lo particular, la depresión en este contexto socioeducativo, suele ser un fenómeno relevante a abordar, debido a su asociación directa con otros tipos de trastornos y conductas perjudiciales para la salud de los estudiantes. Al respecto, Baader et Al (2014), identifican una relación directa con trastornos de la conducta alimentaria, consumo perjudicial de alcohol y riesgo suicida. En relación al consumo de alcohol muestran que 1 de cada 4 estudiantes presenta una ingesta de riesgo, además de reconocer un vínculo estadísticamente significativo entre esta conducta y la prevalencia de sintomatología depresiva, y en referencia al riesgo suicida, se aprecia una correlación directa entre los altos niveles de desesperanza propios del trastorno depresivo con la aparición de autolesiones no fatales y conducta suicida. Por otro lado, se reconoce el vínculo entre la depresión y el bienestar psicológico tal como lo plantea Rossi et Al. (2019) permitiendo visualizar dos continuos distintos en lo que concierne a los trastornos de salud mental, por una parte, la presencia o no de salud mental. Por una parte, la presencia o no de la psicopatología. Éste último hallazgo es importante desde la perspectiva del entendimiento de las diferencias en los procesos de adaptación psicosocial de estudiantes con este tipo de trastorno.

## 2.2. Depresión

### 2.2.1. Caracterización y conceptualizaciones diagnósticas

La depresión es una patología que se presenta con frecuencia en la población general, siendo una enfermedad crónica que requiere de un tratamiento a largo plazo (Angs, 1997 en Botto, Acuña & Jimenez, 2014). Esta característica implica grandes desafíos al reconocerse como una enfermedad que se presenta a lo largo de diferentes etapas del ciclo vital de las personas, lo que conlleva a un análisis exhaustivo de las características clínicas del cuadro, como de los factores socioculturales que lo rodean.

Primeramente, se presentan las particularidades del trastorno depresivo mayor y el trastorno depresivo persistente desde la Guía de consulta de los criterios diagnósticos del DSM 5 (desde ahora DSM-V) propuestos por la American Psychological Association (2013). El primero de estos se reconoce como la presencia de diversos síntomas, dentro de los cuales

debe existir un estado de ánimo deprimido o pérdida de interés, por un periodo de dos semanas. Junto con esto, también pueden existir los siguientes síntomas:

- a) Pérdida importante de peso sin hacer dieta o aumento de peso, o disminución o aumento del apetito casi todos los días.
- b) Insomnio o hipersomnia casi todos los días.
- c) Agitación o retraso psicomotor casi todos los días.
- d) Fatiga o pérdida de energía casi todos los días.
- e) Sentimiento de inutilidad o culpabilidad excesiva o inapropiada casi todos los días.
- f) Disminución de la capacidad para pensar o concentrarse, o para tomar decisiones, casi todos los días. Pensamientos de muerte recurrentes (no sólo miedo a morir) ideas suicidas recurrentes sin un plan determinado, intento de suicidio o un plan específico para llevarlo a cabo.

Por otro lado, es importante reconocer las características diagnósticas relacionadas al Trastorno Depresivo Persistente –conocida también como Distimia-. Según el DSM-V (2013) en este trastorno se conjugan el trastorno depresivo mayor crónico y el trastorno distímico que se conceptualizaban anteriormente en el DSM-IV. Este trastorno se caracteriza por lo siguiente:

- a) Estado de ánimo deprimido durante la mayor parte del día, presente más días que los que está ausente, información obtenida desde la subjetividad o de la observación por parte de otras personas, durante un mínimo de dos años.
- b) Durante la depresión, la presencia de dos o más de los siguientes síntomas.
  - a. Poco apetito o sobrealimentación.
  - b. Insomnio o hipersomnia.
  - c. Poca energía o fatiga.
  - d. Baja autoestima.
  - e. Falta de concentración o dificultad para tomar decisiones.
  - f. Sentimientos de desesperanza.
- c) Durante el período de dos años (un año en niños y adolescentes) de la alteración, el individuo nunca ha estado sin los más de los Criterios A y B durante más de dos meses seguidos.

- d) Los criterios para un trastorno de depresión mayor pueden estar continuamente presentes durante dos años.
- e) Nunca ha habido un episodio maníaco o un episodio hipomaníaco, y nunca se han cumplido los criterios para el trastorno ciclotímico.
- f) La alteración no se explica mejor por un trastorno esquizoafectivo persistente, esquizofrenia, trastorno delirante, u otro trastorno especificado o no especificado del espectro de la esquizofrenia y otro trastorno psicótico.
- g) Los síntomas no se pueden atribuir a los efectos fisiológicos de una sustancia (p. ej., una droga, un medicamento) o a otra afección médica (p. ej., hipotiroidismo).
- h) Los síntomas causan malestar clínicamente significativo o deterioro en lo social, laboral u otras áreas importantes del funcionamiento.

Junto con esto es importante destacar que, si bien lo anteriormente descrito corresponde a una forma de reconocer la sintomatología ligada a la depresión, no es la única mirada exclusiva. Al respecto Acuña & Jimenez (2014), en sus propuestas relevan la importancia de realizar un abordaje de la depresión desde una perspectiva multifactorial, acentuando la mirada en componentes relacionados tanto a la esfera afectiva, a la construcción sociocultural de la depresión, los diferentes modelos etiopatogénicos existentes, y su vínculo directo con la personalidad. Esto cobra relevancia en la medida que, al visualizar este espectro más amplio relacionado a la depresión, podemos visualizar también que se continúa abriendo la posibilidad a que variadas formas de intervención complementarias pudiesen ser efectivas en el tratamiento.

## 2.3. Musicoterapia y Salud Mental

### 2.3.1. Musicoterapia en salud mental

Para continuar con la exploración de respuestas a los cuestionamientos que se construyen la justificación este trabajo, es necesario reconocer y validar de forma específica, algunos de los elementos claves respecto a la musicoterapia desde el ámbito disciplinar, sus beneficios, y algunas experiencias en diversos contextos de intervención relacionados a la salud mental. Para ello es relevante lo que menciona Darío (2011) en cuanto a que la Musicoterapia tiene la finalidad de: “Promover la conciencia y el análisis de los modos

acústicos-relacionales vinculados directa o indirectamente con la génesis y/o sintomatología de los distintos cuadros patológicos, en función de producir modificaciones o transformaciones que posibiliten la prevención, disminución o desaparición de padecimientos” (p.27).

Desde esta lógica se identifica la importancia de los recursos sonoro musicales como una herramienta que tiene una repercusión directa con los procesos de exploración, concientización, aceptación y movilización de las personas que se encuentran en procesos complejos en relación a su salud mental. Al respecto Darío (2011) menciona la importancia de rescatar el aspecto simbólico de las diferentes expresiones humanas –gestos, sonidos, escenas, movimientos, etc.-, debido a que allí se encuentra la potencial capacidad para hacer frente al malestar que aqueja a la persona, de forma de enriquecer sus posibilidades de acción.

Junto con esto existen algunos estudios que han demostrado los efectos positivos de la aplicación de la musicoterapia en contextos universitarios, como la investigación de Diaz, Tejada, Santillán, Chávez, Huyhua y Sánchez (2020), en la cual se muestran resultados positivos en la reducción de estrés de estudiantes de primer año de enfermería luego de un programa de musicoterapia. De igual manera, otro estudio realizado con pacientes con consumo problemático de sustancias –temática que también aparece en contexto universitario-, también demuestra la reducción de niveles de estrés luego de sesiones de musicoterapia (De Cunto, Tavares, Mendes & Marques, 2019).

### 2.3.2. Musicoterapia y Depresión

En relación a la musicoterapia en el tratamiento de la depresión, Jackson (en Eyre, 2016) hace referencia desde la musicalidad a la similitud en las formas de interacción social y afectiva con la interacción musical que tienen las personas con depresión y ansiedad, reconociendo una disminución en la capacidad creativa como en la energía de la expresión corporal. Esta premisa refuerza la idea de la conexión inherente de las formas de vivencia musical con la expresión del ser, desde un espacio más allá del terapéutico, sino que en el continuo de la cotidianidad de las personas.

Junto con esto, también se reconoce las dificultades que mantienen las personas con estos trastornos en la conexión con aquellos malestares, ya sean pasados o presentes, que interfieren de alguna forma en la capacidad de responder de una manera emocionalmente

saludable a las diversas experiencias emocionales actuales (Jackson en Eyre, 2016). Esto último implica la validación constante de la musicalidad de las personas como un modo de expandir la forma de entender, conectar y aceptar las diferentes vivencias humanas.

En cuanto a investigaciones relacionadas la musicoterapia y su efecto en el tratamiento de la depresión Blanco (2012) exhibe la eficacia de un programa de musicoterapia individual para el tratamiento de depresión en adultos entre 18 y 65 años, en grupo que de forma paralela también mantienen tratamiento farmacológico. Esto se complementa con el estudio de caso realizado por Jiménez (2017) en la cual también se relevan los aspectos positivos de la musicoterapia en ansiedad y depresión, en contexto no hospitalario. También se destacan aportes positivos de la musicoterapia en procesos de depresión y ansiedad en pacientes con demencia tipo Alzheimer en un estudio realizado por De la Rubia, Sancho y Cabañés (2014).

### 2.3.3. Técnicas de musicoterapia y Depresión

Con respecto a las técnicas musicoterapéuticas más utilizadas en el campo del trabajo con personas con depresión y/o ansiedad, nos basaremos principalmente en aquellas expuestas en el libro Guía para la práctica de la Musicoterapia en salud mental (2016) y a lo presentado por Bruscia (1999) relacionado a la improvisación metafórica. El primero de estos, se refiere a los enfoques de musicoterapia receptiva, de improvisación y de composición musical.

En relación a las técnicas receptivas, se reconocen las siguientes:

- a) Relajación y Reducción de Estrés con Música: la cual consiste en que el paciente escuche música con el propósito de crear una respuesta de relajación, la cual puede estar o no, ligada a otras técnicas de relajación como pudiese ser la técnica de relajación progresiva de Jacobson.
- b) Conversación con Canciones: consiste en el empleo de canciones grabadas o cantadas por el terapeuta con el propósito de estimular la conversación sobre un tópico relacionado con la terapia. En esta técnica cobra relevancia la letra y el contenido de la canción la cual permitirá generar y abrir el debate entre los participantes.
- c) Auto-Expresión y Exploración con las Artes Creativas: emplea música grabada o interpretada por el terapeuta en conjunción con otras artes creativas (dibujo, poesía,

escritura creativa, movimiento o danza, etc.) para ofrecer al paciente una vía expresiva que le permita tomar una nueva perspectiva sobre sus problemas.

En referencia a aquellas relacionadas a la musicoterapia de improvisación, podemos describir brevemente las siguientes:

- a) Improvisación Musical para Movilizar el Afecto: consiste en el uso de música creada espontáneamente para estimular la expresión emocional.
- b) Exploración de Sentimientos Musicales: consiste identificar y explorar sentimientos y emociones a través del uso de música creada espontáneamente.
- c) Resolución de Problemas Improvisada: consiste en el uso de música creada espontáneamente para explorar los pensamientos y las pautas de comportamiento.
- d) Improvisación de Catarsis Musical: consiste en el uso de música creada espontáneamente para provocar la liberación de emociones y de sentimientos reprimidos o contenidos.

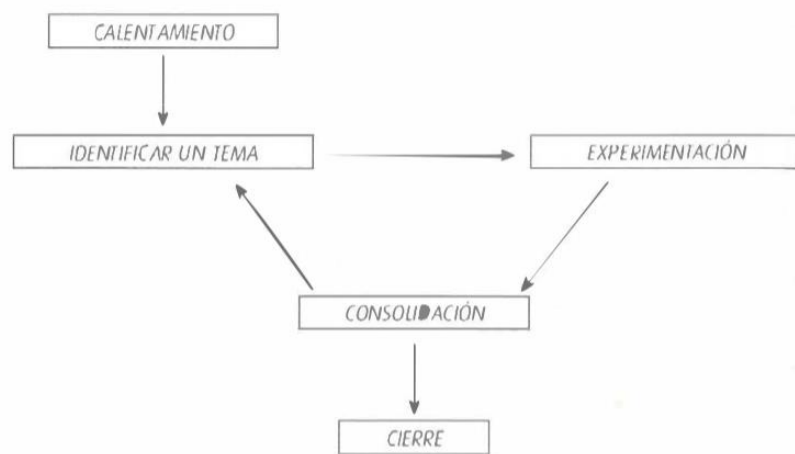
En cuanto al enfoque de musicoterapia composicional, reconoceremos las siguientes técnicas:

- a) Composición de Canciones: requiere la creación de música y letras originales, resultando en una composición que puede ser interpretada repetidamente por su compositor o por otros.
- b) Audiobiografía musical: es un enfoque composicional que requiere que el paciente individual seleccione y recopile sonidos y música en un producto musical que refleje las experiencias y hechos destacados de la vida del paciente relativos a su tratamiento.

Por otro lado, la improvisación metafórica nace desde la combinación de musicoterapia y psicoterapia, teniendo como componentes principales la improvisación y la discusión verbal (Bruscia, 1999). Se entiende que la improvisación al ser en un contexto terapéutico se denomina como improvisación clínica, la cual puede ser realizada por el terapeuta y paciente o grupo de pacientes, así como también está la posibilidad de que el paciente puede improvisar en solitario, escuchar una improvisación, acompañar, etc. En este sentido las posibilidades de improvisación pueden ser a través de variados instrumentos, sonoridades corporales y/o voz. Lo relevante de esta metodología es poder afrontar las demandas del momento presente del paciente, explorando los sentimientos y emociones

evocadas consigo mismo o en su relación con otros, las cuales se discuten antes y después de cada improvisación.

Esta metodología de musicoterapia consiste en cinco fases de trabajo: calentamiento, identificar un tema del paciente, experimentar, consolidar y cierre. Cada sesión comienza con un calentamiento y termina con un cierre, mientras el centro de la sesión consiste de un ciclo de tres fases que se repiten hasta que el terapeuta haya trabajado con cada paciente y hasta que los temas urgentes hayan sido dirigidos de manera adecuada.



**Figura 1.** Etapa de la improvisación metafórica

Fuente: Bruscia, 1999, p 218.

### 3. Marco Metodológico

#### 3.1. Diseño

El presente trabajo responde a una investigación cualitativa de tipo estudio de caso de intervención terapéutica. Se escoge este tipo de diseño, debido a como menciona Roussos (2007) “el objetivo se centra en la descripción de un trastorno clínico o la evaluación de los efectos de un tratamiento determinado, no haciendo hincapié en la forma de evaluación sino en las características del caso o en los resultados obtenidos” (p. 263). Junto con esto, se reconoce la importancia de reconocer e identificar de manera integral los distintos factores subjetivos de la creación musical conjunta. Tal como lo plantea Langenberg, Frommer & Tress (1993), esta es la única forma en que la investigación, que desde una perspectiva objetiva del

proceso puede comprender la totalidad, la calidad de la experiencia y la intuición de todos los participantes: el cliente, el terapeuta y el panel de investigación.

### 3.2. Presentación de Caso

Para la elección de los participantes se convocó a una reunión ampliada con los profesionales del Centro de Salud Universitario (CESU) que trabajan en el área de salud mental, entre los cuales se encuentran psiquiatra, psicólogos, enfermeras y terapeuta ocupacional. En dicho encuentro se acordaron los siguientes criterios de selección:

- Estudiantes que se encuentren actualmente en atención en CESU, ya sea en la unidad de Salud Mental General (SMG) o Unidad de Apoyo Psiquiátrico (UDAP).
- Posean diagnóstico de Trastorno Depresivo Mayor o Distimia en una etapa estable.
- Exista un compromiso del estudiante por el proceso terapéutico, reconociéndolo a través del nivel de participación en las atenciones con los profesionales del centro, junto con el seguimiento de las indicaciones farmacológicas.
- Residan en la actualidad en la ciudad de Valdivia.
- Posean disponibilidad para asistir a las sesiones de terapia en los horarios propuestos.

A los estudiantes seleccionados se les hizo entrega vía correo electrónico del consentimiento informado (Anexo A), donde se describen las características del taller, y se informa de que las sesiones serán grabadas. La descripción de los participantes en relación a sus contextos socioeconómicos y características clínicas la podemos detallar de la siguiente forma:

- *Estudiante 1:* 20 años, estudiante de tercer año de Medicina Veterinaria, reside actualmente en la ciudad de Valdivia junto a un compañero de carrera. Presenta un trastorno depresivo mayor de larga data, con algunos aspectos asociados a la melancolía. En tratamiento en SMG-CESU, desde hace más de un año. Presenta buena adherencia farmacológica actual. Poca experiencia musical activa, algunos acercamientos de forma autónoma a instrumentos como guitarra y ukelele.
- *Estudiante 2:* 19 años, estudiante de primer año de Ingeniería Civil Industrial, actualmente mantiene interrumpido sus estudios debido a que la sintomatología depresiva dificultaba su desempeño académico. Vive en Valdivia junto a ambos padres.

En tratamiento desde hace un año en SMG-CESU, donde ha presentado resistencia a esquema farmacológico. Antes de iniciar participación en taller se le realiza ajuste de fármacos. Sin experiencia musical activa, no toca ningún instrumento.

- *Estudiante 3:* 24 años, estudiante de quinto año de Auditoría, se encuentra en proceso de iniciar prácticas profesionales. Vive en Valdivia, junto a ambos padres. En tratamiento hace 3 meses en CESU por cuadro depresivo. Ha respondido de manera óptima a esquema farmacológico, y desea iniciar su participación en taller para aumentar su interacción social. Sin experiencia musical activa, no toca ningún instrumento.
- *Estudiante 4:* 25 años, estudiante de quinto año de Ingeniería Civil Industrial, se encuentra en proceso de iniciar prácticas profesionales. Vive en Valdivia junto a sus padres, hermana menor y su hijo. En tratamiento en UDAP-CESU por cuadro de depresión mayor desde hace 8 meses. Alto nivel de experiencia, estudio en escuela de música su proceso de enseñanza básica y media con mención en guitarra clásica.
- *Estudiante 5:* 24 años, estudiante de cuarto año de Agronomía, vive solo en Valdivia. En tratamiento por cuadro depresivo mayor desde hace siete meses en UDAP-CESU. Ha presentado buena adherencia a esquema farmacológico y a intervenciones realizadas por equipo. Poca experiencia musical activa, sólo algunos acercamientos de manera autónoma con guitarra acústica.

En la tabla 1 se encuentra una síntesis de las características de los participantes del taller.

**Tabla 1.** Caracterización estudiantes participantes en taller.

| Estudiante | Género    | Carrera               | Unidad | Diagnóstico         | Experiencia musical activa           |
|------------|-----------|-----------------------|--------|---------------------|--------------------------------------|
| 1          | Femenino  | Med. Veterinaria      | SMG    | Ts. Depresivo Mayor | Poca experiencia - de forma autónoma |
| 2          | Femenino  | Ing. Civil Industrial | SMG    | Ts. Depresivo Mayor | Sin experiencia                      |
| 3          | Femenino  | Auditoría             | UDAP   | Ts. Depresivo Mayor | Sin experiencia                      |
| 4          | Femenino  | Ing. Civil Industrial | UDAP   | Ts. Depresivo Mayor | Alta experiencia - estudios formales |
| 5          | Masculino | Agronomía             | UDAP   | Ts. Depresivo Mayor | Poca experiencia - de forma autónoma |

|      |                              |
|------|------------------------------|
| UDAP | Unidad de Apoyo Psiquiátrico |
| SMG  | Salud Mental General         |

Fuente: elaboración propia

### 3.3. CONTEXTUALIZACIÓN

El presente proceso de intervención se realizó bajo el contexto de las prácticas profesionales del Master de Musicoterapia de la Universidad Internacional de la Rioja (UNIR), en convenio con la escuela de música “Casamúsica” y el apoyo de la Universidad Austral de Chile (UACH). Junto con esto, el taller se enmarcó dentro de una de las primeras instancias presenciales del Centro de Salud de la UACH, como del centro Cásamúsica en relación al contexto de pandemia COVID-19, por lo cual se debieron resguardar todas las medidas indicadas por la autoridad sanitaria local.

#### 3.3.1. Universidad Austral de Chile, Centro de Salud Universitario

La Universidad Austral de Chile (UACH) es una institución de educación superior que es parte del Consejo de Rectores de las Universidades Chilenas (CRUCH). Jurídicamente se organiza como una corporación de derecho privado sin fines de lucro, reconocida por el Estado y que goza de autonomía académica, administrativa y financiera en conformidad con la ley. En la actualidad la UACH tiene 56 carreras profesionales y 7 carreras técnicas, 10 programas de doctorado acreditados, 30 de magíster, 11 especialidades médicas y múltiples postítulos y diplomados. Dichos currículos académicos los imparte en diversas sedes y campus en las ciudades de Valdivia, Puerto Montt, Osorno y Coyhaique, todas del área sur-austral del país, teniendo una población superior a los catorce mil estudiantes.

Dentro de la orgánica de la institución, existe una Dirección de Asuntos Estudiantiles (DAE), la cual es una unidad estratégica que tiene como objetivo apoyar de una forma integral la experiencia universitaria de los estudiantes en temáticas relacionadas con el bienestar estudiantil, gestión de hogares y residencias estudiantiles, beneficios financieros, salud, etc. En ésta última área, y como una unidad dependiente de la DAE existe el Centro de Salud Universitario (CESU) en la sede de la ciudad de Valdivia. Este centro es una unidad que tiene bajo su responsabilidad proveer un conjunto de servicios orientados a satisfacer las necesidades de atención clínica de los cerca de diez mil estudiantes de la sede Valdivia durante su etapa de formación profesional y promover hábitos saludables para una buena calidad de vida, a través de la atención tanto en el área física como en salud mental.

En la actualidad, en salud mental se encuentran dos unidades internas destinadas al abordaje de esta área: Unidad de Salud Mental General (SMG), y Unidad de Apoyo Psiquiátrico

(UDAP). En ambas unidades, las cuales se diferencian principalmente por la complejidad de los casos en los que se intervienen, se cuenta con un equipo multidisciplinario conformado por médicos generales en salud mental, psiquiatra –en caso de UDAP- psicólogos, enfermeras y terapeuta ocupacional. A esto se suma que se realizan intervenciones de manera individual en todas las áreas, y de igual forma existen instancias terapéuticas grupales, las que constan en talleres de Mindfulness, Talleres de Egreso Terapéutico, Talleres de Habilidades Sociales y Talleres de Organización de Rutina.

### 3.3.2. Escuela de música “Casamúsica”

Casamúsica es un centro de formación, creación y difusión musical cuyos objetivos se concentran en “el descubrimiento de las capacidades creativas del individuo y en el desarrollo de todo su potencial para el logro de competencias cognitivas, procedimentales y afectivas; en un ambiente que potencia el sentido cooperativo a través de la práctica en grupo.” Citar Tiene como base de su modelo pedagógico en base a dos pilares: una educación moderna y actual y un aprendizaje personalizado. Cuenta actualmente con 26 docentes, los cuales imparten 11 cursos de diferentes instrumentos –guitarra clásica, saxofón, violín, canto, entre otros-, además de 14 talleres -armonía musical, composición, guitarra funcional, canto para niños, etc.-.

## 3.4. INTERVENCIÓN Y PROCEDIMIENTOS

El proceso de intervención se basó en los estándares que plantea la American Musical Therapy Association (AMTA, 2013) y las recomendaciones que realiza entorno al trabajo en el área de salud mental. En base a éstos se definieron las siguientes etapas:

- Derivación y Aceptación
- Evaluación
- Planificación del tratamiento
- Ejecución
- Documentación

### 3.4.1. Derivación y Aceptación

El taller de musicoterapia dentro del Centro de Salud Universitario y Casamúsica se inserta como una instancia de terapia artístico-creativa innovadora y novedosa para estos espacios. Es por ello, que tal como se menciona en el apartado de sujetos, se establecieron los criterios en reunión clínica con el equipo de profesionales del CESU que trabajan en el área de salud mental. Con aquellos criterios se seleccionaron a 12 estudiantes, a los cuales se les contactó mediante correo electrónico y/o teléfono celular para hacerles la invitación a participar del taller. De los 12 estudiantes que cumplían criterios, 3 no contestaron ningún medio de comunicación, 4 estudiantes no contaban con disponibilidad horaria por estudio y/o trabajo, y 5 accedieron de forma positiva a participar. La caracterización de los estudiantes seleccionados está en el apartado de presentación de caso. Luego de su aceptación y de firma de consentimiento informado, se envió correo colectivo con documentación respecto al taller en relación a fechas estipuladas, horarios e indicaciones de referencia para llegar a la escuela Casamúsica.

### 3.4.2. Evaluación

Se hizo una recolección de datos a través de la revisión de su ficha clínica en CESU, en conjunto con una reunión con los profesionales tratantes, con el fin de obtener un panorama global de sus diferentes procesos de intervención, y de su percepción frente a su diagnóstico. Junto con esto, se hizo una evaluación propia de musicoterapia a través de la aplicación de un cuestionario de preferencias musicales (Anexo B) elaborado específicamente para este taller, además de la aplicación de la escala de depresión PHQ-9 -Patient Health Questionnaire- (Anexo C), la cual está validada para la población chilena y que consta de 9 ítems que evalúan la presencia de síntomas depresivos en las últimas 2 semanas (Baader, Molina, Venezian, Rojas, Farías, Fierro-Frexiene, Backenstrass, & Mundt, 2012). Según la escala de veracidad, se obtiene la siguiente clasificación:

- Síndrome depresivo mayor (SDM): presencia de 5 o más de los 9 síntomas depresivos con un índice de severidad de "más de la mitad de los días ( $\geq 2$ ), y que uno de los síntomas sea ánimo depresivo o anhedonia.

- Otro síndrome depresivo (OSD): presencia de dos, tres o cuatro síntomas depresivos por "más de la mitad de los días" ( $\geq 2$ ), y que uno de los síntomas sea ánimo depresivo o anhedonia.
- Síntomas depresivos positivos (SD+): presencia de al menos uno o dos de los síntomas depresivos, pero no alcanza a completar los criterios anteriores.
- Síntomas depresivos negativos (SD-): no presenta ningún criterio diagnóstico "más de la mitad de los días" (valores  $< 2$ ).

Otra forma de clasificar los puntajes obtenidos de esta escala, es lo que mencionan Saldivia, Aslan, Cova, Vicente, Inostroza & Rincón (2019) en cuanto se pueden establecer cinco categorías de gravedad como una manera de realizar un screening más eficiente:

- 0-4 (mínimo).
- 5-9 (leve).
- 10-14 (moderado).
- 15-19 (moderado a grave).
- 20-27 (grave).

Los resultados obtenidos de la escala PHQ-9 inicial y las categorías de gravedad en relación a la sintomatología depresiva los podemos encontrar en la tabla 2.

**Tabla 2.** Resultados PHQ-9 Inicial

| Estudiante | Puntaje | Categoría |
|------------|---------|-----------|
| 1          | 11      | Moderado  |
| 2          | 10      | Moderado  |
| 3          | 12      | Moderado  |
| 4          | 13      | Moderado  |
| 5          | 9       | Leve      |

Fuente: elaboración propia

### 3.4.3. Planificación del tratamiento

La planificación del taller de musicoterapia estuvo a cargo del Terapeuta Ocupacional del CESU, quien además cursa el Master de Musicoterapia UNIR. Por ello estuvo bajo la tutela

y supervisión de Yolanda Trujillo, Musicoterapeuta, Coordinadora de “Casamúsica” y docente de la Universidad de Extremadura, España.

- Objetivos del taller

En cuanto a los objetivos del taller, se estableció como objetivo general disminuir la sintomatología depresiva a través de un proceso de musicoterapia grupal.

En relación a los objetivos específicos del taller se establecieron los siguientes:

- Potenciar la exploración y reconocimiento de emociones.
- Aumentar interés y procesos de disfrute.
- Aumentar autoestima.
- Favorecer interacción empática con otros.

- Recursos Humanos

La ejecución del taller estuvo a cargo del Terapeuta Ocupacional del CESU. Junto con ello, contó con el apoyo del estudiante en práctica de terapia ocupacional en CESU, quien estuvo a cargo del apoyo logístico y grabación. Además, durante todo el periodo de intervención se mantuvo un contacto directo con el encargado logístico de Casamúsica, quien estaba a cargo del orden, mantenimiento y limpieza de sala de intervención luego de cada sesión según los protocolos de sanidad determinados por el centro.

- Recursos Materiales

Los recursos materiales usados durante el proceso de intervención, fueron provistos y facilitados en su mayoría por la escuela Casamúsica. Entre estos se encuentran los siguientes elementos que se detallan a continuación:

- 2 guitarras acústicas clásicas.
- 2 xilófonos cromáticos.
- 2 metalófonos diatónicos altos.
- 1 piano digital de 7 octavas.
- 1 teclado de 4 octavas.
- Kit de percusión que incluye platillos, maracas, huevos sonoros, djembe, bongó, bombo legüero, claves, tubos sonoros, panderetas, kalimba de madera.

- 1 parlante de música.
- 2 sillines para piano o teclado.
- 5 sillas individuales.
- 2 alfombras de piso.
- 5 cojines cuadrados.

Las sesiones fueron grabadas con una cámara fotográfica en formato MP4, con una resolución de 1080p., las cuales eran guardadas en la plataforma de Google Drive, que a su vez era compartida de forma exclusiva con la supervisora de prácticas para su revisión y posterior retroalimentación de forma semanal. En relación al entorno físico, actualmente Casamúsica se encuentra ubicada en una casa el centro de la ciudad de Valdivia, la cual cuenta con una estructura de 2 pisos, con una superficie de 85 metros cuadrados aproximadamente construidos. Tiene 6 habitaciones destinadas para diversos fines como ensayos grupales, ensayos individuales, conciertos, estudio de grabación, taller, oficina, cocina y baño. En cuanto al espacio utilizado para la intervención es una sala de 24 metros cuadrados ubicada en la planta baja de la estructura, con dos puertas de acceso independiente y 4 ventanas.

- Organización de las sesiones
  - Número de sesiones: la cantidad de sesiones estuvo determinada por el periodo de práctica estipulado por la unidad de prácticas de UNIR, que contemplaba la ejecución de 52 horas de práctica.
  - Duración de las sesiones: si bien desde las directrices de la improvisación metafórica (en Bruscia, 1999) se sugieren sesiones de al menos 2 horas de duración, dadas las posibilidades y condiciones de atención de CESU y Casamúsica, se estipuló las sesiones con una hora de duración.
  - Formato de sesión: para el formato de sesión se ocuparon elementos de la improvisación metafórica (Katsh & Merle-Fishman en Bruscia, 1999), principalmente aquello relacionado al reconocimiento de una temática a trabajar durante la improvisación y el subsecuente diálogo entre terapeuta paciente como espacio de reflexión. Junto con esto, también se incorporaron algunos elementos de organización de las sesiones de musicoterapia propuestos por Hernández (2004) en relación a actividades preparatorias de la sesión, sumado a las propuestas de organización de las actividades de caldeamiento extraídas desde el psicodrama

(Anchústegui, s.f.). De esta manera, las sesiones quedaron conformadas por 6 momentos:

- Bienvenida.
- Caldeamiento inespecífico.
- Caldeamiento específico.
- Momento central.
- Sharing/compartir.
- Despedida.

Las sesiones serán detalladas en el siguiente apartado.

#### 3.4.4. Ejecución

La intervención se llevó a cabo por un periodo de 2 meses y medios, comenzando el 06 de Octubre del 2021 y finalizando el 15 de Diciembre del 2021, completando un total de 8 sesiones grupales con una periodicidad semanal. El horario elegido de sesiones fue consensuado con los participantes, y de acuerdo a la disponibilidad de Casamúsica, realizándose los días Miércoles entre 12:00 y 13:00 horas. Se les solicitaba llegar 15 minutos antes, para la realización de los protocolos Covid-19. Cabe destacar que, si bien la planificación contemplaba sesiones semanales, hubo dos de éstas que fueron reagendadas por actividades académicas de los estudiantes, y una sesión debido a una festividad nacional.

Las sesiones realizadas durante el proceso de intervención se detallan a continuación.

**Tabla 3.** Actividades sesión 1.

| <b>N° Sesión:1</b>                                                                       |                                                                                                                           |                                                                   |               |
|------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------|---------------|
| <b>Temática:</b> Exploración emocional a través de la música y acercamiento a grupalidad |                                                                                                                           |                                                                   |               |
| <b>Fecha:</b> 06 de Octubre                                                              |                                                                                                                           |                                                                   |               |
| <b>MOMENTOS</b>                                                                          | <b>OBJETIVOS / FUNCIONES</b>                                                                                              | <b>ACTIVIDADES</b>                                                | <b>Tiempo</b> |
| BIENVENIDA / SALUDO                                                                      | Intencionar la llegada al espacio grupal desde un clima de apertura y confianza, y aproximación a la experiencia musical. | Apertura musical de presentación. Me presento desde la nota "Mi". | 10 minutos    |

|                              |                                                                                                                                                     |                                                                                                                                                                       |            |
|------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------|
| CALDEAMIENTO<br>INESPECÍFICO | Activar al individuo en sus diferentes registros (corporal, emocional, racional), activando así su espontaneidad y presencia desde la receptividad. | Relajación progresiva de Jacobson acompañado de música grabada.                                                                                                       | 10 minutos |
| CALDEAMIENTO<br>ESPECÍFICO   | Introducir la temática central de la sesión, preparando al individuo y al grupo para la profundización en el momento central (expresividad)         | Reconocimiento y exploración de instrumentos musicales de percusión y armónicos en la sala.                                                                           | 10 minutos |
| MOMENTO<br>CENTRAL           | Trabajar la temática central en profundidad (Expresividad)<br><br>Llevar actividad extra en caso de que la improvisación sea muy breve              | Exploración de sentimientos musicales a través de comenzar a tocar instrumentos en una lógica de grupalidad.                                                          | 15 minutos |
| SHARING<br>/<br>COMPARTIR    | Compartir sin interpretar las experiencias de los integrantes del grupo (Receptividad).                                                             | Exploración desde la emocionalidad, y luego generar conversación acerca de reflexiones surgidas en sesión, ¿cómo me siento explorando las emociones en este contexto? | 10 minutos |
| DESPEDIDA                    | Ritualizar / cerrar                                                                                                                                 | Actividad de despedida “¿Cómo me voy?”                                                                                                                                | 5 minutos  |

Fuente: elaboración propia

**Tabla 4.** Actividades sesión 2.

|                                                                                              |
|----------------------------------------------------------------------------------------------|
| <p><b>N° Sesión: 2</b></p> <p><b>Temática:</b> Reconocimiento de sonoridades y emociones</p> |
|----------------------------------------------------------------------------------------------|

| Fecha: 13 de Octubre del 2021 |                                                                                                                              |                                                                                                                                                             |            |
|-------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------|
| MOMENTOS                      | OBJETIVOS / FUNCIONES                                                                                                        | ACTIVIDADES                                                                                                                                                 | Tiempo     |
| BIENVENIDA / SALUDO           | Intencionar la llegada al espacio grupal desde un clima de apertura y confianza                                              | Apertura musical de bienvenida, a través de improvisación.                                                                                                  | 10 minutos |
| CALDEAMIENTO INESPECÍFICO     | Activar al individuo en sus diferentes registros (corporal, emocional, racional), activando así su espontaneidad y presencia | Caminata de centración acompañada de percusión. Favorecer la expresión emocional (percusión)                                                                | 10 minutos |
| CALDEAMIENTO ESPECÍFICO       | Introducir la temática central de la sesión, preparando al individuo y al grupo para la profundización en el momento central | Exploración de instrumentos de percusión desde una comunicación no verbal.                                                                                  | 10 minutos |
| MOMENTO CENTRAL               | Trabajar la temática central en profundidad                                                                                  | Exploración de sentimientos musicales e improvisación para movilizar el afecto a través de la lógica de grupalidad.                                         | 15 minutos |
| SHARING / COMPARTIR           | Compartir sin interpretar las experiencias de los integrantes del grupo                                                      | Exploración desde la emocionalidad. Análisis de los elementos sonoros desde lo individual, pero además como se conjuga con lo colectivo: ¿Qué me pasa a mí? | 10 minutos |
| DESPEDIDA                     | Ritualizar / cerrar                                                                                                          | ¿Cómo me voy?                                                                                                                                               | 5 minutos  |

Fuente: elaboración propia

**Tabla 5.** Actividades sesión 3.

| <b>N° Sesión: 3</b><br><b>Temática: Reconocimiento de sonoridades individuales y colectivas</b><br><b>Fecha: 20 de Octubre de 2021</b> |                                                                                                                              |                                                                                                                                                                                                 |               |
|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------|
| <b>MOMENTOS</b>                                                                                                                        | <b>OBJETIVOS / FUNCIONES</b>                                                                                                 | <b>ACTIVIDADES</b>                                                                                                                                                                              | <b>Tiempo</b> |
| BIENVENIDA /<br>SALUDO                                                                                                                 | Intencionar la llegada al espacio grupal desde un clima de apertura y confianza                                              | Apertura musical de presentación                                                                                                                                                                | 10 minutos    |
| CALDEAMIENTO INESPECÍFICO                                                                                                              | Activar al individuo en sus diferentes registros (corporal, emocional, racional), activando así su espontaneidad y presencia | Exploración de instrumentos musicales desde la relación con el sentir y las experiencias previas.                                                                                               | 10 minutos    |
| CALDEAMIENTO ESPECÍFICO                                                                                                                | Introducir la temática central de la sesión, preparando al individuo y al grupo para la profundización en el momento central | Exploración de instrumentos grupal desde la comunicación no verbal.                                                                                                                             | 10 minutos    |
| MOMENTO CENTRAL                                                                                                                        | Trabajar la temática central en profundidad                                                                                  | Improvisación para movilizar el afecto con instrumentos armónicos.                                                                                                                              | 15 minutos    |
| SHARING /<br>COMPARTIR                                                                                                                 | Compartir sin interpretar las experiencias de los integrantes del grupo                                                      | Exploración desde la emocionalidad. Análisis de los elementos sonoros desde lo individual, pero además como se conjuga con lo colectivo: ¿Qué emociones reconozco a través de la música en mí y | 10 minutos    |

|           |                     |                                                       |           |
|-----------|---------------------|-------------------------------------------------------|-----------|
|           |                     | en los demás? ¿Qué me sucede con la música día a día? |           |
| DESPEDIDA | Ritualizar / cerrar | ¿Cómo me voy?                                         | 5 minutos |

Fuente: elaboración propia.

**Tabla 6.** Actividades sesión 4.

| <b>N° Sesión: 4</b><br><b>Temática: Escucha como acto de empatía</b><br><b>Fecha: 27 de Octubre del 2021</b> |                                                                                                                              |                                                                                                                                      |               |
|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------|
| <b>MOMENTOS</b>                                                                                              | <b>OBJETIVOS / FUNCIONES</b>                                                                                                 | <b>ACTIVIDADES</b>                                                                                                                   | <b>Tiempo</b> |
| BIENVENIDA / SALUDO                                                                                          | Intencionar la llegada al espacio grupal desde un clima de apertura y confianza                                              | Apertura Musical de bienvenida – Extracto “Tonada para volver”, Camilo Eque (Anexo F)                                                | 10 minutos    |
| CALDEAMIENTO INESPECÍFICO                                                                                    | Activar al individuo en sus diferentes registros (corporal, emocional, racional), activando así su espontaneidad y presencia | Relajación progresiva de Jacobson, acompañada de canción “Angel” Sarah Mclachlan.                                                    | 10 minutos    |
| CALDEAMIENTO ESPECÍFICO                                                                                      | Introducir la temática central de la sesión, preparando al individuo y al grupo para la profundización en el momento central | Discusión grupal respecto a la capacidad humana de reconocer y distinguir sonidos y diversas características a través de la escucha. | 10 minutos    |
| MOMENTO CENTRAL                                                                                              | Trabajar la temática central en profundidad                                                                                  | Escucha activa de canciones significativas de cada participante.                                                                     | 15 minutos    |

|                      |   |                                                                                     |                                                                                                                                         |            |
|----------------------|---|-------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------|
| SHARING<br>COMPARTIR | / | Compartir sin<br>interpretar las<br>experiencias de los<br>integrantes del<br>grupo | Retroalimentación<br>grupal respecto a la<br>emocionalidad<br>evocada en escucha,<br>y reflexión de esta<br>como un acto de<br>empatía. | 10 minutos |
| DESPEDIDA            |   | Ritualizar / cerrar                                                                 | Cierre musical.                                                                                                                         | 5 minutos  |

Fuente: elaboración propia.

**Tabla 7.** Actividades sesión 5.

| N° Sesión: 5                              |                                                                                                                              |                                                                                                         |            |
|-------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------|
| Temática: Empatía y comunicación con otro |                                                                                                                              |                                                                                                         |            |
| Fecha: 03 de Noviembre del 2021           |                                                                                                                              |                                                                                                         |            |
| MOMENTOS                                  | OBJETIVOS / FUNCIONES                                                                                                        | ACTIVIDADES                                                                                             | Tiempo     |
| BIENVENIDA / SALUDO                       | Intencionar la llegada al espacio grupal desde un clima de apertura y confianza                                              | Apertura Musical de bienvenida – Extracto “Tonada para volver”, Camilo Eque.                            | 10 minutos |
| CALDEAMIENTO INESPECÍFICO                 | Activar al individuo en sus diferentes registros (corporal, emocional, racional), activando así su espontaneidad y presencia | Re-exploración de entorno de instrumentos musicales.                                                    | 10 minutos |
| CALDEAMIENTO ESPECÍFICO                   | Introducir la temática central de la sesión, preparando al individuo y al grupo para la profundización en el momento central | Improvisación desde la búsqueda del dialogo de sonoridades con instrumentos elegidos por participantes. | 10 minutos |
| MOMENTO CENTRAL                           | Trabajar la temática central en profundidad                                                                                  | Improvisación para resolución de problemas a través de ejercicios de                                    | 15 minutos |

Propuesta de intervención de Musicoterapia en el tratamiento  
de trastornos depresivos en estudiantes universitarios

|                     |                                                                         |                                                                                         |            |
|---------------------|-------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------|------------|
|                     |                                                                         | empatía con instrumentos elegidos por participantes.                                    |            |
| SHARING / COMPARTIR | Compartir sin interpretar las experiencias de los integrantes del grupo | Exploración de emocionalidad en el otro ¿cómo y cuánto atiende lo que escucho del otro? | 10 minutos |
| DESPEDIDA           | Ritualizar / cerrar                                                     | Cierre musical                                                                          | 5 minutos  |

Fuente: elaboración propia

**Tabla 8.** Actividades sesión 6.

| <b>N° Sesión: 6</b><br><b>Temática: Voz como instrumento de comunicación</b><br><b>Fecha: 10 de Noviembre del 2021</b> |                                                                                                                              |                                                                              |               |
|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------|---------------|
| <b>MOMENTOS</b>                                                                                                        | <b>OBJETIVOS / FUNCIONES</b>                                                                                                 | <b>ACTIVIDADES</b>                                                           | <b>Tiempo</b> |
| BIENVENIDA / SALUDO                                                                                                    | Intencionar la llegada al espacio grupal desde un clima de apertura y confianza                                              | Apertura Musical de bienvenida – Extracto “Tonada para volver”, Camilo Eche. | 10 minutos    |
| Ocupar patio para actividades de movimientos                                                                           | Activar al individuo en sus diferentes registros (corporal, emocional, racional), activando así su espontaneidad y presencia | Relajación progresiva de Jacobson acompañado de música grabada.              | 10 minutos    |
| CALDEAMIENTO ESPECÍFICO                                                                                                | Introducir la temática central de la sesión, preparando al individuo y al grupo para la                                      | Exploración de características vocales y sonoras del cuerpo.                 | 10 minutos    |

|                     |                                                                         |                                                                                                                                                       |            |
|---------------------|-------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------|
|                     | profundización en el momento central                                    |                                                                                                                                                       |            |
| MOMENTO CENTRAL     | Trabajar la temática central en profundidad                             | Improvisación desde la vocalización grupal.                                                                                                           | 15 minutos |
| SHARING / COMPARTIR | Compartir sin interpretar las experiencias de los integrantes del grupo | Exploración desde la emocionalidad. Análisis de experiencia de exploración vocal como herramienta de comunicación y de validación en la cotidianidad. | 10 minutos |
| DESPEDIDA           | Ritualizar / cerrar                                                     | ¿Cómo me voy?                                                                                                                                         | 5 minutos  |

Fuente: elaboración propia

**Tabla 9.** Actividades sesión 7.

| <b>N° Sesión: 7</b><br><b>Temática:</b> Conexión con el sentir y la expresividad como acto de validación<br><b>Fecha:</b> 01 de Diciembre del 2021 |                                                                                                                              |                                                                                  |            |
|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------|------------|
| MOMENTOS                                                                                                                                           | OBJETIVOS / FUNCIONES                                                                                                        | ACTIVIDADES                                                                      | Tiempo     |
| BIENVENIDA / SALUDO                                                                                                                                | Intencionar la llegada al espacio grupal desde un clima de apertura y confianza                                              | Apertura Musical de bienvenida – Extracto “Tonada para volver”, Camilo Eque.     | 10 minutos |
| CALDEAMIENTO INESPECÍFICO                                                                                                                          | Activar al individuo en sus diferentes registros (corporal, emocional, racional), activando así su espontaneidad y presencia | Ejercicio de musicoterapia receptiva, escucha activa de canción enfocada en voz. | 10 minutos |
| CALDEAMIENTO ESPECÍFICO                                                                                                                            | Introducir la temática central de la sesión, preparando al individuo y al grupo para la                                      | Exploración de sonidos a través de la voz                                        | 10 minutos |

|                     |                                                                         |                                                                                                                                                   |            |
|---------------------|-------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------|
|                     | profundización en el momento central                                    |                                                                                                                                                   |            |
| MOMENTO CENTRAL     | Trabajar la temática central en profundidad                             | Improvisación para resolver problemas a través de la creación de letras desde el sentir de momento presente.                                      | 15 minutos |
| SHARING / COMPARTIR | Compartir sin interpretar las experiencias de los integrantes del grupo | Reflexión a partir de la emocionalidad evocada en sesión ¿Cuánto conecto lo que comunico con lo que siento? ¿Cuánto válido mi forma de comunicar? | 10 minutos |
| DESPEDIDA           | Ritualizar / cerrar                                                     | Cierre musical                                                                                                                                    | 5 minutos  |

Fuente: elaboración propia

**Tabla 10.** Actividades sesión 8.

| <b>N° Sesión: 8</b><br><b>Temática:</b> Reconocimiento de logros y cierre de procesos.<br><b>Fecha:</b> 15 de Diciembre del 2021 |                                                                                                                              |                                                                              |            |
|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------|------------|
| MOMENTOS                                                                                                                         | OBJETIVOS / FUNCIONES                                                                                                        | ACTIVIDADES                                                                  | Tiempo     |
| BIENVENIDA / SALUDO                                                                                                              | Intencionar la llegada al espacio grupal desde un clima de apertura y confianza                                              | Apertura Musical de bienvenida – Extracto “Tonada para volver”, Camilo Eque. | 10 minutos |
| CALDEAMIENTO INESPECÍFICO                                                                                                        | Activar al individuo en sus diferentes registros (corporal, emocional, racional), activando así su espontaneidad y presencia | Relajación progresiva de Jacobson acompañada de música grabada.              | 10 minutos |
| CALDEAMIENTO ESPECÍFICO                                                                                                          | Introducir la temática central de la sesión, preparando al individuo                                                         | Exploración de espacio de sesión y búsqueda de                               | 10 minutos |

|                        |                                                                         |                                                                                                                      |            |
|------------------------|-------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------|
|                        | y al grupo para la profundización en el momento central                 | instrumentos significativos durante proceso terapéutico armónicos o de percusión.                                    |            |
| MOMENTO CENTRAL        | Trabajar la temática central en profundidad                             | Improvisación desde técnicas de empatía (imitación y espejo), a través de estructuras melódicas, de percusión y voz. | 15 minutos |
| SHARING /<br>COMPARTIR | Compartir sin interpretar las experiencias de los integrantes del grupo | Reflexión a partir un recorrido por la experiencia en taller ¿qué ha pasado conmigo desde que comencé a asistir?.    | 10 minutos |
| DESPEDIDA              | Ritualizar / cerrar                                                     | Cierre musical “Tonada para volver”, Camilo Eque.                                                                    | 5 minutos  |

Fuente: elaboración propia.

#### 3.4.5. Documentación y análisis de datos

Para el registro del proceso de intervención se confeccionó una hoja de observación individual para cada participante (Anexo D), la cual presenta tres ítems de observación - emocional, social y musical-, y la frecuencia de observación de conductas asociadas a esas áreas durante las sesiones –nunca, regularmente y siempre-, para poseer una apreciación subjetiva desde la lógica de observación participante por parte del terapeuta. Los datos de la observación de cada estudiante se sintetizaron en una hoja de observación global (Anexo G, H, I y J). Junto con esto, y posterior a la finalización del taller se aplicaron dos instrumentos. El primero de estos correspondió a la escala de depresión PHQ-9 -Patient Health Questionnaire-, con el fin de evaluar la sintomatología depresiva acorde a las últimas dos semanas del proceso de intervención, y comparar los puntajes en relación a los resultados obtenidos en la aplicación de la escala previo al comienzo del taller. El segundo instrumento, se trató de la confección de una encuesta de finalización de taller de tipo Likert (Anexo E), en la cual a través de un proceso de elaboración de tres dimensiones –emocional, social y musical-, se preguntó

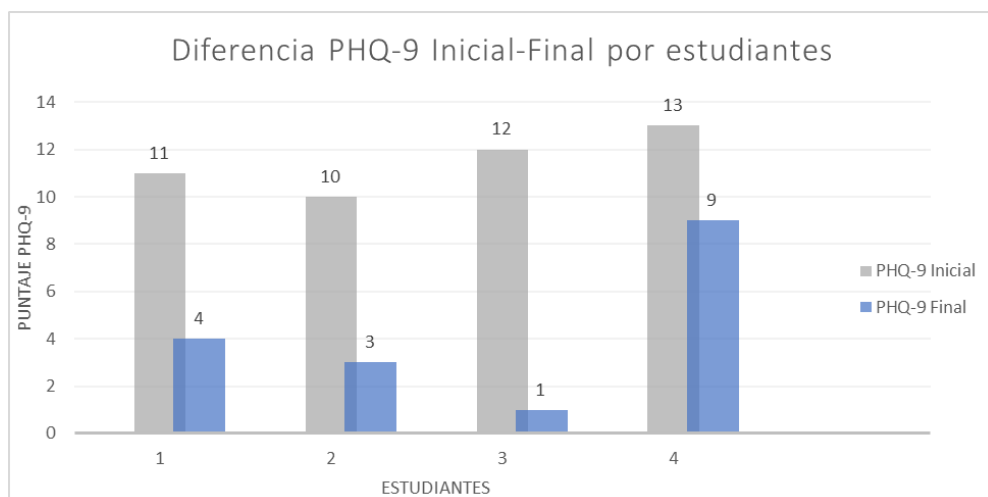
a los participantes su percepción del proceso de intervención según diez indicadores extraídos de las dimensiones, las cuales se valoraban en una escala de frecuencia de cinco niveles –nunca, casi nunca, regularmente, casi siempre y siempre-.

## 4. Resultados

Los resultados del proceso de intervención se exponen de acuerdo al objetivo general, y los objetivos específicos propuestos para el proceso de intervención, los cuales se desglosan a continuación. Cabe destacar que, durante el proceso de intervención, uno de los participantes (estudiante 5), tuvo que ser abandono de las sesiones debido a un compromiso laboral y académico que no pudo postergar, el cual fue avisado de manera oportuna con el profesional a cargo y al resto de los participantes. Es por ello, que la muestra de los resultados se realizó con los datos de las demás estudiantes que completaron el proceso.

### 4.1. Sintomatología depresiva según PHQ-9

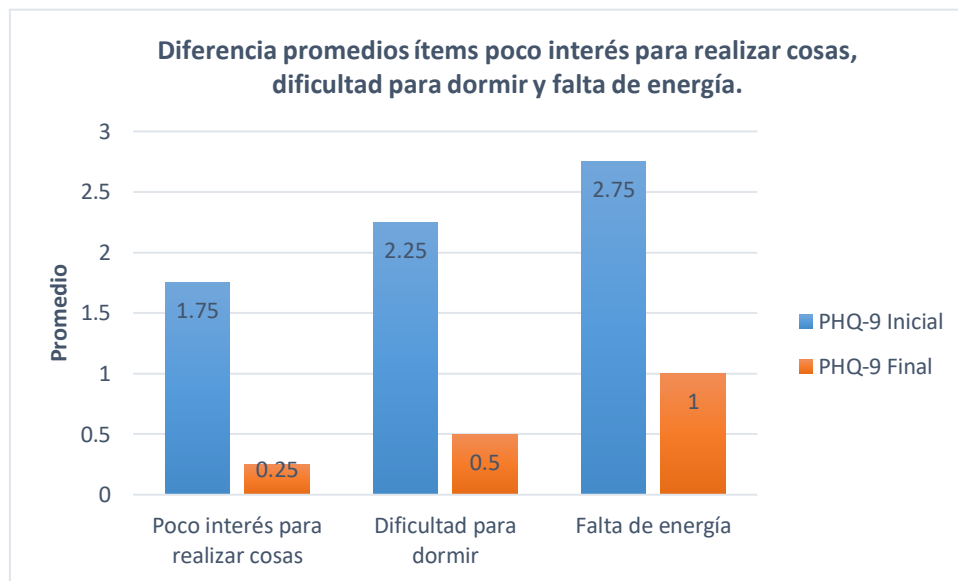
En relación a los criterios de gravedad evaluados por la escala PHQ-9, se realizó una comparación de las escalas aplicadas al inicio del taller –evaluando la sintomatología de las dos semanas previas a la primera sesión-, y una semana después de la sesión de cierre –evaluando la sintomatología desde la última semana del taller-. De acuerdo al puntaje general obtenido, se aprecia una disminución significativa de la sintomatología depresiva por parte de todas las estudiantes, dando cuenta que, según los criterios de gravedad, la totalidad de las evaluadas se encuentra en un nivel de categoría leve o mínimo, obteniendo un puntaje total menor o igual a 9 tal como muestra la figura 2.



**Figura 2.** Diferencia PHQ-9 Inicial-Final por estudiantes

Fuente: elaboración propia.

En cuanto a los ítems de la escala que tuvieron una mayor diferencia significativa, fueron aquellos relacionados con los ítems 1, 3 y 4, los cuales hacen referencia al poco interés o placer para realizar cosas, dificultad para quedarse dormido o dormir demasiado, y a sentirse cansado/a o con falta de energía respectivamente.



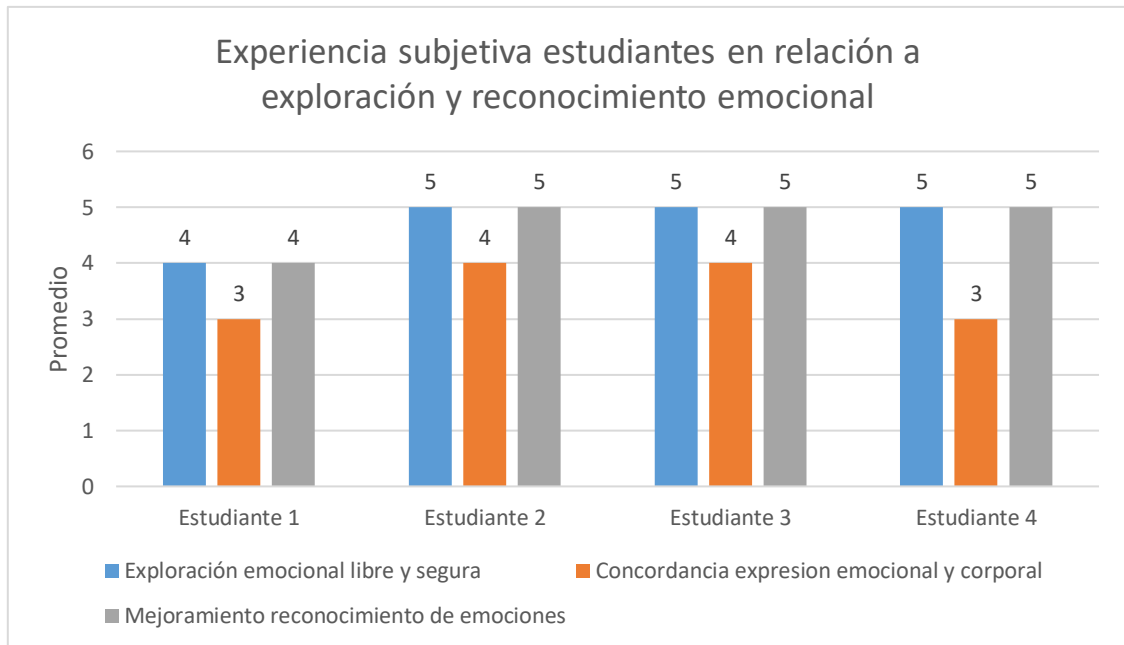
**Figura 3.** Diferencia promedios ítems 1, 2 y 3.

Fuente: elaboración propia.

#### 4.2. Exploración y reconocimiento de emociones

En referencia al objetivo de potenciar la exploración y reconocimiento de emociones, se tomaron como indicadores los siguientes ítems de la encuesta tipo Likert de finalización del taller: exploración emocional libre y segura, concordancia expresión emocional y corporal, y mejoramiento reconocimiento de emociones. En la figura 4 se pueden encontrar las puntuaciones efectuada por los participantes, donde se destaca el alto nivel de frecuencia de aparición de los enunciados de acuerdo a su experiencia personal. Junto con esto, se aprecia también que, uno de las principales dificultades que encontraron los participantes respecto a esta área, guarda relación con la capacidad de poder hacer consciente su expresión corporal (gestual, facial, etc.) en concordancia con sus emociones percibidas en el momento. Estos resultados se corroboran también con las hojas de observación individuales, en donde las

estudiantes 1 y 4 (ver anexos G y J), también presentaron algunas dificultades en la lógica de expresión corporal. Interesante resulta lo expuesto por la estudiante 2 (ver anexo H), que, si bien en la observación individual se apreciaba una dificultad para conectar desde lo corporal, su experiencia subjetiva demuestra lo contrario.

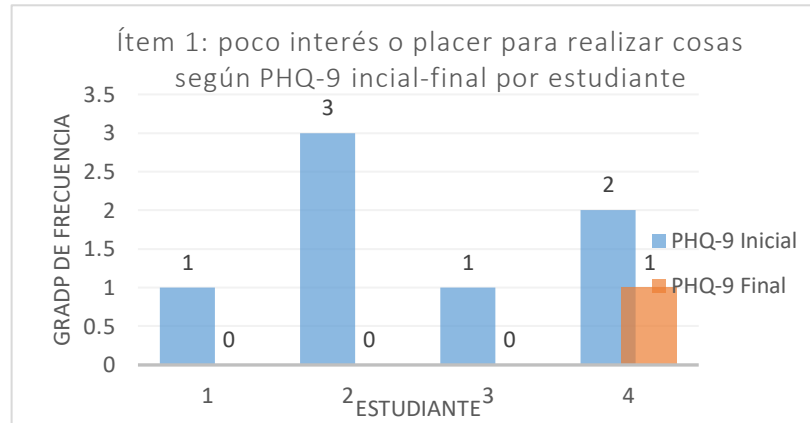


**Figura 4.** Experiencia subjetiva de estudiantes en referencia a la exploración y reconocimiento de emociones

Fuente: elaboración propia.

#### 4.3. Aumentar interés y procesos de disfrute

Para la evaluación de este objetivo, se tomó como un indicador el ítem 1 de la escala PHQ-9, relacionada a la frecuencia de molestias asociadas al poco interés o placer para realizar cosas. En la figura 5 se muestran las diferencias en los puntajes luego del proceso de intervención, donde se evidencia una disminución en el grado de frecuencia en las que se presentaba desinterés o anhedonia durante el día en todas las estudiantes. Se recalca en éste ámbito los resultados de la estudiante 2, quien pasa de iniciar con una frecuencia de 3 -más de la mitad de los días- a una frecuencia de 0 -ningún día-.



**Figura 5.** Diferencia PHQ-9 inicial y final en relación a ítem uno por estudiante.

Fuente: elaboración propia

En relación a la experiencia subjetiva de disfrute durante las sesiones, tal como lo indica la tabla 11, la mayoría de las estudiantes refiere un alto grado de disfrute durante las sesiones. Estos resultados en comparación con las hojas de observación globales (ver anexos G, H, I y J), se percibe que demuestran y ratifican esta tendencia, sin embargo, se aprecia que los procesos de disfrute generalmente aumentaban con el paso de las sesiones, con lo cual también disminuían la muestras de displacer o emociones negativas.

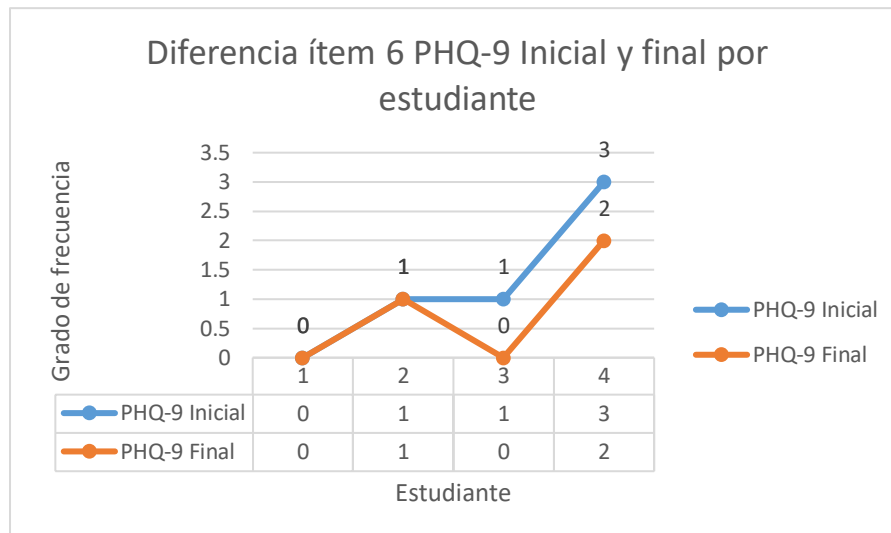
**Tabla 11.** Grado de disfrute en sesión por estudiante según encuesta de finalización de taller.

| Estudiante | Grado de disfrute en sesión |
|------------|-----------------------------|
| 1          | 5                           |
| 2          | 5                           |
| 3          | 5                           |
| 4          | 4                           |

Fuente: elaboración propia.

#### 4.4. Aumentar autoestima

En referencia al objetivo de aumentar la autoestima, se tomó como referencia, primero, las diferencias expuestas en el ítem 6 de la escala PHQ-9, la cual hace mención a la frecuencia en la cual la persona se ha sentido mal con sí mismo o con su familia desde la perspectiva del fracaso. Como se muestra en la figura 6, la percepción en esta área presenta una distribución heterogénea en cada participante, no evidenciando cambios significativos luego de la finalización del taller en relación al inicio de éste.

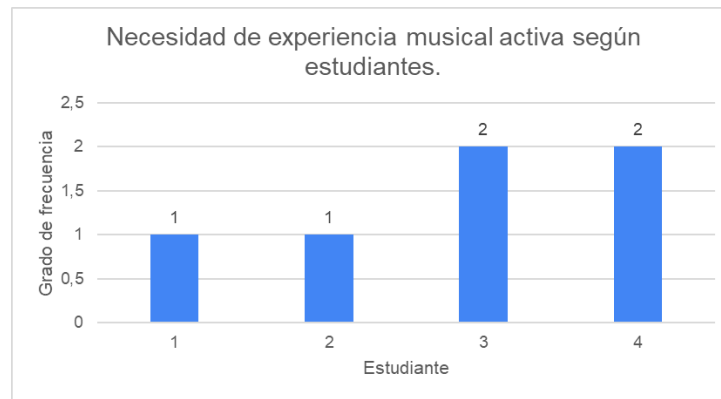


**Figura 6.** Diferencias ítem 6 PHQ-9 Inicial-final por estudiante.

Fuente: elaboración propia.

En segundo lugar, respecto a la experiencia subjetiva en relación a la autoestima, Roa (2013) refiere que la autoestima presenta algunas características que pudiesen presentar una alta o baja presencia de esta. En relación a la primera podemos encontrar actitudes tales como tomar iniciativa, afrontar nuevos retos, mostrar tolerancia a la frustración y mostrar amplitud de emociones y sentimientos. Por el contrario, algunas cualidades que muestran una baja autoestima tiene relación con el temor a enfrentar nuevos desafíos, baja tolerancia a la frustración, baja capacidad para relacionarse.

Según lo mencionado anteriormente, según la figura 7, se muestra que, según la percepción de las estudiantes, la necesidad de una experiencia musical activa previa no fue una limitante para la participación y desempeño en las sesiones del taller. Además, de acuerdo a la hoja de observación global (ver anexos G, H, I y J), se aprecia durante todo el proceso de intervención un aumento en la expresión emocional durante las sesiones por parte de todos los estudiantes, junto con una participación activa durante las improvisaciones que va creciendo conforme el paso de las sesiones. Sumado a lo anterior, tal como muestra la figura 4, también podemos encontrar en la encuesta de finalización de taller aspectos positivos en relación a los aspectos de expresión emocional libre y segura, y mejoramiento en el reconocimiento de emociones.



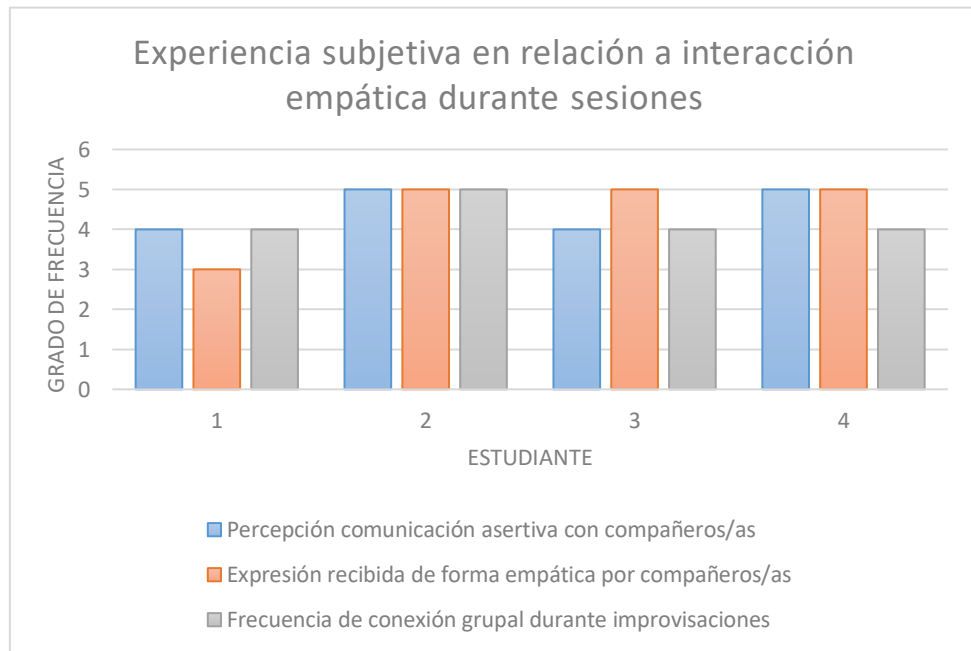
**Figura 7.** Percepción de la necesidad de experiencia musical activa previa según estudiantes.

Fuente: elaboración propia.

#### 4.5. Favorecer interacción empática

Para conocer los resultados en relación a este objetivo, se tomaron los indicadores de la encuesta de finalización de taller. Tal como muestra la figura 7, se observa que, en referencia a la experiencia subjetiva de los estudiantes, hubo en general una valoración general positiva respecto a las áreas de relacionadas a la interacción empática durante las sesiones. Se visualiza, sin embargo, que las puntuaciones más bajas corresponden a la estudiante 1, que tal como se puede ver en el anexo G, es la participante que faltó a tres sesiones durante el taller, -primera, cuarta y octava sesión-, y en la cual se ve reflejada que, si bien había una expresión emocional que se apreció bastante genuina y libre durante las sesiones, era visible en ocasiones algún tipo de desconexión frente a la improvisación grupal. Por otra parte, en relación a la estudiante 2, si bien en la observación individual global se visualiza desde una actitud más pasiva en la generación de una cohesión grupal, su percepción es alta en referencia a la conexión grupal y su asertividad en la comunicación con pares. En el caso de la estudiante 3, se puede observar que, tanto en el desempeño observado como en la percepción individual, hay una correlación en la que se busca de una forma asertiva la cohesión y conexión grupal durante las sesiones. En tanto que la estudiante 4, si bien, presenta una alta percepción en cuanto a la comunicación asertiva y recepción empática por parte de

sus compañeras, al igual que en la observación de su desempeño, se aprecia una leve dificultad en la conexión con sus pares durante la improvisación grupal.



**Figura 8.** Experiencia subjetiva en relación a la interacción empática durante las sesiones.

Fuente: elaboración propia.

## 5. Discusión

Eyre (2016) refiere que los pacientes con depresión suelen demostrar estados asociados a un aplanamiento afectivo y baja energía, y que en la interacción musical suelen demostrar las mismas dificultades que presentan en el ámbito de interacciones sociales y vínculos afectivos. En la experiencia expuesta en el presente trabajo es posible evidenciar que, si bien durante el inicio de proceso la totalidad de las participantes presentaba un criterio moderado de depresión, al final de este hubo una disminución significativa de esta sintomatología, lo cual se pudiese explicar por los siguientes factores:

### 5.1. Improvisación como forma de exploración y regulación emocional

El proceso de intervención, como se expuso en el apartado de diseño metodológico, tiene una base desde la improvisación metafórica de Katsh y Merle-Fishman, combinando la improvisación y la discusión verbal (Bruscia, 1999) con aspectos propuestos de Mateo-Hernandez, y psicodrama. Como se mostró, las sesiones fueron planificadas de tal forma de

proveer una serie de experiencias que permitieran a los participantes, que en su mayoría no tenían una experiencia musical previa ni de musicoterapia -grupal o individual-, un acercamiento gradual a la experiencia de improvisación.

En cuanto a este concepto, que según la literatura se entiende como el uso de la creación espontánea de música para apoyar o direccionar la experiencia musical o emocional de la persona en el aquí y ahora (Katsh y Merle-Fishman en Bruscia, 1999; Eyre, 2016), fue uno de los elementos catalizadores que permitieron obtener los resultados expuestos previamente. En base a esto, se entiende que la implicancia progresiva de los participantes a través de experiencias de improvisación exploratorias y ligeras –como el reconocimiento de instrumentos y sonoridades, o la improvisación para movilizar el afecto-, a experiencias más avanzadas de improvisación -como la improvisación para resolver problemas o el uso y creación de letras-, hayan sido factores que generaron un mayor impacto en el proceso de reconocimiento y expresión emocional.

Junto con esto, la incorporación del discurso verbal durante las sesiones desde la premisa de que las improvisaciones son “metáforas” para la vida emocional del paciente (Katsh y Merle-Fishman en Bruscia, 1999), favorecieron la toma de consciencia respecto a la experiencia musical, desde la perspectiva individual y de interacción con otro, que pudo ser expresada tanto en las instancias de improvisación como de compartir grupal. Esto tendría su repercusión en los resultados asociados a expresión y reconocimiento emocional, además de aquellos asociados a una interacción empática con pares. Lo anterior, pudiese entenderse también como un aumento en las características comprensivas y reflexivas de la regulación emocional, que según algunos autores se podría visualizar de forma análoga al de inteligencia emocional (Vargas & Muñoz, 2013).

## 5.2. Grupalidad y musicoterapia

Otro factor relevante en la presente investigación guarda relación con el concepto de grupalidad, específicamente a como señalan Isabel, Henao María & Valencia (2015) a la grupalidad que sana, entendida como aquellas representaciones y subjetividades de cada persona que pertenece a un grupo, que contribuye a un proceso de sanación –individual y grupal-, reparando contenidos emocionales dolorosos y traumáticos. Esta conceptualización puede entenderse como un espacio que requiere aún mayor exploración y análisis, sin

embargo, acorde a los resultados expuestos se aprecia desde la observación y la experiencia individual de las participantes, como el factor de grupo proporciona una experiencia de intervención y de interacción entre pares positiva, favoreciendo los elementos de una interacción empática y de conexión grupal durante las improvisaciones.

De la misma forma, en relación a las características de la psicoterapia de grupo, tal como lo plantea Moreno (en Gonzales, 1999), existen varias premisas que la sostienen, como la producción en el aquí y ahora, la espontaneidad y una comunicación libre. Elementos que, según lo planteado en el diseño de la intervención, se encuentran presentes y que se correlacionan con los resultados asociados a expresión y reconocimiento emocional y percepción de conexión grupal a lo largo de las sesiones.

## 6. Conclusiones

De acuerdo a los objetivos propuestos en la investigación, se pueden llegar a las siguientes conclusiones:

En referencia al objetivo general, que hace referencia a la descripción de los resultados de intervención de musicoterapia para estudiante universitarios con el diagnóstico de depresión, podemos explicitar que se pudo cumplir con el objetivo propuesto. Se reconoce para el caso estudiado, una disminución general en la sintomatología asociada a la depresión según la escala PHQ-9, principalmente relacionadas al poco interés para la realización de actividades, dificultad para dormir y falta de energía. De forma paralela, y si bien debido al diseño metodológico los resultados no extrapolables, si se aprecia desde la observación estandarizada y la percepción subjetiva de los participantes, un favorecimiento en los procesos de exploración, reconocimiento y regulación emocional.

En relación a la descripción de las conceptualizaciones y características asociadas a la depresión, podemos referir que, junto con la exploración y revisión de literatura actual y científicamente aceptada –como es el caso del DSM-V-, también se refuerzan dos ideas importantes. Por un lado, se establece la relevancia de seguir potenciando las diversas terapias complementarias – ya sea musicoterapia, arteterapia, danzaterapia, psicodrama-, como herramientas necesarias y con profesionales que formen parte de equipos interdisciplinarios en el tratamiento de patologías de salud mental, tanto en el ámbito público como privado. Por otro lado, reconociendo el contexto epidemiológico de la población

universitaria chilena en relación a la prevalencia de enfermedades de salud mental, y la lógica de trabajo existente en esta área en la Universidad Austral de Chile, es que se reconoce la Musicoterapia como una herramienta eficaz en el proceso de tratamiento de la depresión para estudiantes que sean parte de los equipos de salud mental de dicha casa de estudios. Lo cual plantea la posibilidad de experiencias similares replicables en otras universidades chilenas.

En cuanto a los objetivos de identificar las perspectivas teóricas de la musicoterapia en el área de salud mental, y la aplicación de técnicas de musicoterapia en el trastorno depresivo, podemos dar cuenta de que fueron objetivos que no tuvieron una perspectiva global de las diversas premisas de intervención, sino más bien la investigación se centró en la musicoterapia activa. Específicamente, el estudio se centró en las bases de la improvisación metafórica, que, sumado a otras propuestas de diseño de intervenciones de musicoterapia, y siguiendo la directriz de la American Musical Therapy Association, podemos dar cuenta de un proceso de musicoterapia grupal activa que presenta resultados alentadores en cuanto a la continuación de la investigación en musicoterapia.

## 7. Limitaciones

Dentro de las limitaciones que se encuentran en el presente trabajo, guarda relación con el tiempo de intervención realizado, el cual puede ser muy acotado para expectativas de otros formatos de grupo. Además, la suma de factores asociados tanto al contexto sanitario como al académico, generaron en algunos momentos del proceso, una discontinuidad que, en este tipo de intervenciones, son factores de riesgo para el compromiso terapéutico. Sumado a lo anterior, es importante recalcar que la totalidad de los participantes se encontraba durante el proceso de musicoterapia con una buena adherencia farmacológica, lo cual implica que los resultados expuestos, especialmente la sintomatología asociada a la depresión, pueden estar influidos por este factor.

Junto con esto, al corresponder el diseño metodológico un estudio de caso, los resultados no son extrapolables o generalizables a la población específica estudiada, debido a que el análisis corresponde a la experiencia de los participantes de la presente investigación.

## 8. Prospectiva

Reconociendo una de las limitaciones enunciadas en el apartado anterior, en relación al diseño metodológico del trabajo, es que surge como una proyección la necesidad de seguir generando investigación en relación a los aportes que puede hacer la musicoterapia en población universitaria como herramienta de intervención y/o prevención en salud mental. Al respecto, surge como propuesta interesante continuar con lineamientos de investigación asociada a los usos de la musicoterapia activa –como la improvisación metafórica-, a través metodologías cuantitativas, que posean grupo control, de manera de poder extrapolar de una forma estadísticamente significativa los resultados de estos procesos, además de seguir con una investigación más acabada acerca de la importancia de la grupalidad en los procesos de musicoterapia con grupos.

## Referencias bibliográficas

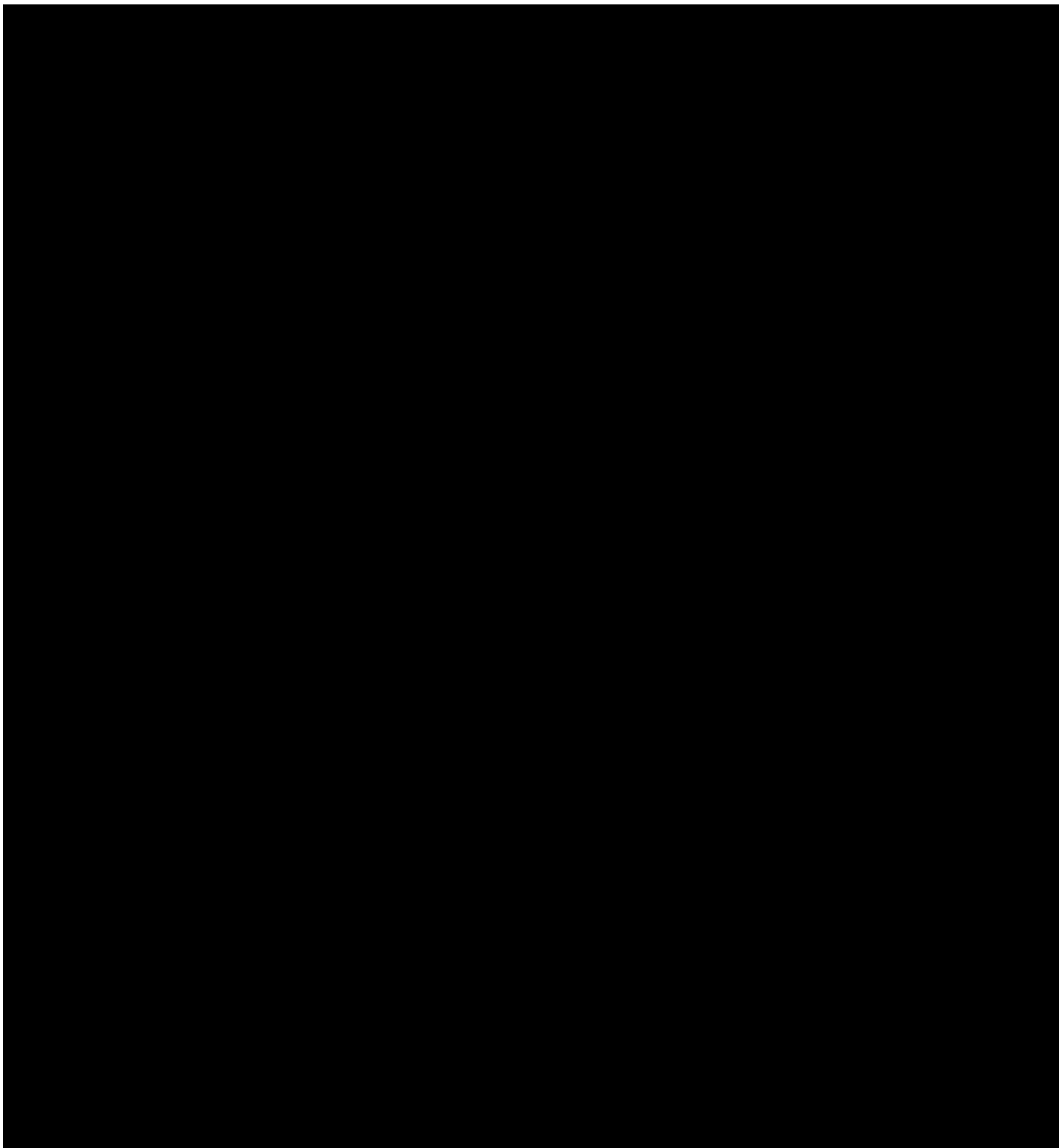
- Alamo, C. P., Baader, T. M., Rojas, C. C., Molina, J. L. F., Gotelli, M. V., Fierro, C. F., Venezian, S. B., & Dittus, P. B. (2014). Diagnóstico de la prevalencia de trastornos de la salud mental en estudiantes universitarios y los factores de riesgo emocionales asociados. *Revista Chilena de Neuro-Psiquiatria*, 52(3), 167–176. <https://doi.org/10.4067/S0717-92272014000300004>
- Álamo, C. Bejer, T., Bagladi, V., Cárcamo, N., San Martín, D. & Fischer, M. (2017) Perfil integrativo de pacientes de salud mental atendidos en el Centro de Salud Universitario de la Universidad Austral de Chile. *Actualizaciones en Psicoterapia*.
- Antúñez Sanhueza, Z., & Vinet, E. V. (2013). Problemas de salud mental en estudiantes de una universidad regional chilena. *Revista Medica de Chile*, 141(2), 209–216. <https://doi.org/10.4067/S0034-98872013000200010>
- Anchústegui, C. (s.f.) Apuntes sobre las fases del psicodrama. Instituto Español de Psicoterapia y Psicodrama Psicoanalítico. <http://www.psicodrama.eu/archivo/41.pdf>
- Baader M, Tomas, Molina F, José Luis, Venezian B, Silvia, Rojas C, Carmen, Farías S, Renata, Fierro-Freixenet, Carlos, Backenstrass, Mathias, & Mundt, Christoph. (2012). Validación y utilidad de la encuesta PHQ-9 (Patient Health Questionnaire) en el diagnóstico de depresión en pacientes usuarios de atención primaria en Chile. *Revista chilena de neuro-psiquiatría*, 50(1), 10-22. <https://dx.doi.org/10.4067/S0717-92272012000100002>
- Blanco Lopez. J.J. (2012). Musicoterapia como alternativa terapéutica en la depresión. (Tesis de maestría). Universidad de San Carlos de Guatemala. Facultad de Ciencias Médicas.
- Botto, A., Acuña, J., & Jiménez, J. P. (2014). *La depresión como un diagnóstico complejo. Implicancias para el desarrollo de recomendaciones clínicas*. 1297–1305.
- Bruscia, K. (1999). *Modelos de improvisación en musicoterapia* (pp. 215-224; 231-235). Vitoria: Morata.
- Cabañes Iranzo. C, De la Rubia Ortí. J.E, Sancho Espinós.P. (2014). Impacto fisiológico de la musicoterapia en la depresión, ansiedad, y bienestar del paciente con demencia tipo Alzheimer. Valoración de la utilización de cuestionarios para cuantificarlo. *Eur. J. investig. health psycho. Educa*. 4(2).131-140

- Casamúsica (2022, 08 de Enero) *Nuestra escuela*. <https://www.casamusicavaldivia.cl/escuela>
- Darío Gallardo, R. (2012). Musicoterapia y salud mental: prevención, asistencia y rehabilitación. Ugerman Editor. <https://bv.unir.net:2769/es/lc/unir/titulos/78906>
- De Cunto Taets. G.G, Mendes Abreu. A.M, Marques Capella. M.A, Tavares Jomar. R.(2019). Efecto de la musicoterapia sobre el estrés de dependientes químicos: estudio cuasi- experimental. Revista Latino-Americana Enfermagem. 27. Doi: 10.1590/1518-8345.2456.3115
- Eyre, L. (Ed.). (2016). *Guía para la práctica de la musicoterapia en la salud mental : Selecciones*. ProQuest Ebook Central <https://bv.unir.net:2056>
- Gonzales, J. (1999). Jacob Moreno. En *Psicoterapia de grupos: teoría y técnicas a partir de diferentes escuelas psicológicas*. (pp. 199-222) El manual moderno.
- Isabel, D., Henao, G., María, L., & Valencia, P. (2015). Groupality: a path next to each other as potential psychic healing. *Tesis Psicológica*, 10(1), 132–143.
- Langenberg, M., Frommer, J. y Tress, W. (1993). A Qualitative Research Approach to Analytical Music Therapy. *Music Therapy*, 12(1), 59-84. <https://doi.org/10.1093/mt/12.1.59>
- La cuerda (s.f). *Camilo Eque: Tonada para volver*. [https://acordes.lacuerda.net/camilo\\_eque/tonada\\_para\\_volver.shtml](https://acordes.lacuerda.net/camilo_eque/tonada_para_volver.shtml)
- Mateos Hernández, L. A. (2004). Actividades musicales para atender a la diversidad (pp. 15-22). Madrid: ICCE.
- Oncology Nursing Society (s.f). *Patient Health Questionnaire (PHQ9): Spanish*. Consultado el 02 de Marzo 2021. <https://www.ons.org/assessment-tools/patient-health-questionnaire-phq9-spanish>
- Roa, A. (2013). La educación emocional, el autoconcepto, la autoestima y su importancia en la infancia. *Edetania: Estudios y Propuestas Socio-Educativas*, 44, 241–258.
- Roussos, Andrés J. (2007). El diseño de caso único en investigación en psicología clínica. Un vínculo entre la investigación y la práctica clínica. *Revista Argentina de Clínica Psicológica*, XVI(3),261-270.[fecha de Consulta 2 de Febrero de 2022]. ISSN: 0327-6716. Disponible en: <https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=281921790006>

Saldivia, Sandra, Aslan, Joseph, Cova, Félix, Vicente, Benjamín, Inostroza, Carolina, & Rincón, Paulina. (2019). Propiedades psicométricas del PHQ-9 (Patient Health Questionnaire) en centros de atención primaria de Chile. *Revista médica de Chile*, 147(1), 53-60.  
<https://dx.doi.org/10.4067/S0034-98872019000100053>

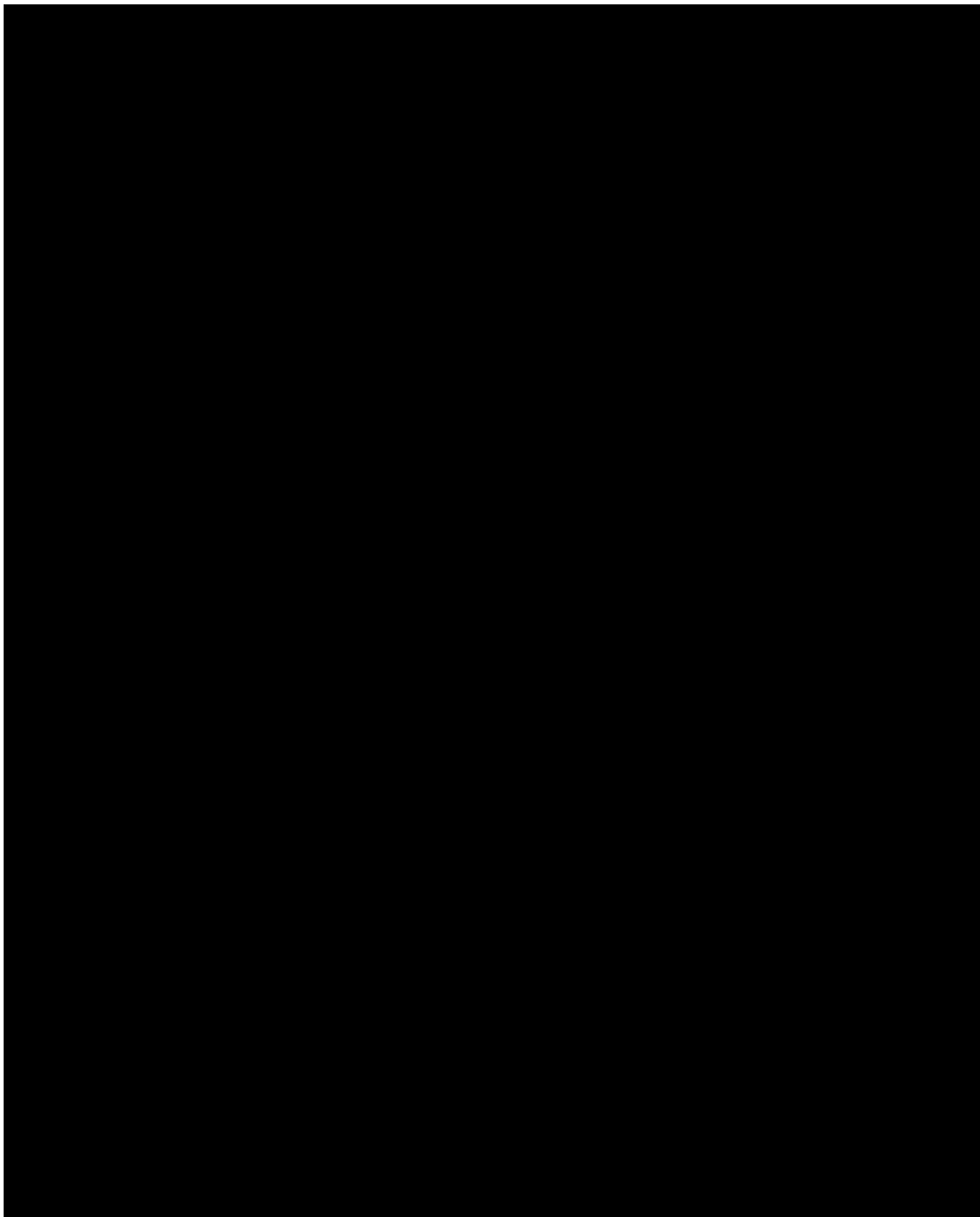
Vargas, M., & Muñoz, M. (2013). La regulación emocional. *Psicología USP*, 24(2), 225–240.

## Anexo A. Consentimiento Informado





## **DECLARACIÓN DE CONSENTIMIENTO**



## Anexo B. Cuestionario de preferencias musicales

| <b>CUESTIONARIO DE PREFERENCIAS MUSICALES</b>                     |         |             |           |
|-------------------------------------------------------------------|---------|-------------|-----------|
| Nombre de la persona participante en musicoterapia:               |         |             |           |
| 1.- ¿Le gusta la música?    SI    NO                              |         |             |           |
| 2.- ¿Cuál es su música preferida?                                 |         |             |           |
| Clásica                                                           | Ópera   | Trap        | Reggeaton |
| Baladas                                                           | Hip-hop | Cantautores | Folk      |
| Jazz                                                              | Blues   | Rock        | Latina    |
| Otras...                                                          |         |             |           |
| 3.- ¿Tiene algún cantante, grupo musical o compositor preferido?  |         |             |           |
| 4.- ¿Cuál es su instrumento musical preferido? ¿Ha tocado alguno? |         |             |           |
| 5.- ¿Cuáles son tus experiencias musicales?                       |         |             |           |
| 5.- ¿Hay algún tipo de música que no le guste especialmente?      |         |             |           |

Fuente: Elaboración propia.

## Anexo C. Escala de depresión PHQ-9

| CUESTIONARIO DE LA SALUD DEL PACIENTE-<br>9<br>(PHQ-9)                                                                                                                      |       |                |                                      |                        |
|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------|----------------|--------------------------------------|------------------------|
| Durante las últimas dos semanas ¿con qué frecuencia<br>tuvo molestias por cualquiera de los siguientes<br>problemas?<br>(Marque su respuesta con una "X")                   | Nunca | Varios<br>días | Más de<br>la mitad<br>de los<br>días | Casi todos<br>los días |
| 1. Poco interés o placer en hacer cosas                                                                                                                                     | 0     | 1              | 2                                    | 3                      |
| 2. Sentirse decaído/a, deprimido/a, o desesperanzado/a                                                                                                                      | 0     | 1              | 2                                    | 3                      |
| 3. Dificultad para dormir o permanecer dormido o dormir<br>demasiado                                                                                                        | 0     | 1              | 2                                    | 3                      |
| 4. Sentirse cansado/a o con poca energía                                                                                                                                    | 0     | 1              | 2                                    | 3                      |
| 5. Con poco apetito o comer demasiado                                                                                                                                       | 0     | 1              | 2                                    | 3                      |
| 6. Sentirse mal consigo mismo o sentir que uno es un fracaso<br>o que le ha fallado a su familia o a sí mismo                                                               | 0     | 1              | 2                                    | 3                      |
| 7. Dificultad para concentrarse en cosas, tales como leer el<br>diario o ver la televisión                                                                                  | 0     | 1              | 2                                    | 3                      |
| 8. ¿Se ha movido o hablado más lentamente que otras<br>personas lo notaron? O por el contrario — ha estado más<br>inquieto/a e intranquilo/a, moviéndose más de lo habitual | 0     | 1              | 2                                    | 3                      |
| 9. Pensamientos de que usted estaría mejor muerto/a, o de<br>hacerse daño a sí mismo/a de alguna manera                                                                     | 0     | 1              | 2                                    | 3                      |

FOR OFFICE CODING 0 +      +      +       
=Total Score:     

---

Si usted tuvo molestias por alguno de los problemas mencionados, ¿Cuánta dificultad le causaron  
estos problemas para hacer su trabajo, encargarse de las tareas del hogar o llevarse bien con otras  
personas?

|                                                   |                                                      |                                                 |                                                     |
|---------------------------------------------------|------------------------------------------------------|-------------------------------------------------|-----------------------------------------------------|
| Ninguna<br>dificultad<br><input type="checkbox"/> | Un poco de<br>dificultad<br><input type="checkbox"/> | Mucha<br>dificultad<br><input type="checkbox"/> | Extremada<br>dificultad<br><input type="checkbox"/> |
|---------------------------------------------------|------------------------------------------------------|-------------------------------------------------|-----------------------------------------------------|

Desarrollada por los doctores Robert L. Spitzer, Janet B. Williams, Kurt Kroenke y colegas con una donación de Pzifer Inc.  
No es necesario ningún permiso para reproducir, traducir, mostrar o distribuir.

Fuente: [www.ons.org](http://www.ons.org)

## Anexo D. Hoja de observación individual

**Hoja de Observación Individual**  
**Taller de Musicoterapia CESU-UACH**

| <b>Hoja de Observación</b>                                                                         |                 |                 |                 |                 |                 |                 |                 |                 |
|----------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------|-----------------|-----------------|-----------------|-----------------|-----------------|-----------------|-----------------|
| <b>Nombre:</b>                                                                                     | <b>Sesión 1</b> | <b>Sesión 2</b> | <b>Sesión 3</b> | <b>Sesión 4</b> | <b>Sesión 5</b> | <b>Sesión 6</b> | <b>Sesión 7</b> | <b>Sesión 8</b> |
| <b>Área Emocional</b>                                                                              |                 |                 |                 |                 |                 |                 |                 |                 |
| Se expresa emocionalmente durante sesión                                                           |                 |                 |                 |                 |                 |                 |                 |                 |
| Estado emocional favorece desarrollo de sesión                                                     |                 |                 |                 |                 |                 |                 |                 |                 |
| Demuestra una actitud corporal acorde a estado emocional                                           |                 |                 |                 |                 |                 |                 |                 |                 |
| Displacer o demuestra sentimientos negativos                                                       |                 |                 |                 |                 |                 |                 |                 |                 |
| Disfruta y/o da señales de un estado de ánimo elevado                                              |                 |                 |                 |                 |                 |                 |                 |                 |
| <b>Área Social</b>                                                                                 |                 |                 |                 |                 |                 |                 |                 |                 |
| Se comunica de manera asertiva con los demás integrantes                                           |                 |                 |                 |                 |                 |                 |                 |                 |
| Favorece sentimiento y experiencia de grupalidad a través de sus acciones/actitudes/intervenciones |                 |                 |                 |                 |                 |                 |                 |                 |
| Interactúa de una forma empática con integrantes del grupo y/o terapeuta                           |                 |                 |                 |                 |                 |                 |                 |                 |
| Atiende e interactúa con los demás integrantes del grupo                                           |                 |                 |                 |                 |                 |                 |                 |                 |
| <b>Área Musical</b>                                                                                |                 |                 |                 |                 |                 |                 |                 |                 |
| Favorece proceso de cohesión musical grupal                                                        |                 |                 |                 |                 |                 |                 |                 |                 |
| Participa activamente de exploración musical                                                       |                 |                 |                 |                 |                 |                 |                 |                 |
| Participa activamente de improvisaciones grupales                                                  |                 |                 |                 |                 |                 |                 |                 |                 |

**a. Escala de frecuencia de actitudes.**

| Nunca | Regularmente | Siempre |
|-------|--------------|---------|
| 0     | 1            | 2       |

Fuente: Elaboración propia.

## Anexo E. Cuestionario finalización de taller

### Cuestionario Finalización Taller de Musicoterapia

CESU-UACH

**Nombre:**

Gracias por participar del primer taller de Musicoterapia realizado en CESU-UACH. Espero que haya sido un proceso significativo y beneficioso para ti.

Me gustaría conocer tu opinión para reconocer que factores han influido en la experiencia del taller. Por favor, rellena esta breve encuesta y dinos qué piensas.

| ¿Qué opinas de las siguientes aseveraciones? Encierra en un círculo la que se acerque más a tu percepción.          | Nunca | Casi nunca | Regularmente | Casi Siempre | Siempre |
|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------|------------|--------------|--------------|---------|
| ¿Consideras que fue un espacio donde pudiste expresar tus emociones de una forma libre y segura?                    | 1     | 2          | 3            | 4            | 5       |
| ¿Con que frecuencia consideras que hubo una concordancia entre tu expresión corporal y emocional?                   | 1     | 2          | 3            | 4            | 5       |
| ¿Sientes que disfrutaste de tu participación durante las sesiones?                                                  | 1     | 2          | 3            | 4            | 5       |
| ¿Sientes que pudiste mejorar tu reconocimiento de tus emociones?                                                    | 1     | 2          | 3            | 4            | 5       |
| Las temáticas conversadas fueron pertinentes al proceso grupal e individual                                         | 1     | 2          | 3            | 4            | 5       |
| ¿Consideras que tuviste una comunicación asertiva y fluida con tus compañeros/as?                                   | 1     | 2          | 3            | 4            | 5       |
| ¿Con que frecuencia te sentiste acogido en el espacio grupal?                                                       | 1     | 2          | 3            | 4            | 5       |
| ¿Consideras que lo que expresabas verbal o no verbalmente era recibido de una forma empática por tus compañeros/as? | 1     | 2          | 3            | 4            | 5       |
| ¿Qué tan frecuente sentiste una conexión grupal durante las experiencias musicales de improvisación?                | 1     | 2          | 3            | 4            | 5       |
| ¿Consideras necesaria la experiencia musical previa para el desempeño en el taller?                                 | 1     | 2          | 3            | 4            | 5       |

¿Tienes algún otro comentario sobre el taller o las sesiones en general?

¿Tienes alguna sugerencia sobre el taller?

Fuente: Elaboración propia.

## Anexo F. Partitura “Tonada para volver” – Camilo Eque

### Tonada para Volver

Camilo Eque

G#6m7      F#4m7      B7\*

|             |         |        |
|-------------|---------|--------|
| E  - [0] -- | -(0) -- | - 0 -- |
| B  - 0 --   | - 0 --  | - 0 -- |
| G  - 4 --   | - 2 --  | - 2 -- |
| D  - 4 --   | - 2 --  | - 1 -- |
| A  - x --   | - x --  | - 2 -- |
| E  - 4 --   | - 2 --  | - 2 -- |

Amaj7      G#6m7

Yo me fui, yo me fui para muy lejos

F#4m7 (B7\*) E

Yo me fui, yo me fui para volverme

Amaj7      G#6m7

yo me fui, yo me fui con voz de pena

F#4m7 (B7\*) E

nos queda, nos quedamos esperando

Amaj7      G#6m7

Como hablar, como hablar de lo que fuimos

F#4m7 (B7\*) E

si el pecho, si el pecho se me enreda

Amaj7      G#6m7

se me lló, se me llora la infancia

F#4m7 (B7\*) E

disculpen amigos por la nostalgia

Amaj7      G#6m7      F#4m7 (iv 2-1-2) E

Qué bueno encontrarnos

Amaj7      G#6m7      F#4m7 E

En la misma casa

Amaj7      G#6m7      F#4m7 E

que suerte, que suerte pillarnos

Amaj7      G#6m7      F#4m7

un poco más grandes, y un poco más viejos y

en fin...

E

los mismos de antes

Yo me fui, yo me fui para muy lejos

yo me fui para volverme

yo me fui, yo me fui con voz de pena

me queda, me quedaste mirando

Como hablar, como hablar de lo que fuimos

si el pecho, si el pecho se me enreda

se me lló, se me llora la infancia

disculpen amigos por la nostalgia

Qué bueno encontrarnos

en la misma casa

que suerte, que suerte, que suerte pillarnos

un poco más grandes y un poco más viejos y,

en fin

los mismos de antes

## Anexo G. Hoja de observación individual: Estudiante 1.

**Hoja de Observación Individual**  
**Taller de Musicoterapia CESU-UACH**

| <b>Hoja de Observación</b>                                                                         |                 |                 |                 |                 |                 |                 |                 |                 |
|----------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------|-----------------|-----------------|-----------------|-----------------|-----------------|-----------------|-----------------|
| <b>Nombre:</b> Estudiante 1                                                                        | <b>Sesión 1</b> | <b>Sesión 2</b> | <b>Sesión 3</b> | <b>Sesión 4</b> | <b>Sesión 5</b> | <b>Sesión 6</b> | <b>Sesión 7</b> | <b>Sesión 8</b> |
| <b>Área Emocional</b>                                                                              |                 |                 |                 |                 |                 |                 |                 |                 |
| Se expresa emocionalmente durante sesión                                                           | -               | 0               | 0               | -               | 1               | 1               | 2               | -               |
| Estado emocional favorece desarrollo de sesión                                                     | -               | 1               | 1               | -               | 2               | 2               | 2               | -               |
| Demuestra una actitud corporal acorde a estado emocional                                           | -               | 1               | 1               | -               | 2               | 1               | 2               | -               |
| Displacer o demuestra sentimientos negativos                                                       | -               | 2               | 2               | -               | 1               | 2               | 1               | -               |
| Disfruta y/o da señales de un estado de ánimo elevado                                              | -               | 1               | 0               | -               | 1               | 1               | 1               | -               |
| <b>Área Social</b>                                                                                 |                 |                 |                 |                 |                 |                 |                 |                 |
| Se comunica de manera asertiva con los demás integrantes                                           | -               | 1               | 1               | -               | 2               | 2               | 2               | -               |
| Favorece sentimiento y experiencia de grupalidad a través de sus acciones/actitudes/intervenciones | -               | 1               | 1               | -               | 2               | 1               | 1               | -               |
| Interactúa de una forma empática con integrantes del grupo y/o terapeuta                           | -               | 2               | 2               | -               | 1               | 1               | 2               | -               |
| Atiende e interactúa con los demás integrantes del grupo                                           | -               | 1               | 1               | -               | 2               | 1               | 2               | -               |
| <b>Área Musical</b>                                                                                |                 |                 |                 |                 |                 |                 |                 |                 |
| Favorece proceso de cohesión musical grupal                                                        | -               | 1               | 0               | -               | 1               | 1               | 2               | -               |
| Participa activamente de exploración musical                                                       | -               | 1               | 1               | -               | 1               | 2               | 2               | -               |
| Participa activamente de improvisaciones grupales                                                  | -               | 1               | 1               | -               | 2               | 2               | 2               | -               |

**a. Escala de frecuencia de actitudes.**

| <b>Nunca</b> | <b>Regularmente</b> | <b>Siempre</b> |
|--------------|---------------------|----------------|
| <b>0</b>     | <b>1</b>            | <b>2</b>       |

Fuente: Elaboración propia.

## Anexo H. Hoja de observación Individual: Estudiante 2.

**Hoja de Observación Individual**  
**Taller de Musicoterapia CESU-UACH**

| <b>Hoja de Observación</b>                                                                         |                 |                 |                 |                 |                 |                 |                 |                 |
|----------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------|-----------------|-----------------|-----------------|-----------------|-----------------|-----------------|-----------------|
| <b>Nombre:</b> Estudiante 2                                                                        | <b>Sesión 1</b> | <b>Sesión 2</b> | <b>Sesión 3</b> | <b>Sesión 4</b> | <b>Sesión 5</b> | <b>Sesión 6</b> | <b>Sesión 7</b> | <b>Sesión 8</b> |
| <b>Área Emocional</b>                                                                              |                 |                 |                 |                 |                 |                 |                 |                 |
| Se expresa emocionalmente durante sesión                                                           | -               | 0               | 1               | 1               | 2               | 1               | 2               | 2               |
| Estado emocional favorece desarrollo de sesión                                                     | -               | 1               | 0               | 1               | 2               | 1               | 2               | 2               |
| Demuestra una actitud corporal acorde a estado emocional                                           | -               | 1               | 0               | 0               | 1               | 1               | 2               | 2               |
| Displacer o demuestra sentimientos negativos                                                       | -               | 2               | 1               | 1               | 1               | 1               | 0               | 0               |
| Disfruta y/o da señales de un estado de ánimo elevado                                              | -               | 1               | 1               | 1               | 2               | 1               | 2               | 2               |
| <b>Área Social</b>                                                                                 |                 |                 |                 |                 |                 |                 |                 |                 |
| Se comunica de manera asertiva con los demás integrantes                                           | -               | 0               | 1               | 1               | 1               | 1               | 2               | 2               |
| Favorece sentimiento y experiencia de grupalidad a través de sus acciones/actitudes/intervenciones | -               | 0               | 2               | 1               | 2               | 1               | 2               | 2               |
| Interactúa de una forma empática con integrantes del grupo y/o terapeuta                           | -               | 1               | 1               | 1               | 2               | 1               | 1               | 2               |
| Atiende e interactúa con los demás integrantes del grupo                                           | -               | 1               | 0               | 1               | 2               | 2               | 2               | 2               |
| <b>Área Musical</b>                                                                                |                 |                 |                 |                 |                 |                 |                 |                 |
| Favorece proceso de cohesión musical grupal                                                        | -               | 1               | 1               | NA              | 1               | 1               | 2               | 2               |
| Participa activamente de exploración musical                                                       | -               | 1               | 1               | NA              | 2               | 2               | 2               | 2               |
| Participa activamente de improvisaciones grupales                                                  | -               | 0               | 2               | NA              | 2               | 1               | 1               | 2               |

**b. Escala de frecuencia de actitudes.**

| <b>Nunca</b> | <b>Regularmente</b> | <b>Siempre</b> |
|--------------|---------------------|----------------|
| <b>0</b>     | <b>1</b>            | <b>2</b>       |

Fuente: Elaboración propia.

## Anexo I. Hoja de observación individual: Estudiante 3.

### Hoja de Observación Individual Taller de Musicoterapia CESU-UACH

| <b>Hoja de Observación</b>                                                                         |                 |                 |                 |                 |                 |                 |                 |                 |
|----------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------|-----------------|-----------------|-----------------|-----------------|-----------------|-----------------|-----------------|
| <b>Nombre:</b> Estudiante 3                                                                        | <i>Sesión 1</i> | <i>Sesión 2</i> | <i>Sesión 3</i> | <i>Sesión 4</i> | <i>Sesión 5</i> | <i>Sesión 6</i> | <i>Sesión 7</i> | <i>Sesión 8</i> |
| <b>Área Emocional</b>                                                                              |                 |                 |                 |                 |                 |                 |                 |                 |
| Se expresa emocionalmente durante sesión                                                           | 1               | 1               | 1               | 2               | 2               | 2               | 2               | 2               |
| Estado emocional favorece desarrollo de sesión                                                     | 1               | 2               | 2               | 2               | 2               | 1               | 1               | 2               |
| Demuestra una actitud corporal acorde a estado emocional                                           | 0               | 1               | 1               | 2               | 2               | 1               | 1               | 2               |
| Displacer o demuestra sentimientos negativos                                                       | 1               | 1               | 1               | 1               | 1               | 2               | 1               | 0               |
| Disfruta y/o da señales de un estado de ánimo elevado                                              | 1               | 1               | 1               | 2               | 2               | 1               | 2               | 2               |
| <b>Área Social</b>                                                                                 |                 |                 |                 |                 |                 |                 |                 |                 |
| Se comunica de manera asertiva con los demás integrantes                                           | 2               | 2               | 2               | 2               | 2               | 2               | 2               | 2               |
| Favorece sentimiento y experiencia de grupalidad a través de sus acciones/actitudes/intervenciones | 2               | 1               | 2               | 2               | 2               | 1               | 1               | 2               |
| Interactúa de una forma empática con integrantes del grupo y/o terapeuta                           | 2               | 2               | 2               | 2               | 2               | 2               | 2               | 2               |
| Atiende e interactúa con los demás integrantes del grupo                                           | 1               | 2               | 1               | 2               | 2               | 2               | 2               | 2               |
| <b>Área Musical</b>                                                                                |                 |                 |                 |                 |                 |                 |                 |                 |
| Favorece proceso de cohesión musical grupal                                                        | 1               | 1               | 2               | NA              | 2               | 1               | 1               | 2               |
| Participa activamente de exploración musical                                                       | 2               | 2               | 1               | NA              | 2               | 2               | 2               | 2               |
| Participa activamente de improvisaciones grupales                                                  | 1               | 1               | 2               | NA              | 2               | 1               | 2               | 2               |

#### c. Escala de frecuencia de actitudes.

| Nunca | Regularmente | Siempre |
|-------|--------------|---------|
| 0     | 1            | 2       |

Fuente: Elaboración propia.

## Anexo J. Hoja de observación individual: Estudiante 4.

### Hoja de Observación Individual

#### Taller de Musicoterapia CESU-UACH

| Hoja de Observación                                                                                |          |          |          |          |          |          |          |          |
|----------------------------------------------------------------------------------------------------|----------|----------|----------|----------|----------|----------|----------|----------|
| Nombre: Estudiante 4                                                                               | Sesión 1 | Sesión 2 | Sesión 3 | Sesión 4 | Sesión 5 | Sesión 6 | Sesión 7 | Sesión 8 |
| Área Emocional                                                                                     |          |          |          |          |          |          |          |          |
| Se expresa emocionalmente durante sesión                                                           | 1        | 1        | 1        | 2        | 1        | 2        | 2        | -        |
| Estado emocional favorece desarrollo de sesión                                                     | 0        | 1        | 1        | 2        | 1        | 2        | 2        | -        |
| Demuestra una actitud corporal acorde a estado emocional                                           | 1        | 1        | 1        | 1        | 2        | 1        | 2        | -        |
| Displacer o demuestra sentimientos negativos                                                       | 2        | 1        | 2        | 2        | 1        | 1        | 0        | -        |
| Disfruta y/o da señales de un estado de ánimo elevado                                              | 1        | 1        | 1        | 1        | 1        | 1        | 2        | -        |
| Área Social                                                                                        |          |          |          |          |          |          |          |          |
| Se comunica de manera asertiva con los demás integrantes                                           | 1        | 1        | 2        | 2        | 2        | 2        | 2        | -        |
| Favorece sentimiento y experiencia de grupalidad a través de sus acciones/actitudes/intervenciones | 0        | 0        | 1        | 1        | 1        | 2        | 2        | -        |
| Interactúa de una forma empática con integrantes del grupo y/o terapeuta                           | 2        | 2        | 2        | 2        | 2        | 2        | 2        | -        |
| Atiende e interactúa con los demás integrantes del grupo                                           | 1        | 1        | 1        | 1        | 1        | 1        | 1        | -        |
| Área Musical                                                                                       |          |          |          |          |          |          |          |          |
| Favorece proceso de cohesión musical grupal                                                        | 0        | 1        | 1        | NA       | 1        | 2        | 2        | -        |
| Participa activamente de exploración musical                                                       | 1        | 1        | 2        | NA       | 1        | 2        | 2        | -        |
| Participa activamente de improvisaciones grupales                                                  | 1        | 1        | 1        | NA       | 0        | 2        | 2        | -        |

#### d. Escala de frecuencia de actitudes.

| Nunca | Regularmente | Siempre |
|-------|--------------|---------|
| 0     | 1            | 2       |

Fuente: Elaboración propia.