

La práctica de la danza terapia y salud mental en países de habla hispana en el
periodo 2000 – 2020

Autor

Carlos David Muñoz Romero

Universidad CESMAG

Facultad Ciencias Sociales y Humanas

Programa de Psicología

San Juan de Pasto

2022

La práctica de la danza terapia y salud mental en países de habla hispana en el
periodo 2000 – 2020

Autor

Carlos David Muñoz Romero

Asesora

Psi. Yesenia Zúñiga Guerrero

Jurados

Mg. Javier Eduardo Rodríguez Salazar

Mg. Edgar Francisco Zúñiga Delgado

UNIVERSIDAD CESMAG

Facultad Ciencias Sociales y Humanas

Programa de Psicología

San Juan de Pasto

2022

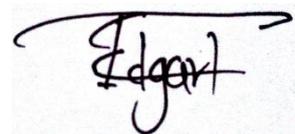
NOTA DE ACEPTACIÓN

A handwritten signature in black ink, appearing to read "En Torre".

Firma Presidente del Jurado

A handwritten signature in black ink, appearing to read "San Juan de Pasto".

Firma del Jurado

A handwritten signature in black ink, appearing to read "Edgar".

Firma del Jurado

San Juan de Pasto, Junio de 2022.

NOTA DE EXCLUSIÓN DE RESPONSABILIDAD INTELECTUAL

El pensamiento que se expresa en esta obra es de exclusiva responsabilidad de sus autores y no compromete la ideología de la Universidad CESMAG.

Agradecimientos

Quiero agradecer primeramente a Dios quien ha sido el consuelo que he necesitado en cada etapa de mi vida, por brindarme la fuerza necesaria para culminar con éxito mi carrera profesional y por permitir mi encuentro con el arte, por regalarme el danzar y el enseñar a otros.

El presente trabajo se lo dedico a mi madre, “la señora de las cincuenta décadas” Yolanda Romero, quien siempre me apoyó en todos mis sueños y metas, y aunque ya hoy no está conmigo, siento todos los días su presencia y su guía.

A mi padre quien me ha enseñado que, a pesar de las dificultades, debo seguir siempre adelante, por estar conmigo en esta etapa académica tan importante para mí y por trabajar todos los días para darme lo que he necesitado.

A mis abuelos por ser mis segundos padres Edmundo Romero, quien me demostró el amor de un abuelo y quien es el vivo ejemplo y recuerdo de mi madre.

A mi abuela Esperanza Narváez, quien ha estado conmigo durante toda mi vida, por darme cariño y amor en cada una de las etapas por las que he atravesado.

A mi tía Doris Romero, quien ha sido mi segunda madre acompañándome en cada uno de mis pasos, dándome ánimos en mis días de difíciles, además de consentirme todos los días.

A mis primas y hermanas Lisbeth y María Fernanda Molina, quienes me recuerdan lo orgullosa que debe estar mi madre desde el cielo por este nuevo triunfo en mi vida y por demostrarme que debo luchar por mis sueños y dejar atrás todo lo tedioso y difícil del camino.

A mis amigas quienes se han convertido en la familia que uno elige, mi bastón cuando se acaban las fuerzas, mis hombros para llorar, mis oídos en cada momento difícil, las palabras de aliento correctas y mi razón de creer que no todo es malo. Dios y la vida me hicieron coincidir con las mejores personas a quienes puedo llamar “amigos”.

Luisa y Salomé, con ellas he compartido hace más de 14 años muchas historias juntos y he encontrado apoyo cuando mi mundo se ha desmoronado por completo, a Diana, quien me ha enseñado que la danza no solo es para demostrarla en un escenario, sino que a través de ella puedo expresarme y sentirme vivo.

Al solecito de mi vida Valeria, por contenerme en los momentos difíciles y darme el aliento necesario para poder seguir adelante. Por haberme permitido descubrir qué tan fuerte puedo ser ante las adversidades y haber caminado junto a mí, por darme la oportunidad de seguir creando día a día y demostrándole a los demás de que siempre pude, puedo y podré.

A ÉL, quien me alentó a seguir en mis días oscuros, por levantarme cada vez que me tropecé y por darme el ánimo que necesité para continuar el camino.

Después de una labor tan entregada, como ha sido la realización de esta tesis, además del orgullo por haber logrado una meta importante en mi vida, prevalece el sentimiento de agradecimiento a quienes me han acompañado en esta aventura a veces incomprendida.

Mis metas nunca estarían completas sin ustedes a mi lado, son ejemplos de que todo puede ser posible cuando se quiere y se lucha. Si hoy he llegado hasta donde estoy, no sólo es por mi esfuerzo sino por todos ustedes que nunca han dejado de creer en mí y me han ayudado a levantarme cada vez que he caído. Gracias por nunca dejarme solo.

Para la danza y la psicología por darme tantas satisfacciones personales y profesionales, es tiempo de devolverles algo de lo que me han hecho sentir, aprender y ser.

Carlos David Muñoz Romero

Tabla de contenido

Resumen de la investigación	13
Abstract	14
INTRODUCCIÓN	15
Selección y delimitación del tema	16
Campo de aplicación	16
Línea de investigación	16
PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA	16
Descripción del problema	16
Formulación del problema	20
JUSTIFICACIÓN	20
OBJETIVOS	22
Objetivo general	22
REVISIÓN PRELIMINAR DE LA LITERATURA	22
METODOLOGÍA	46
Base de datos	46
Palabras claves o términos de búsqueda	46
Criterios de inclusión y exclusión	46
Criterios de inclusión	46
Criterios de exclusión	46
Unidad de análisis y unidad de trabajo	47
Procedimiento de búsqueda de datos	48
Técnicas e instrumentos de recolección de información	50
Identificación preliminar de los sub - ejes temáticos que orientarán la revisión sistemática de literatura	50
RECURSOS DE LA INVESTIGACIÓN	54
Descripción del procedimiento metodológico y cronograma	54
Presupuesto	54
ELEMENTOS ÉTICOS Y BIOÉTICOS	55
Análisis de resultados	69

Análisis de matriz de datos	69
Discusión	156
Conclusiones	178
Recomendaciones	180
REFERENCIAS	182
ANEXOS	196

Lista de tablas

Tabla 1. Cronograma	54
Tabla 2. Presupuesto	55
Tabla 3. Años de publicación de documentos	64
Tabla 4. Tipo de metodología de artículos	65
Tabla 5. Sistema de categorización	68
Tabla 6. Matriz de resultados	70
Tabla 7. Distribución de ejes según documentos	155

Lista de figuras

Figura 1. Algoritmo de búsqueda y selección de artículos	59
Figura 2. Ejes encontrados en la RSL que aportan a la discusión.	157

Lista de gráficas

Gráfica 1. Distribución de documentos de acuerdo al proceso de búsqueda	60
Gráfica 2. Distribución de documentos según base de datos consultadas	61
Gráfica 3. Distribución de acuerdo al tipo de documento	62
Gráfica 4. Distribución de documentos por país	63
Gráfica 5. Distribución de documentos según idioma	66

Lista de anexos

Anexo 1. Matriz de Excel: organización de artículos	196
Anexo 2. Ficha de análisis documental	199
Anexo 3. Fichas de análisis diligenciadas	200

Resumen

La presente Revisión Sistemática de Literatura (RSL), tuvo como objetivo analizar la contribución de la práctica de la Danza Terapia (DT) a la salud mental en países de habla hispana en el periodo 2000 – 2020, para este fin se realizó la búsqueda de documentos y artículos en las bases de datos: Scielo, Redalyc, Google Académico, ScienceDirect, Dialnet, DOAJ, Researchgate.net y repositorios de bibliotecas universitarias. Inicialmente se obtuvo un total de 386 documentos, posterior a ello, se seleccionaron un total de 41 investigaciones, las cuales correspondieron correctamente con los criterios de inclusión propuestos para este trabajo.

Para la presentación de resultados y la organización de información metodológica se hizo uso del modelo PRISMA siguiendo cuatro etapas, las cuales permitieron identificar, examinar, elegir e incluir los documentos y artículos que hacen parte de la RSL. Gracias a esto, se logró obtener resultados importantes para dar respuesta al objetivo planteado, identificando que la DT favorece los niveles de salud mental y se relaciona con el bienestar psicológico, la confianza en sí mismos, manejo de estados de ánimo, preocupación, angustia, niveles de energía, depresión, ansiedad, entre otros (Pedroza, 2014) emociones negativas, autoimagen corporal, salud, calidad de vida relaciones interpersonales.

Se contó con documentos de diferentes países de habla hispana Ecuador, España, Colombia, Perú, Bolivia, Guatemala, Costa Rica, México, Paraguay, Uruguay y Puerto Rico. Pese a la escasez y la limitación de información en esta temática, se logró encontrar que la DT está siendo considerada para ser trabajada como una estrategia de intervención para la mejora de la salud mental y fortalecer el desarrollo personal por lo cual es necesario que esta temática siga siendo estudiada en futuras investigaciones que puedan aportar mayor información sobre esta idea tan novedosa.

Los resultados obtenidos permitieron establecer cinco ejes: aplicaciones de la DT en el ciclo de vida, beneficios de la DT, la práctica de la DT en enfermedades crónicas, conceptualización de la DT y elementos de la DT.

Palabras claves: danza terapia, salud mental, beneficios de la danza terapia, enfermedad

Abstract

The aim of this Systematic Literature Review (SLR) was to analyze the contribution of the practice of dance therapy to mental health in Spanish-speaking countries in the period 2000 - 2020. To this end, a search for documents and articles was carried out in the following databases: Scielo, Redalyc, Google Scholar, ScienceDirect, Dialnet, DOAJ, Researchgate.net and university library repositories. Initially, a total of 386 documents were obtained, after which a total of 41 research studies were selected, which corresponded correctly with the inclusion criteria proposed for this work. For the presentation of results and the organization of methodological information, use was made of the PRISMA model following four stages, which made it possible to identify, examine, select and include the documents and articles that are part of the SLR. Thanks to this, it was possible to obtain important results to respond to the stated objective, identifying that dance therapy favors mental health levels and is related to psychological well-being, self-confidence, mood management (worry, anguish, energy levels, depression, anxiety, among others), negative emotions, body self-image, health, quality of life and interpersonal relationships

Documents from different Spanish-speaking countries Ecuador, Spain, Colombia, Peru, Bolivia, Guatemala, Costa Rica, Mexico, Paraguay, Uruguay and Puerto Rico were used. Despite the scarcity and limitation of information on this topic, it was found that dance therapy is being considered to work as an intervention strategy to improve mental health and strengthen personal development, so it is necessary that this topic continues to be studied in future research that can provide more information on this novel idea.

The results obtained allowed to establish five axes: applications of dance therapy in the life cycle, benefits of dance therapy, the practice of dance therapy in chronic diseases, conceptualization of dance therapy and elements of dance therapy.

Key words: dance therapy, mental health, benefits of dance therapy, illness.

Introducción

La presente Revisión Sistemática de Literatura (RSL) tuvo como objetivo analizar la contribución de la práctica de la Danza Terapia (DT) a la salud mental en países de habla hispana en el periodo 2000 – 2020, a partir de un ejercicio crítico de estudios disponibles que permitieron evaluar e interpretar cómo la DT ha contribuido a mejorar la salud mental de aquellos que la han experimentado o practicado.

La estructura de la presente RSL abordó la descripción del problema la cual expone el poco reconocimiento que ha tenido la DT como estrategia de intervención psicológica. Asimismo, el escaso seguimiento en Hispanoamérica sobre los resultados de este tipo de terapias diferentes a los abordajes dicotómicos y sesgados que desde la psicología se contemplan en el siglo XXI.

Por su parte, la justificación consideró la novedad en la temática en cuanto esta ha sido poco estudiada, sin embargo, despierta el interés de la comunidad científica y existen avances significativos en la literatura que son pertinentes visibilizarlos a fin de generar aportes sobre la DT y la salud mental.

Con respecto a la metodología, esta investigación contempló la búsqueda en base de datos como: Scielo, Redalyc, Google Académico, ScienceDirect, Dialnet, DOAJ y Researchgate.net, y repositorios de universidades, en los cuales por medio de palabras claves y cadena de búsquedas se pretendió identificar artículos científicos, trabajos de grado de pregrado, maestría y doctorado, al igual que documentos gubernamentales.

El procedimiento para la presente RSL se orientó a partir de la declaración PRISMA dado que es un proceso complejo que permite minimizar el riesgo de sesgo en un proceso de revisión, incorporando aspectos conceptuales y metodológicos que tienen una aplicabilidad amplia en las revisiones sistemáticas de literatura (Urrútia y Bonfill, 2010).

Para la identificación de los textos se consideraron diferentes criterios de inclusión y exclusión. Para la recolección de información se hizo uso de las fichas de análisis documental.

Los ejes temáticos, que se contemplaron fueron: aplicaciones de la DT en el ciclo de vida beneficios de la DT, la práctica de la DT en enfermedades crónicas, conceptualización de la DT y elementos de la DT.

A partir de la revisión preliminar de la literatura se identificaron diferentes posturas teóricas que se consideraron para el desarrollo de la RSL teniendo como punto de referencia a la

Asociación de Danza Terapia España(2012) que conceptualiza a la DT como una modalidad de las técnicas artístico-creativas, al respecto Levi (1992; citado por Tamburrini, 2019) la define como "el uso psicoterapéutico del movimiento dentro de un proceso que persigue la integración psicofísica (cuerpo-mente) del individuo" utilizando la danza como medio para resolver los conflictos emocionales o psicológicos de las personas.

Finalmente, se contempló en los elementos éticos los artículos descritos en el capítulo VII denominado *De la investigación científica, la propiedad intelectual y las publicaciones*, consignado en la Ley 1090 del 2006 (Congreso de Colombia, 2006).

Selección y delimitación del tema

La práctica de la danza terapia y salud mental en países de habla hispana en el periodo 2000 – 2020

Campo de aplicación

La presente RSL tuvo como eje principal el campo de la psicología de la salud, dado que esta rama incluye diferentes elementos subjetivos del ser humano y conceptos de comportamiento que juegan un papel importante en el proceso salud – enfermedad, que pueden ser abordados por diversas acciones de promoción de la salud (Morales, 2012). En este sentido, la DT siendo una técnica que puede aportar a la salud mental en procesos terapéuticos puede contribuir a mantenerla y propiciar beneficios frente al tratamiento de ciertos trastornos mentales permitiendo a los individuos liberar emociones negativas y mejorar el estado de ánimo en diferente etapa de la vida el ser humano atendiendo al cuidado de la salud mental.

Línea de investigación

La línea de investigación a la cual se inscribió esta RSL es psicología clínica y de la salud del grupo de investigación perspectivas psicológicas del programa de psicología de la UNIVERSIDAD CESMAG (2018), dado que el ejercicio investigativo permitió comprender la contribución que realiza la práctica de la DT a la salud mental.

Planteamiento del problema

Descripción del problema

La DT es un método considerado como efectivo en procesos de rehabilitación y adaptación de problemas a nivel psicológico y físico, que considera la premisa de que el cuerpo refleja estados psicológicos de un individuo (Sebiani, 2005), por lo cual puede ser una experiencia significativa en quien lo practique, proponiendo una serie de estímulos enfocados hacia la exploración

corporal, musical, sensorial y creativa (Tarazona, 2020), lo cual ha contribuido a fortalecer la salud mental.

En este sentido, es fundamental analizar la contribución de la DT para conocer su alcance real en el ámbito de la salud mental, que permita conocer las aplicaciones de la misma en diferentes ciclos de vida (Fernández, 2007), considerando los múltiples beneficios más allá de los físicos, los cuales han sido abordados por diferentes autores, el identificar los beneficios a nivel psicológico de la DT permite brindar un acercamiento al impacto en las percepciones de las personas y el entorno que les rodea facilitando procesos de adaptación en diferentes ambientes donde se desenvuelven las personas por medio del desarrollo de habilidades que permiten equilibrar las emociones, generar nuevas conexiones y reencontrarse consigo mismo, contemplando que a lo largo de la vida las personas atraviesan por diferentes situaciones estresantes que pueden generar desequilibrios y afectaciones en la salud mental (Velasco, 2018).

Así mismo, el reconocer las conceptualizaciones y elementos de la DT permite realizar un acercamiento a un fenómeno que en el contexto ha sido poco estudiado, además permite la comprensión de su estructura y funcionamiento como una alternativa que posteriormente puede ser una estrategia de intervención que ayude a tener un balance de la salud mental y física (Jeréz, 2017), además demostrar que la DT puede aportar a establecer nuevas técnicas desde diferentes perspectivas para contrarrestar posibles afectaciones en la salud mental (Fischman, 2011) que pueden incluirse en modelos psicológicos que sean prácticos con evidencia científica constatar que el uso de la DT es efectiva en la contribución que le hace a la salud mental (Miranda, 2015) permitiendo así un acercamiento diferente al abordaje de las afectaciones de la salud mental que puede incluir un trabajo individual o grupal.

Es importante considerar que, mantener la salud mental ha sido una prioridad en salud pública para tal fin han existido diferentes modelos terapéuticos y teóricos que han sido criticados en cuanto desde una perspectiva clínica sus procesos terapéuticos son considerados como tardíos y costosos, cuestionando la efectividad de sus tratamientos (Ruiz, 2019). Este panorama da apertura a distintas corrientes terapéuticas que privilegian recursos del arte, partiendo de la premisa que, el movimiento facilita el acercamiento y la resolución de conflictos en los pacientes, combinando aspectos prácticos y teóricos para el desarrollo de habilidades expresivas y motoras de los individuos, comprendiendo que el movimiento es inherente a todos los seres humanos, y se ha estudiado desde sus capacidades curativas (Salas, 2007).

En estas nuevas corrientes terapéuticas que surgen del movimiento encontramos la DT, la cual es definida por Laban (1970; citado por Rodríguez, 2011) como la conexión entre movimiento y emoción, que en un proceso terapéutico, utiliza el movimiento y la danza de manera creativa, con el fin de posibilitar un desarrollo armónico en los individuos permitiendo el descubrimiento de sí mismo, de su cuerpo y de las capacidades expresivas, es decir, el movimiento es un proceso que favorece la integración emocional, cognitiva y física de una persona, De Rueda et al., (2013) ponen en claro que existe evidencia empírica sobre los efectos positivos que conlleva la práctica de actividades físicas integradas, en los estados emocionales, fomentando estilos de vida saludable y siendo una herramienta preventiva para las enfermedades mentales.

Es importante mencionar que existe poca información sobre la DT, y que esta RSL puede ser útil para aquellos investigadores que se interesen en el tema, la Asociación de Danza Terapia (1999; citado por Araneda et al., 2016), mencionan que el uso psicoterapéutico del movimiento con un proceso que tiene como meta integrar al individuo de una manera física y emocional que busca la expresión espontánea de sentimientos, ideas y emociones, dando énfasis en la sucesión de movimientos, siendo este el medio de comunicación no verbal que fluye de las personas que lo practican.

Así mismo Contreras et al., (2011) señalan que trabajar en identificar los indicadores que demuestren mayor información de medición en cuanto la DT a través del impacto de las nuevas acciones de prevención y promoción junto con la nueva implementación de la DT, puede visibilizar de manera muy beneficiosa el uso de la misma y su efecto en la salud mental debido a que libera emociones y sentimientos negativos a través de los movimientos, demostrando así que con estas nuevas técnicas terapéuticas se puede fortalecer la salud mental y a su vez aporta a las investigaciones sobre esta temática.

Han sido varios autores quienes han planteado la importancia de la práctica de la DT, relacionándola con efectos positivos sobre la salud mental como la disminución de la tensión, la ansiedad y la agresividad (Dibbel-Hope, 2000; citado por Sebiani, 2005). Así mismo, desde la DT es posible mejorar y fortalecer circuitos neuronales asociados con el aprendizaje, la memoria y la atención, además de generar una coordinación entre campos internos de los individuos con factores externos, Abello et al., (2018). Por su parte, se evidencia que la DT es un facilitador que fortalece las habilidades cognitivas superiores. Araneda et al., (2016).

La aplicación de la DT en diversos contextos, han indicado resultados favorables, que pueden posibilitar su uso como una alternativa y conexión a las terapias verbales tradicionales, dando apertura a la multidisciplinariedad, esto implicaría un alto nivel de formación en los profesionales que realicen este proceso Rodríguez (2016).

De esta manera, son múltiples los beneficios aportados por la DT, sin embargo, los antecedentes encontrados denotan que en el contexto nacional y local es importante el desarrollo de esta temática a nivel psicoterapéutico que aún es desconocida e incluso subvalorada por algunos profesionales de la psicología, lo cual la convierte en una alternativa novedosa que está siendo ofertada desde algunos centros especializados para su práctica y enseñanza para constituir y reconocerla como un método terapéutico actual, fortaleciendo el interés por investigar acerca de esta temática en contexto (Pedroza, 2016)

Por esta razón, en la actualidad la DT ha sido poco reconocida dado que, a pesar de la existencia de investigaciones que indican su impacto positivo sobre la salud, a nivel general esta técnica terapéutica presenta un escaso desarrollo teórico, pero resulta importante la mirada holística del ser humano que se realiza desde esta disciplina (Rodríguez, 2011), reconociendo la conexión mente y cuerpo, que otras disciplinas han dejado de lado centrándose exclusivamente en una perspectiva individual y patología.

Además, pese a la existencia de estudios acerca de la temática que impliquen una rigurosidad científica, se identifica un gran porcentaje aborda solamente aspectos físicos y biológicos de la DT que pueden influir en la salud, dejando de lado la relación que existe entre danza y salud mental (Padilla y Coterón, 2013).

De esta manera, es importante la investigación acerca de la DT más allá de un proceso físico, comprendiendo que el practicarla no influye solamente en el interés por la danza sino por aspectos relacionados con ella, por esta razón con la presente RSL se pretende abordar y abarcar los diferentes marcos teóricos y conceptuales en cuanto a DT se refiere, debido a que hay información muy escasa para la temática, para obtener un panorama más amplio, que permita visibilizar la importancia de la DT como método psicoterapéutico y a su vez despierte el interés en futuros investigadores.

La información que se han recolectado a través de los diferentes artículos, documentos e investigaciones brinda un espacio importante en la problemática que radica en Nariño sobre la escasez de información que hay no solo en el departamento sino en Colombia, ya que no existen

elementos suficiente para la recolección de información como en otros países de habla hispana de los cuales se obtuvo información para esta RSL, en otros países la DT ha cobrado gran importancia dado que ha abordado diferentes poblaciones y ha sido utilizada para el tratamiento de diversos problemas mentales como estrés, trastornos de ansiedad (Sánchez, 2013) y depresión (Ccaccasaca, 2017), además ha sido una herramienta psicoterapéutica con pacientes esquizofrénicos (Salas, 2007).

Así se puede evidenciar la importancia de estudiar de una forma precisa en el departamento de Nariño, teniendo en cuenta lo expuesto anteriormente, a fin de afianzar el aporte del uso de la DT a nivel físico y psicológico. Guzmán (2017) propone que la DT a partir de las herramientas didácticas y pedagógicas, la expresión corporal y las diferentes técnicas de armonización física y mental, mediante talleres experimentales de indagación y creación, encontrando la relajación, la espontaneidad, el reconocimiento y la desmecanización del cuerpo, despertando la parte creativa de ser.

Formulación del problema

¿Cómo ha contribuido la práctica de la danzaterapia en los países de habla hispana en el periodo 2000-2020?

Justificación

La práctica de la DT es una temática poco estudiada por lo cual se constituye en un tema novedoso que despierta interés, aunque ha tenido avances limitados estos han indicado los efectos positivos para el manejo de patologías mentales, por lo cual hay muy poca información, en este sentido se considera pertinente realizar una búsqueda minuciosa de documentos que contribuyan a favorecer el desarrollo de la RSL, que permitan analizar los aportes de la DT hacia la salud mental.

Al ser un tema novedoso y llamativo, pero con poca información al momento de recolectar, enlazar y correlacionar la información que se utilizó para la creación de este trabajo de grado, es necesario considerar y analizar la postura de diferentes autores que visibilizan la importancia de estudiar conceptos como: DT y salud mental; los cuales aportan no solo a este proyecto de grado, sino a futuras investigaciones de autores que se interesen en un tema similar al que se está trabajando. Para tal fin esta investigación cuenta con diferentes artículos científicos y proyectos de investigación de libre acceso que pueden ser identificados en diferentes buscadores y repositorios de universidades en diferentes países de habla hispana.

Es importante, considerar que esta RSL realizará aportes en el ámbito de la psicología de la salud, en cuanto trabajará con un modelo psicoterapéutico que puede contribuir al fortalecimiento de la salud mental y el manejo de afecciones mentales, a partir de evidencia empírica de artículos, tesis, documentos y estudios no publicados que observan la práctica de la DT desde una perspectiva integral y su contribución a la salud mental, en esta presentación es relevante tomar en cuenta este tipo de información para poder justificar los resultados y conclusiones planteados en los estudios, esto fundamenta una confiabilidad y viabilidad de los diferentes resultados que han sido de ayuda en cuanto a la información obtenida.

La DT brinda experiencias saludables y positivas cuando se la ejerce, se obtiene la oportunidad de una adecuación pertinente, así como también la conveniencia del mejoramiento de la salud mental. Es por esto que se puede llegar a practicar la DT como una estrategia beneficiosa para desarrollar un sentido de vida.

La DT hace parte de la arteterapia dado que posibilita un acompañamiento y una ayuda a las personas cuando están expuestas a diferentes estresores, a nivel social, educativo, personal. De esta manera hace uso de diferentes recursos como: creaciones plásticas, sonoras, dramáticas, teatrales y escritas, que generan un proceso de transformación y ayudan a un individuo a integrarse a sus grupos de referencia social de una manera crítica o creativa (Jeréz, 2017). De esta forma la DT como parte del arteterapia, resulta una herramienta fundamental para proteger y reforzar el sistema inmunológico, prevenir enfermedades físicas, mentales y promover la salud. Además, es una actividad que genera placer y disfrute. Estas actividades también benefician el sentido de pertenencia, las estrategias de afrontamiento positivas, la tolerancia a situaciones conflictivas y la atribución de sentido y significado a la vida.

Cabe mencionar que el concepto de arteterapia surgió a partir de la búsqueda que se realizó para la creación de esta RSL, encontrando que en varios documentos los autores consideraron el término arteterapia el cual se derivaron diferentes terapias que pueden ser empleadas en los diferentes ciclos de vida de las personas, en este caso la DT que fue la temática principal a investigar.

Por otra parte, este proyecto investigativo puede llegar a beneficiar a la comunidad científica en general que está interesada en esta problemática, porque con los resultados pueden dar cuenta de la utilidad de la DT desde la perspectiva de diferentes autores, aportando a la comprensión de esta temática de manera crítica. Así mismo al ser un tema novedoso abre la posibilidad de que la

información que se obtenga puede servir para reexaminar, desarrollar o apoyar alguna teoría de la psicología.

Objetivos

Objetivo General

Analizar la contribución de la práctica de la danzaterapia a la salud mental en países de habla hispana en el periodo 2000 – 2020

Revisión preliminar de la literatura

En el artículo denominado *¿Podemos mejorar nuestra salud mental a través de la Danza?: una revisión sistemática*, realizado por Padilla y Coterón (2013), el cual tuvo como objetivo hacer una búsqueda de información para realizar el documento donde exista información acerca de la relación entre danza y salud mental con el fin de conocer de manera más detallada el alcance de este campo de la salud, para este artículo se tuvo en cuenta el tipo de estudio, donde se evidenció que es descriptiva y su diseño metodológico fue longitudinal, puesto que se demostraron resultados positivos después del vaciado de información que realizaron los autores. Se evidencian resultados importantes tales como: conocimiento de nueva información al haber recurrido a 15 artículos con los cuales recopilaron los datos necesarios para la construcción del mismo, mejorías en las personas que practican danza nivelando los indicativos de salud mental como fueron: (depresión, niveles de energía, estrés, ansiedad, angustia, preocupación), también mencionan que hubo un incremento en sus relaciones sociales y con los padres, aumento de autoestima, disminución de emociones negativas, mejor bienestar, salud auto percibida, confianza en sí mismo, autoimagen corporal y una calidad de vida más estable y amena.

Es importante destacar que la muestra que se utilizó para la realización de este artículo no excluyó a personas, permitiendo que niños, jóvenes, adolescentes, adultos y ancianos, algunos con: obesidad, problemas psicológicos (ansiedad, estrés angustia, preocupación y alteraciones psicosomáticas), en los ancianos se evidenció un porcentaje mínimo de Parkinson.

Los resultados obtenidos fueron: disminución en emociones negativas, una leve mejora en la autoestima, menores niveles de ansiedad y depresión, incremento en sus relaciones inter e intrapersonales (relaciones sociales) y una calidad de vida mucho más saludable y agradable.

En la publicación del artículo *Las terapias con recursos artísticos. Su utilidad en la atención primaria de salud*, realizada por De la Llera y Guibert (2000), su objetivo fue evidenciar la

utilidad de la práctica de las terapias con recursos artísticos implementándolos en la atención primaria de salud (APS), se llevó a cabo con análisis descriptivos, de correlación y un diseño metodológico transversal. Los resultados obtenidos en este artículo fueron de gran importancia debido a que evidencia y resalta la importancia de la salud mental y el reconocimiento hacia quienes trabajan con el arte como una terapia, es importante recalcarlo, ya que este tipo de psicoterapias fueron fundamentales al momento de realizar la investigación. Pues se demostró que hubo una disminución en las experiencias negativas de quienes participaron en el proceso, existió una muy buena contribución a tal punto de retribuir al mejoramiento personal, físico y emocional de quienes fueron partícipes de esta investigación. Se logró fomentar y fortalecer las habilidades sociales y su estilo de vida sin ignorar que la salud mental es un factor muy importante en el día a día de cada una de las personas.

Se tienen en cuenta también las principales tareas las cuales están relacionadas con la promoción y prevención de la misma donde se evidencia la mejora en las tareas cotidianas utilizando la intervención de la psicoterapia de la mano con la medicina tradicional, pues no se quiere dejar de lado lo físico.

El artículo denominado *beneficios de la danza o el baile terapéutico para las personas de la tercera edad*, realizado por Salazar (2001), cuyo objetivo fue mencionar los beneficios físicos, psicológicos y sociales de la danza terapéutica en adultos mayores, se encontraron los siguientes resultados: lograron controlar, canalizar y evaluar sus problemas, angustias y emociones negativas mediante la danza, esto con movimientos sencillos los cuales fueron utilizados para generar una mejora en las personas, logrando así que los adultos mayores superen sus frustraciones. También hubo un incremento en la satisfacción personal y una mejora en sus relaciones interpersonales. En la investigación no solo plasman los resultados y los beneficios positivos que la danza propicia a nivel físico, sino también psicológico y mencionan que la expresión no verbal que se acumula en las personas de la tercera edad es un factor por el cual se realizó dicha investigación, esto hace referencia a que es importante obtener reconocimiento propio como de los demás, a esto se le suma la posibilidad de mejorar una mejor comprensión para cualquier tarea que se pretenda realizar con posterioridad, cuando se practica la danza no se está solo, por lo tanto se aumenta la compañía y con ello una mejoría emocional, por último se obtuvo como resultado que la comunicación y tener una estabilidad afectiva con más personas trae consigo felicidad y una buena salud mental.

En la investigación denominada *Música y salud: La danza calidad de vida*, desarrollada por Buades y Rodríguez (2005), tiene como objetivo estudiar y describir los beneficios que pueden de la DT los adultos, como resultado, se encontró que la danza logró una disminución del estrés el cual afectaba sus labores diarias, por lo que un beneficio muy importante que cabe recalcar es que no solo mitiga el estrés sino también incrementa de manera positiva al mejoramiento de la salud mental como también en su calidad de vida.

Se demostró que aporta un progreso al estado físico de la persona aumentando la capacidad de autonomía y sus capacidades físicas, como también a las sensaciones somáticas a los que puede estar expuesta la persona, es importante recalcar el alivio que la danza le propicia a la salud mental y a todo el concepto de psicológico, puesto que hay mayor emotividad, felicidad, plenitud, gratitud, caso contrario disminuye la ansiedad, el estrés, la falta de interés, entre otras. Se ven beneficiadas las relaciones interpersonales y sociales como también una mayor vinculación y estructuración con el entorno familiar y el ámbito laboral.

En la investigación denominada *Beneficios del arteterapia sobre la salud mental*, desarrollada por Dumas y Aranguren (2013), donde tuvo como objetivo revisar y recolectar información acerca de los beneficios de la danza en la salud mental. Tiene una metodología de investigación cualitativa y cuantitativa, con un tipo de estudio longitudinal descriptivo, obteniendo como resultados un incremento en la salud mental y psicológica los cuales favorecen su bienestar incrementando el crecimiento personal potencializando cuatro dimensiones: emocional, cognitivo, social y físico.

Brinda aportes muy interesantes como el uso del arte-terapia: música, danza, canto, deporte, entre otros, en diferentes poblaciones que pueden beneficiarse de manera positiva utilizando estas técnicas terapéuticas debido a que se han plasmado resultados muy interesantes en niños, jóvenes, adolescentes y adultos mayores para reestructurar una mejor calidad de vida a través de este tipo de terapias donde se encuentra un sentido de vida más óptimo, digno y una salud mental estable.

En la publicación del artículo denominada *Los aportes de la danza movimiento terapia en la mejora de la vida y salud mental de migrante*, realizada por García (2019), la cual tiene como objetivo identificar qué barreras mentales tienen las personas que han tenido que emigrar a otro país, donde se obtuvieron resultados muy interesantes debido a que hay un incremento de manera casi inmediata cuando las personas inician la DT para poder liberarse de esas emociones negativas las cuales no han podido descargar. No solo mejoraron su proceso psicológico, sino

también aumentó el proceso de integración personal y grupal, desarrollando así sus habilidades sociales.

En la división de los sub-grupos que se realizaron para poder ejercer de manera más práctica la actividad se encontró a personas que presentaban cuadros de: ansiedad y depresión, los cuales fueron prioridad al momento de empezar con la danza como terapia. Los resultados que se presentaron fueron muy positivos debido a que tuvo un efecto impactante en dichos pacientes.

Aprendieron a regular sus emociones a través del movimiento corporal, a liberarse de aquello que no pudieron hacer en mucho tiempo, pero lo más relevante al momento de notar una mejora en la salud mental de las personas, fue la construcción de nuevas perspectivas e impactos tanto personales como grupales, dichos impactos fueron positivos porque la mayoría de las personas obtuvieron y brindaron resultados satisfactorios.

En la tesis de grado denominada *El arte terapéutico como herramienta en la salud mental comunitaria*, desarrollada por Achín y Olivares (2014), la cual tuvo como objetivo fortalecer la salud mental a través del arte terapéutico, se obtuvo como resultado el incremento y mejoramiento de la salud mental expresándose mediante movimientos corporales que pueden ser llamadas también ejercicios de liberación donde se expulsa las emociones retenidas negativas por alguna situación en específico. También ayuda a tener un sentido de vida más cómodo y a crear un análisis y una reflexión a partir de toda la experiencia que se está viviendo. Se trabajan las emociones y se centra en un factor esencial que todo humano debería poseer los cuales pueden facilitar el desarrollo de cada persona.

Se utilizó la danza debido a que es una acción que permite la satisfacción completa al momento de realizarla ya que se le otorga un papel muy importante en la conservación y el aumento de la salud física y mental.

En el documento denominado *Danza para la salud: la aplicación de un programa intergeneracional con alumnos del Grado en Ciencias de la Actividad Física y del Deporte*, desarrollado por Padilla, Castro, Cuenca, Camiletti, Izquierdo, Inmaculada y Álvarez (2019), tuvo como objetivo autoevaluar las diferentes intervenciones que se realizaron en los diferentes sub-grupos, así como también las actividades que fueron desarrolladas, esta tesis se desarrolló bajo una metodología cualitativa, descriptiva y longitudinal donde se arrojaron los siguientes resultados: incremento al momento de organizar las actividades diarias que se proponga cada persona, mejoramiento de las capacidades de relación de equipo e interpersonales. Por otro lado,

la salud mental es indispensable ya que existe un mejor rendimiento académico en los estudiantes, incrementa su actividad física, una sana convivencia dentro y fuera del aula de clases, mayor rendimiento físico y liberación de emociones negativas.

En el artículo titulado *Impacto de la danza en el bienestar psicológico: Autorregulación autodeterminación y habilidades sociales*, planteado por Vargas y Mazón (2020), cuyo objetivo fue analizar la aportación de la danza al bienestar psicológico, obteniendo los siguientes resultados: se realizaron análisis descriptivos con los siguientes datos: regulación intrínseca, regulación identificada, autonomía, autorregulación, empoderamiento y auto-reconocimiento, donde todos y cada uno de los conceptos mencionados anteriormente, estuvieron ligados a la danza, el incremento y la mejora se fueron realizando a través de la práctica de la misma. Existe un aporte muy significativo a la motivación personal y social, aquella que le rodea, esto es un factor muy importante en la salud mental, dado que, si la persona recibe rechazo y desaprobación por parte de sí mismo y de los demás, tendrá una disminución en su cotidianidad. Por el contrario, si el reconocimiento y la motivación es positiva, la salud mental de la persona será más sana y estará más activa a la práctica de la danza demostrando que las habilidades sociales, la autodeterminación y la autorregulación pueden ser factores muy indispensables para que la persona permanezca estable mental, emocional, psicológica y físicamente.

En el artículo titulado *Foro sobre salud mental 2011, conclusiones y pasos futuros*, desarrollado por Contreras y Henriette (2011), el cual tuvo como objetivo informar a la comunidad que esté interesada en nuevas técnicas que se puedan emplear para la mejora de la salud mental. Se efectuó bajo un foro de discusión sobre salud mental con la participación de prestadores de servicios, invitados, investigadores, personal que definen las políticas a nivel gubernamental y finalmente los usuarios.

Como resultados, se evidenció la falta de indicadores que demuestren la poca información de medición que se tiene al respecto a través del impacto de las nuevas acciones de prevención y promoción ante la salud mental, mencionando también que junto con la nueva implementación de la DT, nace una nueva terapia que puede ser igual o más efectiva se la denominó yogaterapia, estas dos nuevas técnicas pueden mejorar de manera muy beneficiosa la salud mental debido a que la primera libera emociones y sentimientos negativos a través de diversos movimientos, algunos fuertes y otros un poco más delicados, el segundo en cambio, permite canalizar y regular

de una manera mucho más pacífica las emociones, ya sean positivas o negativas, demostrando así que con estas nuevas técnicas terapéuticas, se puede aumentar la salud mental.

En la tesis denominada “*Optimización en procesos cognitivos y su repercusión en el aprendizaje de la danza*”, realizada por Megías (2009), tuvo como objetivo contribuir a desarrollar en los alumnos las capacidades generales y los valores cívicos propios del sistema educativo y, además, las capacidades para habituarse a observar la danza asistiendo a manifestaciones escénicas con ella relacionadas y establecer un concepto estético que les permita fundamentar y desarrollar los propios criterios interpretativos, desarrollar la sensibilidad artística y el criterio estético como fuente de formación y enriquecimiento personal, a analizar y valorar la calidad de la danza, la optimización en procesos cognitivos y su repercusión en el aprendizaje de la danza, conocer los valores de la danza y optar por los aspectos emanados de ella que sean más idóneos para el desarrollo personal, permitir vivir la experiencia de transmitir la danza, obteniendo como resultados el autoestima se han encontrado diferencias estadísticamente significativas. Ha sido uno de los aspectos que se ha cuidado mucho desde el programa de intervención, procurando proporcionar experiencias de éxito en todos los alumnos, facilitando el aprendizaje a través de nuevas estrategias, la organización perceptiva, también se ha visto significativamente beneficiada. Esta variable mide aspectos de orientación espacial, organización de información visual y facilidad para copiar estímulos, la captación de los pasos y variaciones que a nivel de danza se llevaron a cabo ha mostrado diferencias estadísticamente significativas, recuerdo, que implica la reproducción de los pasos nuevos a largo plazo, ha obtenido resultados positivos, estadísticamente significativos, memoria como variable compleja, también muestra diferencias significativas. Esta variable incluye “captación” de los pasos, que implica la ejecución de los pasos basándose en el recuerdo a corto plazo de lo que ha sido modelado; y la variable “memoria”, medida a través del test de Yuste, que individualmente no muestra diferencias, y que reflejaría un índice de memoria visual y auditiva.

En el artículo denominado “*influencia del baile recreativo en el estado de ánimo y autoestima de personas adultas*”, realizado por Bernardés (2011), el cual tuvo como objetivo determinar si hay diferencias en el Estado de Ánimo y la Autoestima de personas adultas que practican baile recreativo en comparación a las que no lo hacen. Para el cumplimiento del propósito se utilizó un diseño de comparación de tres grupos independientes, utilizándose el Inventario de Depresión de Beck y la Escala de Autoestima de Rosenberg, se eligieron también otras variables como los

múltiples ejercicios físicos, los cuales pueden ser utilizados como una alternativa el cual tiene un componente adicional favorecedor en los aspectos de la salud, se encuentra la danza o el baile, que además de aportar los beneficios mencionados anteriormente, posee otros que contribuyen al bienestar de las personas, aporta flexibilidad, movilización, fortalecimiento, coordinación, intuición, expresividad, estética y estilo lúdico. En cuanto a los resultados que fueron arrojados por los cuestionarios que fueron aplicados, (Depresión y Autoestima) se adaptaron a las necesidades del estudio. Las puntuaciones del cuestionario de Depresión varían según la pertenencia a los grupos de baile, grupos de ejercicios físicos y a los sedentarios. Las varianzas en los dos primeros grupos son relativamente semejantes, sin embargo, presentan mayor dispersión en el grupo de personas sedentarias. Cambio de hábitos de comportamientos sedentarios hacia rutinas más saludables, donde se incluya la actividad física y recreativa como factor preventivo y promocional. Así también en todo el mundo la Depresión es una de las psicopatologías de mayor preocupación, requiriendo de la psicología información que sirva para su confrontación. La curva en la puntuación de la Depresión sigue una dirección que muestra a la práctica del baile recreativo y de ejercicios físicos con medias menores en Depresión.

En la tesis denominada *“Relación entre la práctica de la danza folklórica y la motivación social con el bienestar psicológico en un grupo de jóvenes de dos universidades privadas de Lima”* desarrollada y realizada por Barzola (2019), la cual tuvo como objetivo conocer la relación entre la práctica de la danza folklórica y la motivación social con el bienestar psicológico en un grupo de jóvenes de una universidad de Lima, los cuales se encuentran entre el rango de edad de 19 a 24 años. Se tomó en consideración su pertenencia o no pertenencia al elenco de danza de dicha universidad. Se usó el tipo de diseño comparativo, correlacional, no experimental y transversal. Los resultados arrojados por esta investigación fueron los niveles de intensidad moderada entre la práctica de la danza folklórica y la motivación social con el bienestar psicológico.

En el artículo titulado *“La danza, el movimiento y la salud”* desarrollada por Abello, Manzano y Becerra (2018), tuvo como objetivo demostrar que en los últimos años, la danza puede ser usada como una herramienta terapéutica, debido a que trabaja con las múltiples conexiones entre el cuerpo y la mente, las cuales pueden ser utilizadas de manera positiva para producir un movimiento específico, este a su vez puede ser entrenado para ser perfeccionado, lo que al mismo tiempo puede servir como terapia para patologías como el autismo, los problemas de atención,

lesiones cerebrales y discapacidades motrices, es aquí donde se puede permitir principalmente al paciente experimentar nuevas sensaciones, expresar emociones replegadas, trabajar en la perfección y/o recuperación del movimiento, mejorar la memoria, en la medida que fortalece habilidades motoras, además de la parte psicológica; demostrando que la Danza Movimiento Terapia (DMT) puede llegar a obtener excelentes resultados, presentándose como alternativa a las terapias convencionales. Los autores definen a la danza como *“una de las máximas expresiones artísticas que el humano puede realizar. Ésta, con orígenes muy remotos y diferentes enfoques, termina convergiendo en algo tan simple y a la vez tan complejo: el movimiento. Sin embargo, no se trata de un movimiento cualquiera, sino de uno que surge de la fusión e interacción entre el cuerpo, la mente y el alma”*.

Teniendo como resultado y conclusión que la danza y el movimiento como terapia es una óptima alternativa para ejercerla como terapia debido a que se ha logrado demostrar que es una herramienta muy valiosa y eficaz al momento de ejecutarla en pacientes con diagnósticos de diferentes patologías como las diversas discapacidades mentales como o trastornos motrices y o que estos llegan a causar, buscando los estímulos y las sesiones de terapia necesarias siempre enfocadas en los objetivos de conseguir o recuperar, dado el caso, las habilidades motoras y fortalecer a su vez la parte psicológica, acompañado de terapeutas capacitados para abarcar estos ámbitos.

En la tesis denominada *“Aplicación de la danzaterapia para mejorar el estado de ánimo en adultos mayores con depresión leve de 65 a 80 años que asisten al Hogar Geriátrico Plenitud de la ciudad de Quito en el periodo Noviembre 2017 – Abril 2018”* la cual fue desarrollada por Saritama (2018), tuvo como objetivo conocer el efecto de la DT como alternativa de solución frente a la depresión de los adultos mayores del Hogar Geriátrico Plenitud, así como también aplicar la DT como medio terapéutico para disminuir la depresión logrando llegar a un grado normal es decir ausencia de depresión en los adultos mayores del Hogar Geriátrico Plenitud y por último evidenciar los beneficios que logramos alcanzar con la aplicación de la DT en los adultos mayores del Hogar Geriátrico Plenitud, obteniendo como resultados, el incremento frente al aportar beneficios, físicos y sociales que se encaminaban a mejorar la emocionalidad de los adultos mayores, para que de esta manera a los participantes a los que se le aplicaba este estudio, presentaran resultados incrementados hacia la positividad y mejora de sus beneficios no sólo físicos sino también psicológicos, en este caso, resaltando la emocionalidad de los participantes,

lo cual a partir de diferentes ejercicios de danza se vieron incrementados de manera satisfactoria los diferentes procesos emocionales y psicológicos de los adultos mayores, el estudio se realizó en totalidad integrada y para su desempeño, en espacios cómodos tanto para la ejecutora sino también para las personas que hicieron parte de este estudio, aquí se demostró el incremento en los factores psicológicos en personas que padecían trastornos mentales

En la tesis nombrada *“Danzaterapia como intervención en problemas de aprendizaje en discapacidad intelectual leve-moderada”* desarrollada por Jiménez (2017), se efectuó bajo un estudio cuasi experimental en el que se evaluaron adultos de la Asociación a favor de la Discapacidad Intelectual de Granada en su Centro Ocupacional ASPROGRADES 2001, esta tesis, tuvo como objetivo principal comprobar los efectos de un programa de DT en variables cognitivas y en equilibrio dinámico en un grupo de usuarios con discapacidad intelectual leve/moderada. Cabe mencionar que todas las personas que decidieron participar de esta investigación pertenecen a la comunidad en condición de discapacidad intelectual leve o moderada incluyendo parálisis cerebral y síndrome de asperger. Este programa de intervención se basó en aplicar las técnicas de Danza como apoyo básico en el tratamiento. Para la realización práctica de esta tesis, se utilizaron varios test, los cuales fueron sustentadas teóricamente y llevadas a la práctica a medida que se fue efectuando la investigación, con esto se encontraron resultados muy interesantes como, por ejemplo, mejoras significativas tras la intervención, que se ven reflejadas en el Mini Examen Cognoscitivo de Lobo, test derivado del Mini-Mental de Folstein. Estas mejorías pueden estar relacionadas con el entrenamiento de la técnica específica de la Danza, por otro lado, el Mini Examen Cognoscitivo de Lobo ha detectado cambios en pacientes con enfermedad de Alzheimer, que, en similitud con nuestro estudio, encontraron mejoras en el lenguaje expresivo de la danza tras una intervención de 4 meses. Por lo tanto, los resultados de este trabajo de grado fueron muy interesantes, ya que, a través de la práctica de la DT no sólo fomentaron a la ayuda para la mejora en las diferentes patologías que padecían los participantes, sino también que a su vez se vieron afectados de manera positiva sus habilidades físicas y motoras. Es decir, en los resultados obtenidos se demuestra la mejora en los componentes cognitivos y el equilibrio. Por tanto, la DT puede aportar al tratamiento de Terapia Ocupacional nuevos procedimientos y prácticas que enriquezcan el conocimiento y alcance de la profesión en el área de la rehabilitación física y mental en múltiples poblaciones.

En la RSL *“Las destrezas mentales como atributos protectores frente al riesgo de los trastornos alimentarios en bailarines”* realizada por Estanol, Sheperd y McDonald (2013), la cual pretende indagar a cerca de los diferentes riesgos que puede llegar a implicar el ambiente dancístico, sobre todo a quienes ejercen la danza, debido a que se pueden llegar a desarrollar trastornos de la conducta alimentaria, aquí los autores pretenden concientizar y realizar investigaciones en grupos de riesgo para apoyar y brindar a través de su conocimiento las herramientas necesarias para mejorar la salud no sólo física sino también emocional y mental de los bailarines. También se ven implicadas algunas otras variables que nacen a través de este comportamiento conductual, como es la depresión y la ansiedad, así como también algunas habilidades de afrontamiento específicamente en el grupo seleccionado por los autores. También mencionan que, a partir de la revisión de la bibliografía, se ha encontrado que en los grupos de danza existen prevalencias de trastornos de la conducta alimentaria hasta del 45% en comparación con el 28% encontrado en otros grupos de estudiantes, además de que la psicopatología encontrada es similar a la que presentan individuos con conductas alimentarias de riesgo. En algunos estudios se ha encontrado que hasta el 83% de los bailarines ha cubierto criterios de un TCA en algún momento de su vida. Los autores de este artículo pronostican que habrá una relación positiva entre los factores de riesgo medidos, es decir presión por el peso corporal, la depresión y la ansiedad, y los síntomas de trastorno alimentario, así como una relación inversa con las habilidades de afrontamiento. Los autores utilizan un instrumento específico para medir la presión por el peso en bailarines, otro para medir las habilidades mentales en atletas y otros instrumentos de medición generales para la depresión, la ansiedad y las características psicológicas y conductuales de los trastornos de conducta alimentaria. Los resultados que se obtuvieron fueron los que lograron permitir la confirmación de la relación positiva existente entre los factores de riesgo de: presión por la delgadez, depresión y ansiedad), los cuales claramente son relacionados con los trastornos de conducta alimentaria. Los autores lograron confirmar la hipótesis que plantearon la cual mencionaba que existía una relación negativa entre factores de riesgo y las habilidades mentales. Seguido a esto, los autores lograron confirmar el afecto negativo que hacía el papel de mediador entre ello y la presión por delgadez existente anteriormente mencionada, esto relacionado también con los síntomas de los trastornos de conducta alimentaria. Finalmente, no se obtuvo un buen ajuste para el modelo estructural para probar el papel mediador de las habilidades mentales entre el afecto negativo y los síntomas de

TCA cuando se incluyeron todas las habilidades mentales, mientras que un modelo más parsimonioso sí arrojó resultados positivos. En específico, los aspectos que mostraron relación fueron: afrontar la adversidad, sentirse libre de preocupaciones y motivación para alcanzar metas y confianza.

En el trabajo de grado *“beneficios físicos y psicosociales de las danzas folclóricas adaptadas en los adultos mayores del centro de vida san Sebastián de ternera”* ejecutada por Salcedo, Flórez y Aragón (2018), efectuada bajo un modelo metodológico mixto, el cual se realizó en dos fases, la primera fue la cuantitativa y la segunda la cualitativa. Este trabajo de grado tuvo como objetivo analizar los beneficios físicos y psicosociales de las danzas folclóricas adaptadas en los adultos mayores del Centro de vida San Sebastián de Ternera. Se trabajó con una población de 15 personas: 5 hombres y 10 mujeres, los criterios de inclusión fueron: tener edades comprendidas entre 60 y 79 años y asistir al centro de vida. A través de la implementación de los ejercicios dancísticos, los cuales fueron propuestos para analizar el comportamiento de los adultos mayores y sus reacciones tanto físicas como psicológicas, se pudo observar una leve mejora a nivel físico en la población, mejoras en el desempeño de cada una de las tareas y movilidad un poco más armónica; respecto a nivel psicosocial se concluyó, por medio de las entrevistas y grupo focal, que la práctica de la danza adaptada les hizo sentir felices, alegres, con mucha energía, recordaban su juventud y compartían con sus compañeros del centro de vida. Se obtuvo como resultado, que la danza sirvió de apoyo para evaluar aspectos físicos, emocionales y sociales que mostraron los participantes durante este proceso. Demostrando, que al final un alto porcentaje de la muestra indica que la actividad de baile recreativo trajo consigo beneficios a nivel físico, psicológicos y social, destacando el mejoramiento en la coordinación, el equilibrio, el ritmo, el estado físico y emocional, presentando así, resultados positivos y una mejor percepción de la calidad de vida.

En la tesis nombrada *“Esquizofrenia y danza-expresión corporal: una propuesta de abordaje en salud mental”* propuesta y ejecutada por Fernández (2020), la cual tuvo como objetivo llevar a cabo una intervención para el abordaje de la salud mental dirigido a personas con diagnóstico de esquizofrenia, pertenecientes a un centro de rehabilitación psicosocial de Montevideo, destacando las múltiples fortalezas que cada persona tiene, haciendo un hincapié en los diferentes aspectos saludables de los participantes, los cuales pueden proporcionar y desarrollar herramientas que cada uno pueda usar el cuerpo como medio de expresión y comunicación, como también

posibilitar las diversas transformaciones dependiendo del entorno en el que se movilizan día a día. Los resultados de esta investigación concluyeron que, a través de programas de intervención en danza, las personas presentan mejoras en indicadores de la salud mental como: estados de ánimo, autoestima, emociones negativas, bienestar, salud autopercebida, confianza en sí mismo, autoimagen corporal, relaciones sociales y un alto incremento en su calidad de vida. Debido a que este artículo se desprende de una investigación realizada con pacientes con diagnóstico de esquizofrenia y a partir de los resultados obtenidos se sugiere a la psicoterapia del movimiento como una herramienta útil para el mejoramiento de la comunicación de estas personas.

Obteniendo una mejor autopercepción de quienes hicieron parte del programa de la danza como método psicoterapéutico, se evidenció que gracias a la DT se puede generar condiciones que posibiliten el reconocimiento de las fortalezas y potencialidades de los participantes que históricamente han quedado opacadas por la sintomatología característica del diagnóstico de la esquizofrenia. En este sentido, se realizó el análisis pertinente el cual esperaba posibilitar transformaciones en relación al estigma en sus múltiples dimensiones: individual, familiar e institucional, logrando que cada persona lograra tener una mejor percepción de sí mismos y del entorno que los rodea.

En el trabajo de grado denominado “*Beneficios psicológicos y emocionales de la danza aplicados a la salud mental*” realizada por Herrería (2021), estuvo efectuada bajo un método de investigación de tipo descriptiva, cualitativa y de corte transversal, con un objetivo de describir los beneficios psicológicos y emocionales de la danza aplicados a la salud mental en ocho personas practicantes de danza que llevan por lo menos un año realizando esta actividad. El fin de la autora, es el de presentar un estudio introductorio y efectuado bajo una intervención basada en Danza para la mejora de la salud mental. Se utilizaron diferentes mecanismos para recolectar información como: entrevista, grupo focal y observación participante. Gracias a la utilización de las pruebas y test que fueron utilizados para esta investigación, se obtuvieron resultados a través de preguntas y respuestas con los participantes: “*ha sido un instrumento maravilloso para soltar cosas dolorosas de la vida, aprender cosas nuevas y aprender a sobrellevar las cosas de la vida en general*”, “*me da seguridad, yo era bien tímida, súper insegura, no tenía esta apertura para hablar sobre cómo me siento y era bastante sedentaria y pues ahora estoy activa, y tengo buen estado físico*”, “*me ayuda a olvidar los problemas como dije antes, los guaguas el trabajo y todo*. Demostrando que gracias a la danza no sólo se mejora en el aspecto físico, ya que se le está

proporcionando el cuidado necesario al cuerpo, sino también está siendo utilizada como un factor protector para quienes quieren reducir esos aspectos negativos en sus vidas, aquellos que practican la danza, como en este caso, dan fe de que realmente se la puede utilizar para tener un equilibrio emocional y psicológico para tener una mejor calidad de vida y empezar a sentirse mejor consigo mismos, mejorando así no solo las relaciones inter sino también las intrapersonales.

En el artículo *“Algunos aspectos psicológicos en los profesionales de la danza”* efectuado por Maymó (2009), se realizó un esbozo de los aspectos psicológicos que deben ser considerados en los profesionales de la danza con cinco bailarines lesionados. Se recolectó información acerca de los factores que, según los participantes, habían influido a lesionarse, sumado a esto se tuvo en cuenta sus percepciones y efectos de las lesiones.

Además, también se les indagó sobre la sintomatología o las dificultades que habían experimentado durante los seis meses anteriores y sobre la atención psicológica en el mundo de la danza. Teniendo en cuenta el desarrollo personal y profesional de los bailarines, los cuales se caracterizaron por los constantes retos implican el desajuste en diferentes aspectos a los que se deben enfrentar en su cotidianidad. Se tuvieron en cuenta también las recompensas que puede traer o brindar la danza. Los resultados que arrojó este artículo en base a lo que la autora indagó y el análisis que realizó señalan que los bailarines dentro del grupo de intervención mostraron medidas subjetivas de mejoría en el rendimiento, así como también lo indicaron las evaluaciones de los profesores. En cambio, aquellos estudiantes que se hallaban en un grupo de control sin intervención psicológica no mostraron cambios significativos. Además de mejorar su eficacia y rendimiento antes de que presentaran las lesiones, se evidenció y demostró que a través de la danza las personas pueden potencializar sus habilidades psicológicas y emocionales, demostrando que, aunque a veces haya caídas que afecten la emocionalidad de las personas, siempre podrán iniciar de nuevo con experiencias únicas las cuales fueron incrementando gracias a la disciplina de la danza como método y mecanismo para mejorar su salud física y emocional.

En la tesis *“Efecto de la danzaterapia en el nivel de autoeficacia emocional de cinco adolescentes con trastorno depresivo; en programa residencial: aportes para una intervención psicoterapéutica alternativa”* propuesta por Ramos (2017), la cual fue efectuada bajo una metodología cuasi-experimental. Sirviéndose de la integración de la metodología cualitativa y cuantitativa, esta tuvo como objetivo examinar los efectos de la DT en los niveles de autoeficacia

emocional en un grupo de cinco adolescentes entre las edades de 13 a 17 años diagnosticados con el trastorno depresivo o que presentan indicadores asociados a dicho trastorno. Arrojando resultados como: cuatro de cinco sujetos aumentaron su nivel de eficacia emocional. En el sujeto que se detecta disminución se observó un descenso de un punto. Respecto a los niveles de sintomatología depresiva se revela que cuatro de cinco sujetos mostraron disminución de síntomas depresivos. Los resultados cualitativos muestran que el tratamiento de danza terapia genera al participante la reducción de emociones negativas, reducción de estrés, incremento en autoconfianza y espontaneidad.

En la monografía *“La danzaterapia como recurso pedagógico para la inclusión educativa de personas con discapacidad”* desarrollada por Tarazona (2020), tuvo como objetivo analizar los aportes de la DT como un recurso pedagógico para la inclusión educativa de personas con discapacidad, así como también tratar de identificar qué es discapacidad; reconocer las experiencias en torno a la DT en los contextos de inclusión educativa de personas con discapacidad; conocer de qué manera la legislación Colombiana reglamenta la inclusión educativa para las personas con discapacidad y finalmente relacionar la DT en el contexto de educación artística como recurso pedagógico para la inclusión educativa. Los resultados que se obtuvieron en cuanto a la investigación que se realizó para la creación de esta monografía fueron muy interesantes ya que la población participante demostró que el concepto de discapacidad no es sinónimo de limitarse a hacer algo. En cuanto a la danza como método pedagógico para las personas con discapacidad se pudo concluir que la encuesta que se utilizó arrojó resultados variados frente a los procesos de inclusión y la implementación de la educación artística. Algunos de estos factores pueden ser debidos a la libertad que tienen las instituciones respecto a la implementación de su PEI. Es importante enfatizar que algunas instituciones tienen desconocimiento frente a la ley de inclusión educativa.

En la tesis *“Danzaterapia para niños con cáncer entre 5 y 8 años”* desarrollado por Canales (2012), tuvo como objetivo utilizar la danza como método terapéutico frente a poblaciones con algún tipo de discapacidad ya sea psíquica o física, utilizando los diferentes efectos terapéuticos de la danza y del movimiento. Las investigaciones se realizaron con el fin de comprender mucho mejor cuál es el papel que desempeña la danza frente a los niños que padecen cáncer y a su vez identificar qué factores se pueden potencializar en los mismos, se realizó un cuadro comparativo el cual establece similitudes y diferencias entre la Danza Movimiento Terapia y DT. Los

resultados arrojados en este cuadro comparativo, fueron muy interesantes, debido a que se encontró algunas similitudes las cuales pudieron ser utilizadas en los niños que hicieron parte de esta investigación, demostrando así, que las diferentes habilidades sociales que los niños habían hecho a un lado debido a la condición en la que estaban, les permitió rehacer hábitos que habían perdido, como por ejemplo, hacer un poco de ejercicio sin sobre-exigirse, mejorar su calidad de vida, sus relaciones con su entorno mejoró significativamente y empezaron a ejecutar la danza por voluntad propia, pues se dieron cuenta que realmente les hacía muy bien practicarla.

En la tesis *“Arte-terapia: Un estudio de caso sobre violencia intrafamiliar superado mediante la práctica artística”* planteado por Jeréz (2017), tuvo como objetivo comprender cómo funcionan paralelamente una obra de arte, conceptual y formalmente sólida, y el arte-terapia (DT), que a la vez actúa como mecanismo psicológico de sanación en personas que han sido víctimas de violencia intrafamiliar y cómo mediante la práctica del arte, más específicamente la danza, han logrado superar esos episodios traumáticos en sus vidas. Cabe mencionar, que, por su contenido, esta tesis fue efectuada bajo una metodología cualitativa. El objetivo de este trabajo es comprender cómo funcionan paralelamente una obra de arte, conceptual y formalmente sólida, y el arte-terapia, que a la vez actúa como mecanismo psicológico de sanación. Seguido de estos fundamentos de Arte-terapia revisó el tema de la violencia de género y la violencia intrafamiliar. Por otro lado, también se repasó algunos artistas que utilizan el arte como proceso catártico, artistas vinculadas con la violencia, así como personajes pertinentes para entender y ejemplificar hechos parecidos de violencia a los que la autora ha vivido. Como resultado se obtuvo que gracias al concepto como tal de arteterapia, las personas que han sido víctimas de violencia intrafamiliar o de género, han podido recuperarse gracias al uso de las diferentes técnicas psicoterapéuticas siendo una de las principales la danza, la cual permite que las personas puedan desenvolverse de una manera más apropiada en su cotidianidad y así mismo, recuperar ciertas habilidades que habían perdido. Gracias a la DT las personas pudieron recuperar confianza en sí mismas, aumentar su autoestima, se les facilitó entablar conversaciones con personas con las que nunca habían interactuado anteriormente y lo más importante, recuperaron el amor propio hacia ellas mismas.

En la tesis denominada *“Influencia de la danza-movimiento terapia sobre la percepción de la fatiga y el desempeño ocupacional en adultos mayores de 65 a 80 años”* realizada por Maza (2020), la cual tuvo como objetivo determinar la influencia que tiene la danza-movimiento

terapia frente a la percepción de la fatiga y el desempeño ocupacional en adultos mayores, como también Identificar qué áreas de desempeño ocupacional, son las beneficiadas al utilizar las técnicas de la DMT. Por otro lado, se trató de reconocer que componentes de desempeño ocupacional, son aplicados y beneficiados en la práctica de la DMT. Y por último se optó por determinar las técnicas más utilizadas de la DMT, que funcionarían para la modificación de la fatiga en los adultos mayores. Obteniendo como resultados que gracias a la guía las acciones tomadas que se desarrollarán en colaboración con el participante, también cabe resaltar que se basa en una selección de teorías, marcos de referencia y evidencia. Con base a ello, los resultados que arrojó la investigación demostró que la determinación del éxito en alcanzar los resultados esperados superó enormemente las expectativas, debido a que la información que se logró recolectar evidenció que la danza como método terapéutico, incrementó la percepción del adulto mayor de una manera considerable, lo cual hizo que la calidad de vida de los participantes, se desarrollara de una mejor manera, regulando así su calidad de vida y relaciones interpersonales.

En el trabajo de grado *“Danza Primal para el trastorno de estrés post-traumático (TEPT) por abuso sexual en mujeres adultas jóvenes en Ecuador”* realizada por Trujillo (2016), se realizó un estudio de caso con dos mujeres entre los 18 y 35 años que han sido violentadas sexualmente y estén diagnosticadas con trastorno de estrés post-traumático por consecuencia del abuso sexual. Por ello, se plantea el objetivo de cómo la danza primal (terapéutica) ayuda a solventar el estrés post-traumático que padecen las víctimas, se encontró que antes de la investigación las mujeres que fueron abusadas, no tenían un adecuado comportamiento, debido a que las secuelas que les dejó la violencia sexual fueron muy fuertes. Para tratar de mejorar su estilo de vida y hacerles recuperar su autoestima, confianza, amor propio y su calidad de vida, se propuso un programa de intervención el cual pudiera devolver todos los factores mencionados anteriormente a las mujeres. Se inició con el proyecto obteniendo muy buenos resultados, pues las mujeres después de experimentar la danza como factor protector frente al estrés post-traumático, lograron recuperar muchos aspectos que creían no volverían a tener nunca más en sus vidas. Su emocionalidad mejoró notablemente, así como su confianza, autoestima, su calidad de vida y su amor propio. Volvieron a sentirse seguras consigo mismas y pudieron entablar conversaciones con hombres, lo cual no habían hecho hace bastante tiempo. Su estado psicológico también incrementó gracias a que la danza como método terapéutico, les ayudó a recuperar lo que creyeron habían perdido.

En la tesis “*Taller de danza terapia para niños preescolares con discapacidad auditiva*” desarrollada por Miranda (2015), la cual se efectuó bajo una metodología de tipo descriptivo, y que tuvo como objetivo describir las habilidades cognitivas, de la vida diaria, sociales y psicomotoras antes y después de la aplicación de un taller de danza terapia a niños y niñas con discapacidad auditiva, que asisten a preescolar en el CAM No. 5 de Toluca, Estado de México. Para desarrollar este objetivo, se tuvo en cuenta algunos criterios como, por ejemplo, que los niños y niñas que participan en esta investigación tengan una edad cronológica de 4 a 7 años, y una escolaridad de segundo y tercero de preescolar, también que presenten cierto desfasaje en la mayoría de las áreas de desarrollo. Debido a que los niños y niñas en edad preescolar se encuentran en una etapa de desarrollo ideal para el aprovechamiento de estímulos múltiples y diversos, por lo que aplicar un taller de danza terapia, podría impactar favorablemente en todas sus áreas de desarrollo, principalmente en la psicomotora. Teniendo en cuenta que se trabajó con niños en condición de discapacidad auditiva, se tuvieron en cuenta diferentes definiciones operacionales: cognitiva, de la vida diaria, social y psicomotora.

Para este estudio, se utilizó la guía de evaluación Nieto (1995), ya que fue elaborada para evaluar a niños mexicanos con alguna necesidad educativa especial, la evaluación determina la edad cognitiva de los niños, así como habilidades cognitivas y desarrollo psicosocial con su entorno, desarrollo psicomotor y aspectos de la vida diaria.

En base a lo anterior se obtuvieron resultados muy interesantes y mencionando que los niños con discapacidad auditiva, tienen la necesidad educativa de comunicación, con apoyo requerido es el de lenguaje de señas mexicano, para el registro de las actividades a realizar en el taller de DT, se utilizaron cartas descriptivas, donde se especificó el objetivo de la sesión, actividades desarrolladas, material y tiempo requerido, así como una sección de observaciones, donde el instructor realizó un registro anecdótico, con las observaciones recabadas en cada una de las sesiones, demostraron que: los alumnos mejoraron su atención, concentración y manejo de impulsos favoreciendo notablemente su desempeño psicopedagógico. También se favoreció la coordinación, la motricidad gruesa y fina, a través del movimiento corporal y el libre desenvolvimiento, los alumnos se observaron más seguros y con mayor autoestima reflejada en sus actividades diarias y en el desenvolvimiento con sus compañeros.

En la tesis de grado denominada “*La danza terapéutica y el trastorno espectro autista en estudiantes de 11 a 14 años en la escuela de educación básica completa Nela Martínez*”

Espinoza” realizada por Campoverde (2019), la cual tuvo como objetivo, conocer la importancia de la danza terapéutica o danza terapia para mejorar las habilidades en los estudiantes de 11 a 14 años con trastorno espectro autista de la Escuela de Educación Básica Completa Particular Nela Martínez Espinoza, en el periodo lectivo 2018 – 2019.

Para la realización de este trabajo de grado, la autora refiere que se utilizaron instrumentos de recolección de datos tales como: la ficha de observación, entrevistas y encuestas dirigidas a los involucrados directamente en la problemática, con lo cual se pudo tener una idea clara de las causas y consecuencias del problema. Se trabajó en base a una investigación de campo, bibliográfica y descriptiva con lo cual se pudo conocer las dificultades que tienen los adolescentes con TEA de la institución en cuanto a sus áreas cognitiva, social, comunicativa. Como solución al problema se planteó el diseño de una de una guía de ejercicios basada en la danza terapéutica, dirigida a los docentes Escuela de Educación Básica Completa Particular Nela Martínez Espinoza, para mejorar la socialización y comunicación. Arrojando resultados como: la mayor parte de los participantes de los estudiantes logra coordinar sus piernas y sus brazos, es decir, la mayoría; lo cual es muy importante para su desarrollo motor grueso, un porcentaje más reducido logra coordinar a veces y un grupo más pequeño aún no logra la coordinación en los ejercicios de danza que se proponen. A veces les costó trabajo tomar una postura corporal correcta (permanecer erguido) y un mínimo porcentaje de participantes no lo logró. En algunas ocasiones los estudiantes presentan dificultades de interacción social (se enoja o pelea mucho). A los adolescentes evaluados, les cuesta entender las emociones de sus compañeros, es decir, la mayoría son apáticos mientras que sólo el 18% no lo es, este factor es sumamente importante para crear un ambiente de sana convivencia en la escuela, el cual se debe trabajar en conjunto con toda la comunidad educativa para obtener resultados. Para finalizar, los resultados arrojados por todas las entrevistas y test en los estudiantes sometidos, solamente 4 se encuentran dentro de la escala del desarrollo social que tiene relación con la capacidad de relacionarse con sus pares, la capacidad de referencia conjunta y las capacidades intersubjetivas y mentalistas, por lo cual se debe realizar un trabajo conjunto en la casa, escuela y realizar actividades extras que le favorezcan el desarrollo social.

En la tesis denominada *“La danza como terapia de apoyo para reducir los trastornos de ansiedad por consumo y abuso de sustancias, dirigida a mujeres y hombres de la ONG centro de rehabilitación y prevención de drogas el buen pastor”* desarrollada por García (2013), la cual

tuvo como objetivo comprobar cómo a través de la práctica de la danza terapia se pueden reducir los trastornos de ansiedad en las personas con problemas de abuso de sustancias psicoactivas. Para este estudio se evaluó los niveles de ansiedad por medio de una entrevista dirigida al inicio, seguida de la aplicación del Test de Hamilton acompañada de una escala de observación, la cual se llevó a cabo por 3 meses obteniendo resultados satisfactorios. Teniendo en cuenta que la ansiedad patológica es resultado de los problemas de diverso tipo a los que se enfrenta la persona en su vida cotidiana, y sobre todo de la forma en que interioriza y piensa acerca de sus problemas. Los síntomas más comunes de esta condición son taquicardias, sensación de ahogo, sensación de pérdida del conocimiento, transpiración, rigidez muscular, debilidad muscular, insomnio, inquietud motora, dificultades para la comunicación, pensamientos negativos y obsesivos, entre otros.

Gracias a que se utilizó la danza como método psicoterapéutico en personas con trastorno de ansiedad por el consumo de sustancias psicoactivas, se obtuvo como resultado que la danza favorece también el desarrollo de las facultades cognoscitivas, donde se despiertan facultades como: la observación, la memorización, asociación, análisis, disociación, síntesis, previsión, conceptualización, combinación. A su vez también despierta las aptitudes de relación con los demás. También es importante recalcar que incrementó el nivel de percepción personal y del cuerpo, permitió realizar amplios movimientos e incentiva al individuo a expresarse de manera auténtica a través de la integración del inconsciente. Por lo tanto, la DT es un método muy eficaz para combatir algunas adicciones de sustancias psicoactivas en las personas.

En la publicación *“La danza como instrumento al servicio de la psicología positiva aplicada a la educación”* desarrollada por Alises (2018), tuvo como objetivo analizar los estudios que se relacionan con la psicología positiva o algún aspecto de ella. Los trabajos confirman la contribución de la danza y su utilidad real como herramienta desde las perspectivas social, psicológica y comunicativa. Por lo que el autor, indaga y sistematiza valiosas aportaciones existentes en la literatura, que ponen de manifiesto la importancia de la práctica de la danza y el baile popular como herramientas para fomentar estados emocionales positivos, generadores de bienestar y felicidad en todas las edades y contextos vitales. Los resultados obtenidos en este artículo despliegan diversos conceptos los cuales hacen que la danza sea única entre las artes, es el hecho de que el cuerpo humano se expresa mediante patrones de conducta en el tiempo y el espacio. Demuestra además que las investigaciones existentes provengan de disciplinas con un

cierto arraigo en la universidad, tales como la educación física y la didáctica de la expresión corporal; la música y su didáctica, y la medicina, entre otras. La danza, como disciplina artística basada en el cuerpo como vehículo de comunicación y expresión, tiene la capacidad de proporcionar un puente bidireccional entre la mente y el cuerpo. Desde la más tierna infancia puede observarse una tendencia natural a bailar al son de la música de forma espontánea, expresividad influenciada por la intensa estimulación emocional que ésta produce en el ser humano. En cuanto a psicología se refiere, las múltiples investigaciones demuestran que la danza como terapia ayuda a reducir, estrés, ansiedad, depresión, y ayuda a mejorar el estado de ánimo en el que se encuentre la persona, así como también ayudar a mejorar sus habilidades sociales, recuperar la autoestima y su calidad de vida, esto por mencionar solo algunos aspectos en los que la danza ayuda a las personas que la practican.

En el artículo *“Danzando la Psicología Social Comunitaria: revisitando la IAP a partir de un curso de danza en una asociación cultural de barrio”* ejecutado por León (2010) y que tuvo como objetivo potencializar las habilidades de los jóvenes a los que la autora les enseña danza en un barrio de escasos recursos de México, es aquí donde se hace énfasis en la importancia de cuidar la emocionalidad de los jóvenes e incentivarlos a que tengan una mejor calidad de vida a través de diferentes estrategias de intervención, en este caso la danza desde la psicología social comunitaria. Los comportamientos de los participantes antes de practicar la danza, eran un poco burdos, y tenían problemas para socializar con su entorno, en algunas ocasiones eran agresivos y algunos se refugiaban en el consumo de sustancias psico-activas, a través de la danza, la autora logró disminuir esos comportamientos inadecuados de los participantes, potencializando sus habilidades sociales, y poco a poco exterminando el consumo de SPA, lograron tener un mejor estilo de vida porque a través de la danza, pudieron liberar esas emociones que tenían retenidas desde hace mucho tiempo, utilizaron la danza como un mecanismo para demostrarse a sí mismos que con buenos hábitos pueden ser mejores personas.

En la tesis *“Efectos de un programa de danza y movimiento terapia sobre el desarrollo motor y psicológico de un grupo de niños costarricenses en edad escolar con síndrome de asperger”* desarrollada por Dörries (2009), la cual tuvo como objetivo determinar los efectos de un programa de Danza y Movimiento Terapia sobre el desarrollo motor y psicosocial de niños costarricenses en edad escolar con Síndrome de Asperger, obteniendo resultados como la efectividad que el programa de Danza y Movimiento Terapia brinda sobre el desarrollo de la

flexibilidad, la ubicación espacial y la función motora de los escolares con Síndrome de Asperger, así como también ayudando a la capacidad de socializar y comunicarse correctamente con su entorno, ya que gracias a la danza deben compartir e interactuar de manera constante con otras personas, logrando desarrollar ese tipo de habilidades para utilizar los avances en el lenguaje expresivo antes y después del programa de Danza y Movimiento Terapia.

En el artículo *“Propuesta de danza como apoyo para una mediación pedagógica que favorezca el desarrollo de las dimensiones corporal y socio-afectiva niños y niñas entre los 5 y 7 años”* desarrollada por Sanint (2019) el enfoque cualitativo se utilizan técnicas de recogida de información variada, procedente también de fuentes y perspectivas diversas y que ayuden a conocer mejor tanto la situación problema como los desplazamientos más significativos que están ocurriendo en las secuencias de acciones de modificación. En esta investigación se usarán las técnicas de registros de video y fotográficos, pruebas de rendimiento de los estudiantes, círculos de reflexión y notas de campo; dicha información se recogió, se sistematizó y se analizó con el fin de realizar ajustes y mejoras en el plan de acción y evaluar los cambios personales logrados en los estudiantes. Se utilizaron diferentes actividades donde los niños fueron los participantes y donde se encontraron resultados donde se puede destacar la importancia que tiene en el desarrollo de los niños las dimensiones socio-afectiva y corporal para tener un crecimiento integral como seres humanos, pues esto les permite una mejor relación con ellos mismos y con los demás, reformar el asunto de experimentar con el mismo cuerpo y avanzar en la capacidad de relacionarse con los otros y lo otro a través de este, hallando así una conexión con ellos mismos y el entorno, mejorando su capacidad de moverse en el espacio y relacionarse con los demás, asumiendo el control y conocimiento de su propio ser, mediante movimientos controlados, espontáneos, fluidos, flexibles y consientes otorgados por la danza.

En la tesis *“Bienestar psicológico en practicantes de danza contemporánea”* desarrollada por Meza (2010) se encontraron datos muy interesantes ya que se realizó un estudio de cómo los danzantes mejoraron su bienestar psicológico indirectamente a través de la danza, la autora aplicó la Escala de Bienestar Psicológico (EBP) donde los participantes fueron bailarines que tenían entre 17 y 33 años. A través de prueba y sus sub-escalas se pudo determinar un alto nivel de la variable de mejoramiento en el bienestar psicológico en el grupo. Se establecieron, además, comparaciones entre los participantes, hallándose diferencias significativas. Según el sexo, las mujeres presentan puntajes más favorables en metas en la vida; según la edad los mayores tienen

un mejor dominio del ambiente en relación a los menores; y según la frecuencia de práctica, los que practican la disciplina más horas a la semana tienen un mayor bienestar y puntajes más elevados en crecimiento personal, metas en la vida y auto-aceptación. Del mismo modo, una encuesta permitió recoger información sobre las motivaciones para practicar dicha danza. Así, en las motivaciones iniciales resaltan el gusto por las actividades vinculadas al movimiento, el interés por el cuerpo y la alternativa al ballet. Por su lado, en las motivaciones actuales, lo hacen la experimentación de emociones positivas, el progreso artístico y aspectos relacionados al cuerpo.

En la publicación del artículo *“Efectos de un programa de danza española en mujeres con fibromialgia”* desarrollado por Gonzáles, Reigal, Carranque, y Hernández, (2019), el cual tuvo como objetivo, analizar los efectos de un programa de danza española sobre el nivel sintomático, la capacidad funcional, diversas variables psicológicas y la composición corporal en una muestra de mujeres con fibromialgia. Los resultados hallados en este trabajo indican que el programa de danza española produjo mejoras en el estado de ánimo, la depresión y el nivel de ansiedad psíquico y somático. Estos datos contribuyen a considerar que la práctica de actividad física, en concreto la danza, podrían ayudar a las personas que padecen fibromialgia a mejorar su calidad de vida. Así como también los resultados encontrados en estado de ánimo se muestran congruentes con otros estudios que aplicaron programas de intensidad moderada basados en entrenamiento aeróbico. Los resultados en ansiedad reflejan mejoras significativas en ansiedad psíquica y somática, lo cual sería congruente con otros con pacientes de fibromialgia.

En la tesis *“Efecto de un programa de intervención orientado al incremento de la motivación en la enseñanza de la danza en la escuela”* desarrollada por Molero (2016) demuestra que el objetivo fue conocer el efecto que producía sobre la motivación de los alumnos, un programa de intervención aplicado durante la enseñanza de la danza en la escuela, que incorporaba el empleo de destrezas docentes orientadas al apoyo de las necesidades psicológicas básicas (autonomía, competencia y relaciones sociales). Asimismo, fue conocer las relaciones entre estos procesos motivacionales y el fomento de los comportamientos prosociales en el alumnado. Un diseño cuasi-experimental se llevó a cabo con 14 maestros de danza, que participaban en el programa "Aprender con danza" desarrollado por ConArte (Consortio Internacional Arte y Escuela) desde 2006, y 40 grupos de alumnos de edades comprendidas entre 11 y 17 de 4 escuelas en Ciudad de México. Los grupos fueron asignados aleatoriamente, bien en experimentales (24 grupos, 447

alumnos) o en grupos control (16 grupos, 474 alumnos). Se llevó a cabo un programa de formación previa con el maestro de los grupos experimentales para apoyar estas necesidades. Fue tomada en ambos grupos una medición inicial y final (test/post-test) y los resultados revelaron que los participantes del grupo experimental mostraron un incremento de la percepción de la autonomía, la relación y el nivel de autodeterminación en las sesiones de enseñanza de la danza en la escuela. A modo de conclusión, los profesores deben prestar atención especial a las estrategias que se presentan en este estudio, con el fin de obtener mejores niveles de motivación hacia la danza en la escuela.

En la tesis denominada *“Danza educativa y desarrollo personal de estudiantes en escuelas secundarias de la Ciudad de México”* desarrollada por Zagaceta (2010) la cual tuvo como objetivo analizar el sentido que los maestros de la asignatura de artes, disciplina de danza, dan a su práctica pedagógica y cómo esta se relaciona con el desarrollo de las capacidades de comunicación, socialización y afectividad de los estudiantes del tercer año de Educación Secundaria Pública de la Ciudad de México, Distrito Federal, obteniendo resultados como el incremento de las notas académicas de los participantes, gracias a que a través de la danza lograron expulsar aquellas emociones y experiencias negativas que tenían acumuladas. Con la ayuda de diferentes instrumentos como grupos focales, investigación y observación se logró recolectar la información necesaria para evaluar los resultados que se habían logrado recolectar. Los participantes y la investigadora refutaron que la danza sí es una herramienta terapéutica eficaz para mejorar la calidad en cuanto al estudio, a formación personal, a mejorar la calidad de vida y a tener una mejor salud mental, emocional y psicológica.

En la tesis titulada *“Relación entre la danza libre-creativa y autoestima en la etapa de educación primaria”* la cual fue realizada por Domínguez y Castillo (2017), fue desarrollada bajo una metodología de tipo descriptivo con el objetivo de analizar la relación existente entre la danza y el aumento de los niveles de autoestima en las diferentes dimensiones que la conforman en niños y niñas de educación primaria. Obteniendo como resultados encontrados demuestran la utilidad de este tipo de programas, y cómo la danza libre-creativa favorece el incremento de los niveles de autoconcepto de habilidad física, autoconcepto de apariencia física, autoconcepto social, autoconcepto de estabilidad emocional y autoconcepto general, fomentando de esta forma la autoestima global del alumnado de tercer ciclo de primaria.

En la tesis *“La danzaterapia y calidad de vida en adultos mayores de la casa -hogar “amor de Dios”* desarrollada por Rivera (2020) la cual fue diseñada y desarrollada bajo una metodología cualitativa con el propósito de generar mejora en la calidad de vida mediante la ejecución del programa de DT en personas adultas mayores de la Casa Hogar “Amor de Dios” de Corocoro de la ciudad de La Paz. Así como también Se trabajó con dos grupos de adultos mayores de esta institución, un grupo control y un grupo experimental, con esta investigación se intenta verificar si existe mejoras en las dimensiones de calidad de vida que fueron elaboradas por la Organización Mundial de la Salud (OMS). Para evaluar la calidad de vida en población vulnerable elaboro la prueba Whoqol – Bref esta misma es aplicada en la población, tomando un pre y una post – prueba, después de haberse ejecutado el programa de DT. Los resultados que se obtuvieron de esta investigación fueron bastante interesantes, debido a que: un 0% de los Adultos Mayores en la posterior aplicación del Instrumento muestra un nivel Bajo de Dominio Psicológico, un 80% señalan que su nivel de Dominio Psicológico es medio, y un 20% de los sujetos de la presente investigación percibe un nivel Alto de Dominio Psicológico del total de los sujetos de investigación. Los Estadísticos obtenidos nos indican que, al principio del experimento, el grupo Experimental en cuanto a la Dimensión del Dominio Psicológico tenia resultados no significativos en relación, a una vez aplicado el programa de Intervención que se demuestra que hay una diferencia significativa entre el grupo experimental de los Adultos Mayores de la Casa Hogar “Amor de Dios” de Corocoro, que participo en el programa de DT con estadísticos significativos que nos permiten alcanzar los resultados esperados.

En la tesis *“Eficacia de la musicoterapia y danzaterapia, para superar la agresividad en niños de tres y cuatro años de edad”* la cual fue realizada por Sango, (2012), desarrolló con el objetivo de comprobar la eficacia de la musicoterapia y la DT para superar la agresividad en niños de tres y cuatro años de edad. El comportamiento escolar inadecuado de estos niños motiva a probar que la musicoterapia y la DT son eficaces para superar la agresividad. El enfoque histórico-cultural de Vigotsky, explica teóricamente, en base a los tres principios de la psicología: de determinismo, del desarrollo de la psiquis y de la actividad, reflejada en las técnicas propuestas; tratado en cuatro capítulos: psicología del desarrollo, agresividad, musicoterapia y DT. Investigación cuali-cuantitativa no experimental. A una muestra de treinta y dos niños, se ha aplicado pre-test para valorar factores sociales de agresividad, la ficha de observación conductual, que han evidenciado ambiente familiar negativo; que ha permitido extraer la muestra;

entonces se ha aplicado las técnicas terapéuticas durante cinco meses, se evalúa con el mismo test, evidenciando afianzamiento de la imaginación y creatividad, mecanismos de expresión, concientización y socialización entre compañeros. Obteniendo los siguientes resultados: los cuales permiten concluir, que la agresividad obstruye al niño/a tener una buena perspectiva de su personalidad, la cual hace que su ámbito escolar y social se distorsione, causándole al niño/a por su falta de comunicación que es escasa, sea rechazado/a por sus compañeros y su nivel de rendimiento académico disminuya por su dificultad para expresar sus ideas.

En el libro *“Music and Dancetherapy and Alzheimer’s disease: Cognitive, psychological, and behavioural effects”*, desarrollado por Gómez Gallego y Gómez García, (2017), tuvo como objetivo ver los efectos positivos que la danza y la musicoterapia producían en pacientes con Alzheimer, se evidenció que los efectos que presentaron las terapias fueron positivas, ya que gracias a la memoria auditiva de las personas, lograron recordar diferentes episodios de sus vidas, es por esto que la danza y la música son considerados como unas herramientas psicoterapéuticas muy eficaces.

Metodología

Bases de datos

Las bases de datos que se utilizaron para el desarrollo de este proyecto son Scielo, Redalyc, Google Académico, ScienceDirect, Dialnet, DOAJ, Researchgate.net y repositorios de bibliotecas universitarias.

Palabras clave

Los términos de búsqueda de información para la presente RSL fueron: salud mental, corporalidad y movimiento, efectos de la danzaterapia, impactos de la danzaterapia, aplicaciones de la danzaterapia, psicoterapia del movimiento. Así mismo, se considera la siguiente cadena de búsqueda: “beneficios de la danzaterapia y salud mental”, “salud mental y danzaterapia”, “corporalidad y salud mental”, “movimiento y salud mental”, “impactos de la danzaterapia en la salud mental”, “aplicaciones de la danzaterapia y salud mental”, “danzaterapia y conceptualizaciones”.

Criterios de inclusión y exclusión

Para la construcción de la RSL se tuvo en cuenta los siguientes criterios de inclusión, considerando que la temática ha sido poco estudiada por lo cual es pertinente que estos criterios no limiten la búsqueda:

Tipo de estudio: Descriptivos, correlacionales y explicativos. Además de revisiones sistemáticas de literatura, monografías y documentos no publicados. El primero, debido a que permitió comprender y conceptualizar las temáticas e identificar diferentes perspectivas teóricas a partir de la observación en participantes de la DT. La segunda, porque permitió asociar diferentes variables a fin de identificar si existe relación entre la DT y salud mental, y el tercero debido a que pretende fomentar un sentido e comprensión y/o entendimiento de un fenómeno en particular.

Tipo de diseño metodológico: Transversales o longitudinales, debido a las investigaciones limitadas es importante reconocer las mediciones que se han realizado entre la DT y la salud mental, este tipo de estudio está presente en los estudios correlacionales. Los estudios longitudinales permiten obtener resultados que indiquen una medición más estable de las variables.

Años de publicación de estudio: Periodo de tiempo comprendido entre 2000 y 2020. Se eligió ese rango de tiempo, ya que existe muy poca información acerca del tema que se está proponiendo en este trabajo de grado. Por lo tanto, se expande los años de publicación de los documentos que se plasman en este documento. Además, se ha identificado un número considerable de publicaciones realizadas a partir del año 2000.

Artículos escritos en español debido a que la documentación que se presentó fue recopilada en países de habla hispana.

Los criterios de exclusión que se contemplaron para la búsqueda de artículos fueron años de publicación inferior al 2000 que se encuentren en páginas web no reconocidas, que abarquen la temática de los beneficios, impacto y efectos DT y que los artículos no sean de libre acceso.

Unidad de análisis y unidad de trabajo

Para la presente investigación la unidad de análisis se identificó a partir de las palabras claves y la cadena de búsqueda, resultando un total de 386 documentos, que incluyeron artículos científicos, documentos no publicados, trabajos de pregrado, tesis de posgrado y revisiones sistemáticas encontradas en diferentes bases de datos: Scielo 48, Redalyc 45, Google Académico 36, ScienceDirect 58, Dialnet 96, DOAJ 35, Researchgate.net 30 y repositorios universitarios 38.

Para la unidad de trabajo se tuvo en cuenta criterios de inclusión y exclusión resultó un total de 41 documentos de los cuales 10 pertenecen a trabajos de grado, 7 son tesis de posgrado, 15

son artículos científicos los cuales se encontraron en revistas electrónicas de las diferentes Universidades, 3 monografías, 3 artículos no publicados 1 RSL y 1 libro.

Procedimiento de búsqueda de datos

El procedimiento para la presente RSL contó con las siguientes fases: a) búsqueda y organización de la información, b) aplicación de técnicas e instrumentos de recolección de información y c) vaciado y análisis de la información. A continuación, se describe cada una de estas fases:

a) *Búsqueda y organización de la información*, para esta fase se tuvo en cuenta tres etapas:

Etapas 1. Identificación: se hizo uso de siete bases de datos como: Scielo, Redalyc, Google Académico, ScienceDirect, Dialnet, DOAJ, Researchgate.net y repositorios de universidades, se definió como palabras claves: salud mental, beneficios, corporalidad y movimiento, efectos de la danzaterapia, impactos de la danzaterapia, aplicaciones de la danzaterapia, psicoterapia del movimiento. Las cuales se relacionan con los ejes temáticos propuestos en la RSL, el periodo de búsqueda se limitó desde el año 2000 hasta el año 2020, en cada buscador se revisó las tres primeras páginas y se filtró documentos que contenían las palabras claves en los títulos o resúmenes.

Así mismo, se revisaron trece repositorios de universidades de Colombia y otros países de habla hispana, como lo fueron: Repositorio Universitario de Granada-España, Repositorio Universitario Internacional SEK de Ecuador, Repositorio Universitario de Turabo de Puerto Rico, Repositorio Universitario Unicatólica, Repositorio Internacional de la Universidad Autónoma de México, Repositorio Universitario Laica Vicente Rocafuerte, Guayaquil, Ecuador, Repositorio Universidad de San Carlos, Guatemala, Repositorio Corporación Universitaria Lasallista, Caldas, Antioquia, Repositorio Universitario Pontificia Universidad de Perú, Lima, Repositorio Universidad Mayor de San Andrés, La Paz, Bolivia, Repositorio Universidad Peruana, Unión, Lima, Repositorio Pontificia, Universidad Católica, Sede Ambato, Ecuador y Repositorio Universitario El Bosque, Bogotá, Colombia.

Se recurrió a la siguiente cadena de búsqueda que contempla los ejes temáticos propuestos para ampliar la información:

Scielo: “beneficios de la danzaterapia y salud mental”, “salud mental y danzaterapia”, “corporalidad y salud mental”, “movimiento y salud mental”, “elementos de la danzaterapia”,

“elementos del movimiento corporal”, “impactos de la danza terapia en la salud mental”, “aplicaciones de la danza terapia y salud mental” y “danza terapia y conceptualizaciones”.

Redalyc: “aplicaciones de la danza terapia y salud mental”, “danza terapia y conceptualizaciones”, “elementos del movimiento corporal”, “movimiento y salud mental”, “elementos de la danza terapia” y “beneficios de la danza terapia y salud mental”.

Google Académico: “beneficios de la danza terapia y salud mental”, “salud mental y danza terapia”, “danza terapia y conceptualizaciones”, “impactos de la danza terapia en la salud mental” y “movimiento y salud mental”.

ScienceDirect: “elementos de la danza terapia”, “danza terapia y salud mental” y “ la práctica de la danza terapia y salud mental”

Dialnet: “beneficios de la danza terapia y salud mental”, “salud mental y danza terapia”, “corporalidad y salud mental”, “movimiento y salud mental”, “elementos de la danza terapia” y “danza terapia y conceptualizaciones”.

DOAJ: “salud mental y danza terapia”, “corporalidad y salud mental”, “impactos de la danza terapia en la salud mental”, “aplicaciones de la danza terapia y salud mental” y “danza terapia y conceptualizaciones”.

Researchgate.net: “impactos de la danza terapia en la salud mental”, “danza terapia y conceptualizaciones”

Repositorios Universitarios: “beneficios de la danza terapia y salud mental”, “aplicaciones de la danza terapia y salud mental” y “danza terapia y conceptualizaciones”

Etap a 2. Selección: los documentos seleccionados fueron de libre acceso y contenían en el título o resumen las palabras clave mencionadas. Aquellos artículos duplicados se eliminaron y mediante la aplicación de los criterios de exclusión se suprimieron documentos que no hicieron parte de la RSL.

Etap a 3. Inclusión: Para esta etapa se tuvo en cuenta que los artículos seleccionados se visualizaran en texto completo y sobre estos se aplicaron los criterios de inclusión, resultando el número total de documentos que hicieron parte de esta RSL. Los criterios de inclusión para la elección de los documentos fueron: artículos publicados en inglés y/o español, desarrollados entre los años 2000 y 2020, que se encontraron en las bases de datos descritas en el presente trabajo; que fueran fuentes confiables y de libre acceso, así mismo los documentos debían contar con un tipo de estudio: descriptivo, correlacional y/o explicativo. Además de revisiones sistemáticas de

literatura, monografías y documentos no publicados, que presenten diseños metodológicos transversales o longitudinales escritos en Países de habla hispana.

Técnicas e instrumentos de recolección de información

Se hizo uso de la revisión documental como técnica para recolectar la información y se empleó la ficha de análisis, la cual fue diligenciada con la información de cada artículo y documento que se incluirá en la investigación, teniendo en cuenta nombre del documento, autor, palabras clave, descripción del tema y conceptos abordados.

Como instrumento para el análisis de la información se hizo uso de una matriz de doble entrada y el análisis semántico de contenido, fueron la técnica para analizar dicha información, debido a que se procura estudiar las relaciones de la temática a investigar a partir de textos científicos, por lo que se buscará generar un sentido de los textos describiendo tendencias y semejanzas o diferencias en los contenidos teniendo en los sub ejes temáticos (Fernández, 2002), se presentaran las principales características de los documentos en una matriz Excel.

Identificación preliminar de los sub-ejes temáticos que orientaron la revisión sistemática de literatura

La presente RSL tuvo en cuenta cinco ejes, que se presentan a continuación

- a) Aplicaciones de la DT en el ciclo de vida.

La DT puede ser utilizada en las personas independientemente de su edad, es por esto que se la ha aplicado como prevención para el desarrollo de autoestima y el fomento de las relaciones sociales positivas (Fernández, 2007).

Sanint (2019) indica que la DT en niños, entiende el cuerpo como un campo donde convergen diferentes fuerzas, aprovechando la danza como elemento mediador pedagógico y la alfabetización corporal como clave para desarrollar un autorreconocimiento adecuado, unos vínculos satisfactorios y un desarrollo motor eficiente. A través del uso del cuerpo hay una conexión con ellos mismos y el entorno, mejorando su capacidad de movimiento en el espacio, asumiendo el control y conocimiento de su propio ser, mediante movimientos controlados, espontáneos, fluidos, flexibles s consientes otorgados por la danza.

Padilla et al., (2019) refiere que la DT ha sido ampliamente utilizada en contextos educativos en niños, ya que esta incluye actividades de expresión corporal, de dinamización y lúdicas, las cuales son de vital importancia debido a que se puede realizar una valoración muy positiva hacia los estudiantes destacando aspectos y capacidades en las relaciones interpersonales y de trabajo

en equipo, así como la aplicación de los conocimientos para los ámbitos personales y académicos.

En adolescentes, la DT ha sido empleada por Trujillo (2016) apunta que los adolescentes que se someten a un proceso de DT donde se demuestran cambios significativos a nivel psicológico y corporal

Barzola (2019) define que la gran mayoría de los adolescentes son estudiantes universitarios, los cuales tienen responsabilidades y deberes que son muy diferentes a las de otras personas, al estar constantemente sometidos a evaluaciones, tanto académicas como personales y sociales, puede incidir en su rendimiento académico, por lo que se tuvo en cuenta un programa de DT que permite a los estudiantes a responder de manera adecuada y óptima frente a estas situaciones.

En adultos, Fernández (2010) resalta que en población adulta es posible trabajar la DT a partir de procesos experimentales y el uso de instrumentos psicológicos a fin de identificar de manera precisa los resultados que contribuyan a reconocer la importancia de la DT, la cual permite en adultos procesos de integración, mejoramiento en las relaciones personales y es una herramienta útil que crea espacios de expresión verbal y no verbal.

Padilla et al. (2013) encontraron que en pacientes que padecen cáncer, la DT ha demostrado resultados favorables, mejorando el estilo vida de cada persona, en esta población la DT presenta resultados positivos en cuanto fortalece el esquema e imagen corporal, demostrando que, a través del movimiento, se integra todo el cuerpo exteriorizando sentimientos y emociones negativas.

Finalmente, en adultos mayores, Meza (2020) el adulto mayor, presenta varias dificultades que impiden un adecuado desenvolvimiento en su vida diaria, que no necesariamente se deba a la edad o al envejecimiento en sí, muchos investigadores asocian estas patologías y discapacidades debido al estilo de vida sedentario en el que se encuentra esta población, en el que la inactividad favorece y aumentan el riesgo de padecer y empeorar enfermedades o síndromes.

Salcedo et al., (2018) plantea que el ejercicio físico es beneficioso para todas las edades. Su práctica cotidiana mejora notablemente la calidad de vida, previene enfermedades futuras, tanto crónicas como agudas.

Saritama (2018), aborda que la DT suele ser agradable para los adultos mayores, no sólo por el movimiento y el placer de escuchar música, también porque les da la oportunidad de reunirse con otras personas favoreciéndose así la integración social. El solo hecho de que las personas de edad

avanzada puedan tener contacto con sus compañeros de baile, les ayuda a superar sentimientos de soledad y a mejorar su estado de ánimo.

b) Beneficios de la DT.

Cada persona responde en forma diferente, pero fundamentalmente los beneficios son para la salud psíquica y física. A través de la DT se logra una mejor integración de aspectos emocionales, mayor conciencia de los bloqueos, un mejoramiento de la autoestima, la cual genera bienestar y alegría (Pedroza, 2016 p.4).

Demuestra los beneficios de la DT en el tratamiento de baja autoestima en la pubertad. Identifica los factores específicos que produce baja autoestima en las niñas. Determina la prevalencia de baja autoestima. Aplica herramientas de la DT para fortalecer el “YO” en las niñas y elevar la autoestima a través de la DT (Salazar, 2015 p. 2)

Los beneficios de la danza terapia se extienden desde una redefinición corporal que se consigue a través del trabajo físico, minimización de la tensión, agresividad, etc. Además, por su tratamiento terapéutico reduce la desorientación cognitiva y kinestésica, incrementa la capacidad de expresión, placer, espontaneidad, improvisación, reduce el estrés, dolor, entre otros beneficios (Dibbel-Hope, 2000; citado por Toro, 2018).

Los beneficios que se derivan a partir de la práctica de danza terapia: mejora en la aceptación individual, aumento de la tolerancia, reducción de los niveles de ansiedad, resulta pertinente identificar si es posible corroborar los aportes en términos de socialización que puede proporcionar la danza como herramienta pedagógica, en intervenciones con población con discapacidad cognitiva (Mendivelso, Pedraza y Hoyos 2015, p. 239).

c) La práctica de la DT en enfermedades crónicas.

Rainbow (2005) refiere que la DT, es un método muy efectivo para la rehabilitación y la adaptación de enfermedades físicas y psicológicas ya que trabaja con la premisa de que el cuerpo refleja los estados psicológicos del individuo.

Ponto et al., (2003) demuestra que la DT en niños y jóvenes que padecen cáncer, integra el cuerpo, la mente y el espíritu de los pacientes, y asegura la necesidad de que en los centros médicos se amplíe el campo del trabajo para incluir a profesionales en los campos de la psico-oncología, tales como la DT, que enfatiza la visión holística del cuerpo-mente, la cual ofrece un nuevo camino para explorar las complicadas interrelaciones de factores involucrados en el cáncer.

Hankins (2004), refiere que dentro de los tratamientos existentes en el VIH la DT es un programa de intervención efectivo para los efectos de infección en este tipo de enfermedades. Teniendo en cuenta los efectos negativos de la transmisión del VIH, la DT brinda en el ámbito psicológico, la DT disminución la agitación, confusión, ansiedad, alucinaciones, manías y depresión.

En la fibromialgia, Goodill (2005) señala que sufren largos dolores generalizados y con síntomas físicos y psicológicos tales como dolor de cabeza, ansiedad, fatiga, dificultad de concentración y problemas de sueño. Bojner (2003), por otro lado, encuentra que la DT favorece cambios en las hormonas del estrés como: cortisol, hidroepiandrosulfato, prolactín, neuropeptina.

d) Conceptualización de la DT.

Según la asociación de Danza Movimiento Terapia España, define a la DT como una modalidad de las técnicas artístico-creativas, y la define como "el uso psicoterapéutico del movimiento dentro de un proceso que persigue la integración psicofísica (cuerpo-mente) del individuo" utilizando la danza como medio para resolver los conflictos emocionales o psicológicos de las personas. Levi, (1992; citado por Tamburrini, 2019) A lo largo del documento se presentarán las diferentes posturas teniendo en cuenta los modelos de diferentes autores. Estupiñán, Lasso y Ruíz (2014) afirman que "La danza es considerada y definida como la manifestación artística más antigua de la humanidad, siendo una práctica física que se transforma en una práctica social-histórica-política-cultural" p.40.

Como uso psicoterapéutico, la danza ha sido utilizada en múltiples escenarios de la psicología. Hernández y Martínez (2010, 2011; citados por Pedroza, 2016) La danza lejos de ser una simple actividad física, permite a quien la experimenta toparse con su propia autenticidad, conocerse, vivirse vivenciando, pensarse, encontrarse. La danza como medio de expresión, contribuye además a quienes la sienten a fin de comunicar los estados internos del alma que no podrían canalizarse por otro medio, es una forma genuina de expresar lo que incluso el lenguaje no podría codificar.

Pedroza (2016) menciona que encontrar en la danza una multiplicidad de beneficios y además la posibilidad de cumplir una función terapéutica, a través de lo que han denominado DT, y diferenciándola de otras modalidades corporales como la bio-danza, el movimiento auténtico, el arteterapia y las técnicas corporales.

e) Elementos de la DT.

La práctica del baile trasciende la experiencia del movimiento. Los practicantes están tras una experiencia que armoniza lo físico y lo mental con elementos de orden estético, musical y creativo, que contribuye a configurar la sensación de bienestar. La cual, además de la articulación de condiciones objetivas, requiere una combinación de dominio, disfrute, conocimiento y obtención de resultados prácticos. (Patiño, 2006, p. 57)

Además, la Asociación Americana de Neurología (AAN), recomienda la Danza como tratamiento no farmacológico de enfermedades mentales como la demencia, depresión, enfermedades bipolares, esquizofrenia y ansiedad. (Padilla y Coterón, 2013, p. 4)

Por otro lado, la eficacia de la danza para lograr un mayor bien-estar en las personas participantes en el Taller de arteterapia en movimiento y el modo en que mejora la autoestima, reduce la ansiedad, permite manejar el estrés, eleva los niveles de atención y concentración, facilita la relación con los demás y los intercambios sociales, libera y trabaja las emociones a partir de experiencias corporales, ayuda a tomar conciencia de la respiración y despierta nuevos aprendizajes a través de diferentes técnicas artísticas y creativas. (Ugena, 2014, p.2)

Recursos de la investigación

Descripción del procedimiento metodológico y cronograma

Para el desarrollo de la RSL se tuvo en cuenta las tres etapas contempladas en el documento de requerimientos de presentación modalidades de trabajo de grado.

Etapa 1. Proyecto, la cual incluye la idea de investigación que se desarrollará en la RSL y la metodología que la orientará.

Etapa 2. Avance, la cual implica el desarrollo del procedimiento y de los resultados,

Etapa 3. Informe final, que comprende las etapas 1 y 2, además de los apartados de análisis e interpretación de resultados, las respectivas conclusiones y recomendaciones producto de la RSL.

A continuación, se presenta el cronograma

Tabla 1. *Cronograma*

Fases/tiempo	Agosto	Septiembre	Octubre	Noviembre	Diciembre	Febrero	Marzo	Abril
					Enero			

Fase de proyecto	X						
Fase de avance		X	X	X	X		
Fase informe final						X	X X

Fuente: *Elaboración propia*

A continuación, se presenta los costos que implican el desarrollo del proyecto.

Tabla 2. *Presupuesto*

Características	Valor
Computador	\$2'300.000
Internet	\$272.000
Energía	\$234.400
Total	\$ 2'806.400

Fuente: *Propia*

Elementos éticos y bioéticos

Para la siguiente RSL se tendrá en cuenta aspectos éticos, resaltando que no se trabajara con seres humanos, los cuales se encuentran consignados en la ley 1090 del 2006 la cual incluyen disposiciones del ejercicio del profesional de psicología, considerando el capítulo VII De la investigación científica, la propiedad intelectual y las publicaciones, que contempla los siguientes artículos.

Artículo 49. Los profesionales de la psicología dedicados a la investigación son responsables de los temas de estudio, la metodología usada en la investigación y los materiales empleados en la misma, del análisis de sus conclusiones y resultados, así como de su divulgación y pautas para su correcta utilización.

Artículo 55. Los profesionales que adelanten investigaciones de carácter científico deberán abstenerse de aceptar presiones o condiciones que limiten la objetividad de su criterio u obedezcan a intereses que ocasionen distorsiones o que pretendan dar uso indebido a los hallazgos.

Artículo 56. Todo profesional de la Psicología tiene derecho a la propiedad intelectual sobre los trabajos que elabore en forma individual o colectiva, de acuerdo con los derechos de autor establecidos en Colombia. Estos trabajos podrán ser divulgados o publicados con la debida autorización del autor.

Procedimiento

El procedimiento para la presente RSL se orientó a partir de la declaración PRISMA dado que es un proceso complejo que permite minimizar el riesgo de sesgo en un proceso de revisión, incorporando aspectos conceptuales y metodológicos que tienen una aplicabilidad amplia en las revisiones sistemáticas de literatura (Urrútia y Bonfill, 2010).

Para el desarrollo de la presente investigación se contó con las siguientes fases: a) búsqueda y organización de la información, b) aplicación de técnicas e instrumentos de recolección de información y c) vaciado y análisis de la información, a continuación, se describe cada una de estas fases:

a) *Búsqueda y organización de la información*, para esta fase se tuvo en cuenta tres etapas:

Etapas 1. Identificación: se hizo uso de siete bases de datos como: Scielo, Redalyc, Google Académico, ScienceDirect, Dialnet, DOAJ, Researchgate.net y repositorios de universidades, se definió como palabras claves: salud mental, beneficios, corporalidad y movimiento, efectos de la danzaterapia, impactos de la danzaterapia, aplicaciones de la danzaterapia, psicoterapia del movimiento, las cuales se relacionan con los ejes temáticos propuestos en la RSL, el periodo de búsqueda se limitó desde el año 2000 hasta el año 2020, en cada buscador se revisó las tres primeras páginas y se filtró documentos que contenían las palabras claves en los títulos o resúmenes.

Así mismo, se revisaron trece repositorios de universidades de Colombia y otros países de habla hispana, como lo fueron: Repositorio Universitario de Granada-España, Repositorio Universitario Internacional SEK de Ecuador, Repositorio Universitario de Turabo de Puerto Rico, Repositorio Universitario Unicatólica, Repositorio Internacional de la Universidad Autónoma de México, Repositorio Universitario Laica Vicente Rocafuerte, Guayaquil, Ecuador, Repositorio Universidad de San Carlos, Guatemala, Repositorio Corporación Universitaria Lasallista, Caldas, Antioquia, Repositorio Universitario Pontificia Universidad de Perú, Lima, Repositorio Universidad Mayor de San Andrés, La Paz, Bolivia, Repositorio Universidad

Peruana, Unión, Lima, Repositorio Pontificia, Universidad Católica, Sede Ambato, Ecuador y Repositorio Universitario El Bosque, Bogotá, Colombia.

Se recurrió a la siguiente cadena de búsqueda que contempló los ejes temáticos propuestos para ampliar la información:

Scielo: “beneficios de la danzaoterapia y salud mental”, “salud mental y danzaoterapia”, “corporalidad y salud mental”, “movimiento y salud mental”, “elementos de la danzaoterapia”, “elementos del movimiento corporal”, “impactos de la danzaoterapia en la salud mental”, “aplicaciones de la danzaoterapia y salud mental” y “danzaoterapia y conceptualizaciones”.

Redalyc: “aplicaciones de la danzaoterapia y salud mental”, “danzaoterapia y conceptualizaciones”, “elementos del movimiento corporal”, “movimiento y salud mental”, “elementos de la danzaoterapia” y “beneficios de la danzaoterapia y salud mental”.

Google Académico: “beneficios de la danzaoterapia y salud mental”, “salud mental y danzaoterapia”, “danzaoterapia y conceptualizaciones”, “impactos de la danzaoterapia en la salud mental” y “movimiento y salud mental”.

ScienceDirect: “elementos de la danzaoterapia”, “danzaoterapia y salud mental” y “la práctica de la danzaoterapia y salud mental”

Dialnet: “beneficios de la danzaoterapia y salud mental”, “salud mental y danzaoterapia”, “corporalidad y salud mental”, “movimiento y salud mental”, “elementos de la danzaoterapia” y “danzaoterapia y conceptualizaciones”.

DOAJ: “salud mental y danzaoterapia”, “corporalidad y salud mental”, “impactos de la danzaoterapia en la salud mental”, “aplicaciones de la danzaoterapia y salud mental” y “danzaoterapia y conceptualizaciones”.

Researchgate.net: “impactos de la danzaoterapia en la salud mental”, “danzaoterapia y conceptualizaciones”

Repositorios Universitarios: “beneficios de la danzaoterapia y salud mental”, “aplicaciones de la danzaoterapia y salud mental” y “danzaoterapia y conceptualizaciones”

Etapas 2. Selección: los documentos seleccionados fueron de libre acceso y contenían en el título o resumen las palabras clave mencionadas. Aquellos artículos duplicados se eliminaron y mediante la aplicación de los criterios de exclusión se suprimieron documentos que no hicieron parte de la RSL.

Etapa 3. Inclusión: Para esta etapa se tuvo en cuenta que los artículos seleccionados se visualizaran en texto completo y sobre estos se aplicaron los criterios de inclusión, resultando el número total de documentos que hicieron parte de esta RSL. Los criterios de inclusión para la elección de los documentos fueron: artículos publicados en inglés y/o español, desarrollados entre los años 2000 y 2020, que se encontraron en las bases de datos descritas en el presente trabajo; que fueran fuentes confiables y de libre acceso, así mismo los documentos debían contar con un tipo de estudio: descriptivo, correlacional y/o explicativo. Además de revisiones sistemáticas de literatura, monografías y documentos no publicados, que presenten diseños metodológicos transversales o longitudinales escritos en Países de habla hispana.

Ahora bien, los documentos incluidos en la RSL fueron ordenados de manera alfabética con respecto a los apellidos de los autores en una matriz de *Excel*, con el fin de tener un fácil acceso a la información (ver anexo 1).

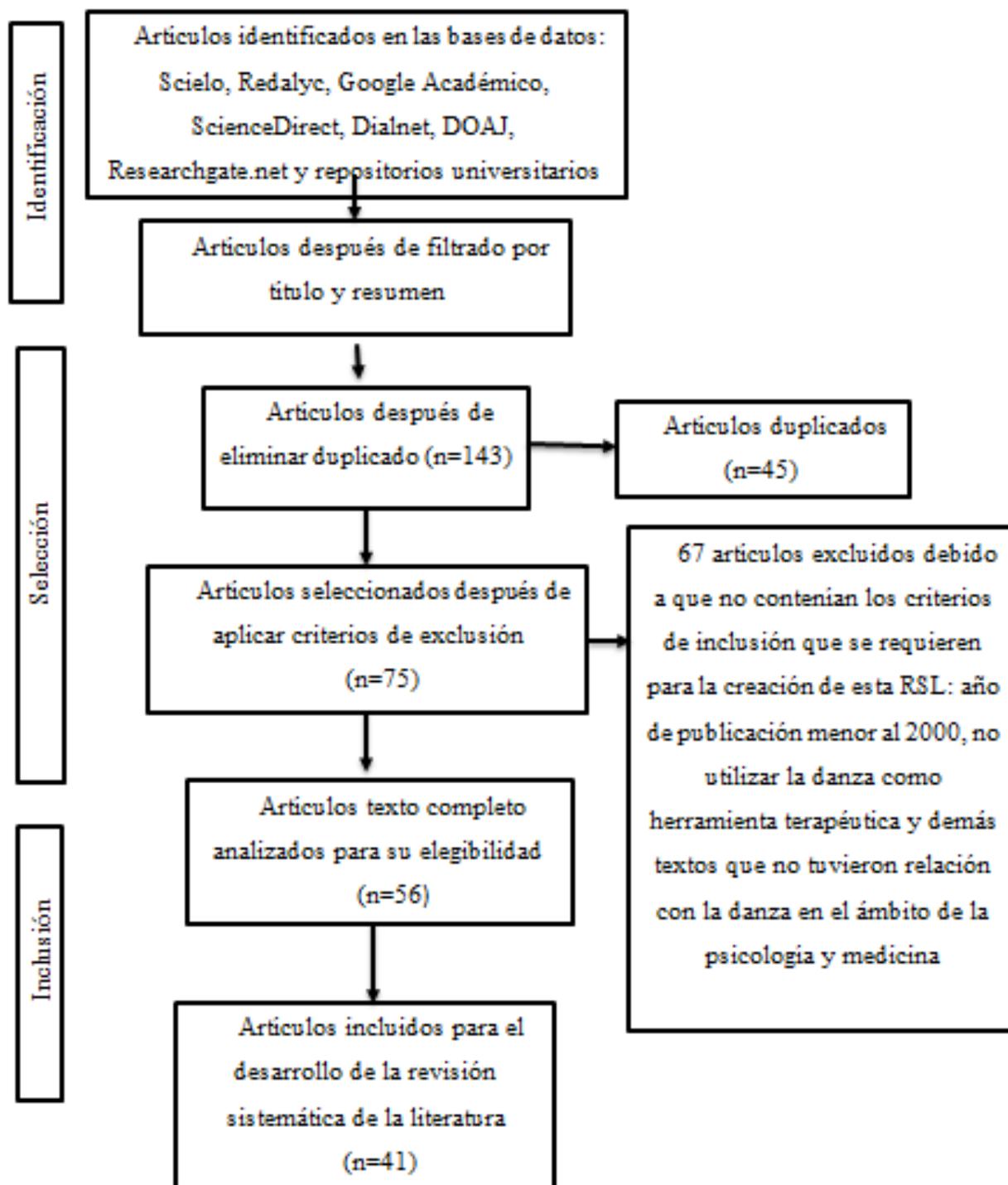
De esta manera en la fase búsqueda y organización de la información, en la etapa de identificación a partir de las bases de datos científicas y los repositorios universitarios se obtuvo un total de 386 artículos y documentos no publicados. Los cuales se distribuyeron de la siguiente manera en las bases de datos consultadas: Scielo 48, Redalyc 45, Google Académico 36, ScienceDirect 58, Dialnet 96, DOAJ 35, Researchgate.net 30 y repositorios universitarios 38.

En la etapa de selección, los documentos y artículos debían contener las palabras claves en el título o en el resumen las cuales se relacionan con los cinco ejes identificados resultando un total de 187, además se eliminaron los artículos duplicados y resultaron un total de 142 documentos a los cuales se aplicó criterios de exclusión.

Para la aplicación de los criterios de inclusión, se tuvo en cuenta que 56 documentos se visualizaron en texto completo para ser elegidos por medio de los criterios de inclusión. En una tercera y última etapa resultaron un total de 41 artículos.

La figura siguiente figura, representa el proceso de búsqueda, selección e inclusión de artículos de acuerdo a la metodología PRISMA para el desarrollo de la RSL por medio de tres etapas: 1. Identificación en la cual resulto un total de 386 articulos y documentos no publicados, 2. Selección en la cual resulto un total de 56 textos y 3. inclusión en la cual se obtuvo un total de 41 documentos. A continuación, se presenta la figura1. Algoritmo de búsqueda, selección e inclusión de artículos.

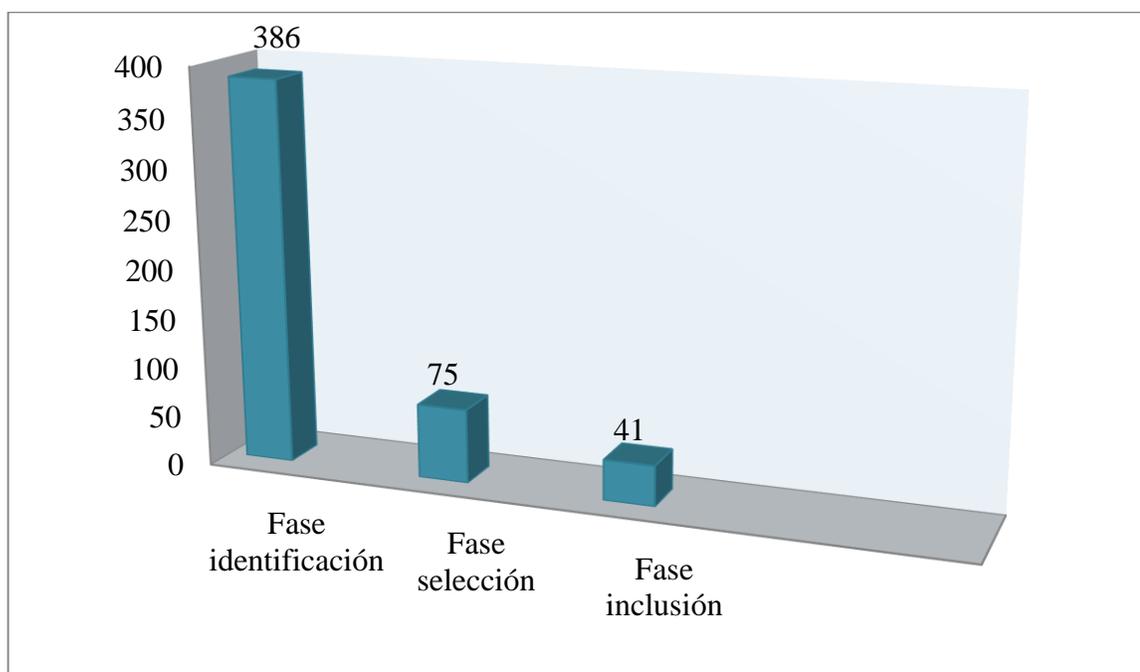
Figura 1. Algoritmo de búsqueda y selección de artículos.



Fuente: Elaboración declaración PRISMA

Debido el proceso de búsqueda, selección e inclusión de los documentos aplicando palabras claves y cadenas de búsqueda se logra identificar un numero considerable de documentos, a partir de los cuales se llevó a cabo el procedimiento para determinar la unidad de trabajo para la RSL. A continuación se indican los resultados teniendo en cuenta los criterios de inclusión respecto a los 41 artículos y documentos elegidos, como se indica en la gráfica 1.

Gráfica 1. *Distribución de documentos de acuerdo al proceso de búsqueda*

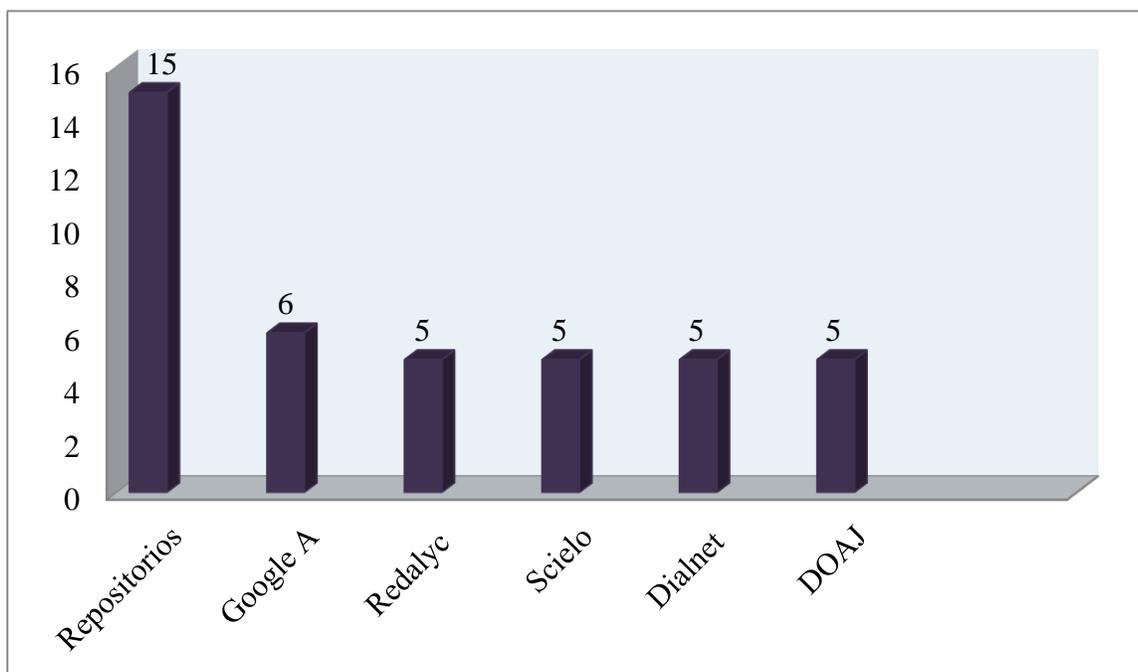


Fuente: *Elaboración propia*

Bases de datos consultadas

A partir de la etapa de inclusión mencionada en el procedimiento respecto a las bases de datos se identifica que, 15 documentos pertenecen a repositorios universitarios, 5 se encontraron en Redalyc, 5 hacen parte de Scielo, 5 se identificaron en Dialnet, 6 se observaron Google académico y 5 en DOAJ, se identificó que los documentos se encuentran en un número considerable en los repositorios de universidades de países de habla hispana lo cual indica que esta temática es de interés en el ámbito académico posibilitando el desarrollo de nuevas investigaciones que permitan brindar evidencia científica para la DT, como se demuestra en la gráfica 2. Distribución de documentos según base de datos consultados:

Gráfica 2. *Distribución de documentos según base de datos consultados*



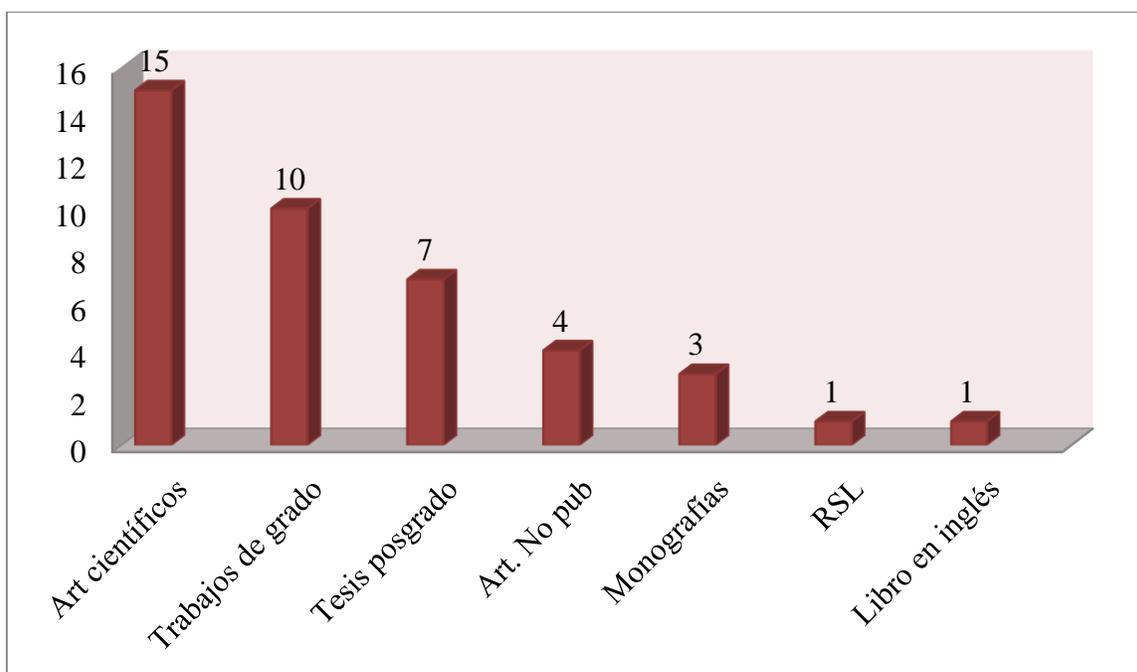
Fuente: *Elaboración propia.*

Tipo de documento

Respecto al tipo de documento se identifica que de los 41 textos elegidos para la RSL, 10 pertenecen a trabajos de grado, 7 son tesis de posgrado, 15 son artículos científicos, 3 monografías, 3 artículos no publicados, 1 revisión sistemática de literatura y 1 libro, se identifica que los documentos corresponden en su gran mayoría a artículos científicos, los cuales se encontraron en las bases de datos seleccionadas indicando que la temática que se está abordando en esta RSL se ha venido desarrollando como un asunto de interés a fin de describir resultados originales de investigaciones para fortalecer evidencia científica sobre el tema y posibilitar avance en el conocimiento de manera clara y fidedigna, como se muestra en la gráfica 3.

Distribución de artículos de acuerdo al tipo de documento:

Gráfica 3. Distribución de acuerdo al tipo de documento



Fuente: *Elaboración propia*

A partir de la gráfica anterior,

Países

En cuanto, su procedencia se especifica que en Ecuador se encontraron 8 artículos, al igual que en España, en Colombia se identificaron 5 documentos, en Perú 4 documentos así como en Bolivia, en Guatemala, Costa Rica y México se encontraron 9 documentos, 3 en cada país y de Paraguay, Uruguay y Puerto Rico se encontraron 1 documento en cada país, la gráfica 4.

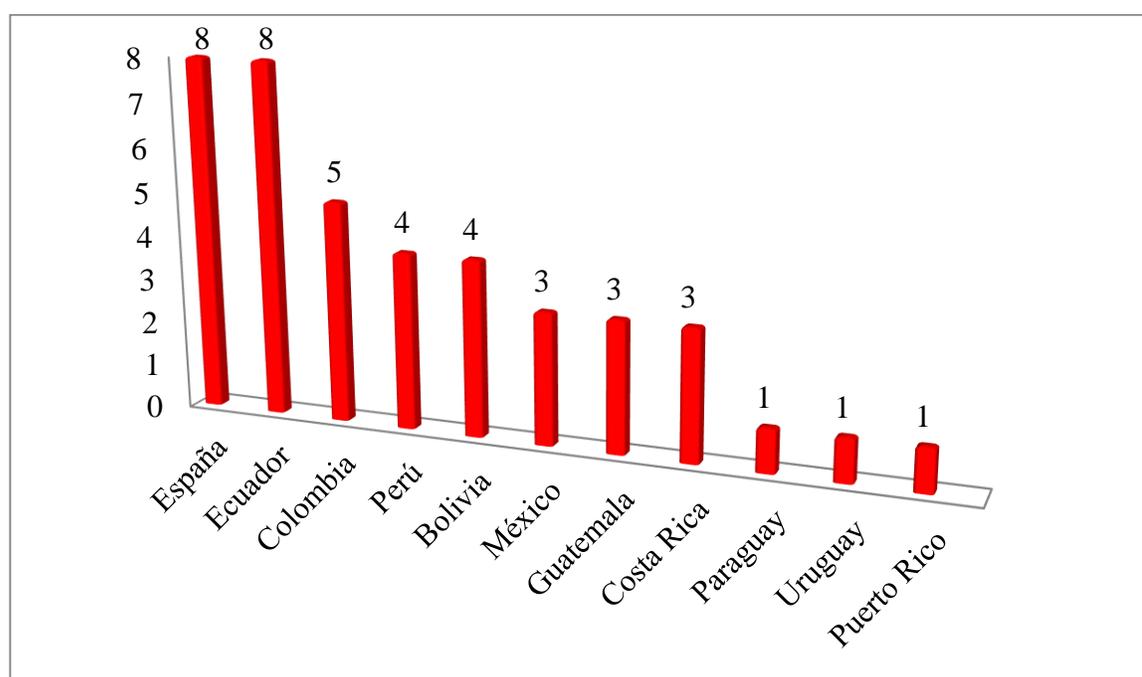
Distribución de documentos por país que se presenta a continuación, identifica que se puede reconocer que los países en donde más se encuentra literatura frente a la temática son España y Ecuador, dado que en España nació la danza como un método terapéutico, lo cual indica que es un país pionero en la temática que se está abordando.

España es considerado un País que se integra a la Unión Europea, donde habitan 44'279.000 personas aproximadamente, de las cuales se conoce que un 82% de habitantes tiene el español como lengua materna, es importante mencionar que el 98% de la población Española habla muy bien el español, así como también el 97% de habitantes tienen el español como 1^a y 2^a lengua, pues se conoce que en España, existen 42'345.000 personas aproximadamente que hablan el español de manera fluida, lo que corresponde al 98% de la población total, ocupando el tercer puesto en la tabla de población de los países hispanohablantes. (Moreno y Otero, 2012)

Además, se debe tener en cuenta que existen escuelas de danza como método terapéutico fundadas en España, como también en Argentina, por la coreógrafa, bailarina y danzaterapeuta, María Fux, la cual ha desarrollado su propio método de terapia a través del movimiento corporal donde asisten alumnos como: profesores de danza como de gimnasia, fonaudiólogos, bailarines, psicólogos, así como también docentes que trabajan con personas en condición de discapacidad, fisioterapeutas, médicos, entre otros. (Prados, J. 2011) como se representa en la gráfica 4.

Distribución de documentos por país:

Gráfica 4. *Distribución de documentos por país*



Fuente: Elaboración propia

Años de publicación

Respecto a los 41 artículos se identifica que: en el año 2018 se publicaron 7 documentos, en el 2020, se desarrollan 6 documentos, en el 2019 se publican 5 documentos, en el 2013 se desarrollan 3 documentos, en el 2017 se identifican 4 documentos, en el 2012 se describieron 3 documentos al igual que en el año 2010, en el 2015 2, en el 2009 2, en el 2011 2, en el 2016 1, en el 2005 1, en el 2001 1 y en el año 2000 1 documento, como se evidencia en la tabla 3. Se infiere que el año con más relevancia en cuanto a la temática que se está abordando en esta RSL fue en el año 2018, de cuyos 7 artículos y documentos los cuales fueron útiles para la recolección de

información, esto indica que al ser un tema novedoso es probable que existan documentos que han sido desarrollados en periodos más actuales como se demuestra en la tabla 3. Los años con más publicaciones han sido del 2018 al 2020, así mismo indica que está surgiendo una tendencia hacia la temática que se está abordando en esta RSL.

Tabla 3. *Años de publicación de documentos*

Año de publicación	Frecuencia	Porcentaje
2018	7	17%
2020	6	15%
2019	5	12%
2017	4	10%
2013	3	7%
2012	3	7%
2010	3	7%
2015	2	5%
2011	2	5%
2009	2	5%
2016	1	2%
2005	1	2%
2001	1	2%
2000	1	2%

Fuente: *Propia*

Metodología

De los 41 artículos que se incluyeron en la RSL, es importante recalcar que la metodología que se utilizó fue: 15 artículos de tipo descriptiva, 9 mixtas (cualitativas y cuantitativas), 4 cualitativas, 3 cuasi - experimentales, 2 correlacionales, 1 investigación acción participativa, 1 comparativa – correlacional – no experimental y transversal, 1 descriptiva – cualitativa – transversal, 1 entrevistas en profundidad, 1 bibliográfica descriptiva, 1 no experimental, 1 experimental, 1 cualitativa – descriptiva – longitudinal. En la tabla 4. Se puede evidenciar que la metodología más relevante en los artículos investigados es la descriptiva, en tanto que el objetivo

de la investigación descriptiva consiste en llegar a conocer las situaciones, costumbres y actitudes predominantes a través de la descripción exacta de las actividades, objetos, procesos y personas. Su meta no se limita a la recolección de datos, sino a la predicción e identificación de las relaciones que existen entre dos o más variables. (Morales, 2018).

Tabla 4. *Tipo de metodología de artículos*

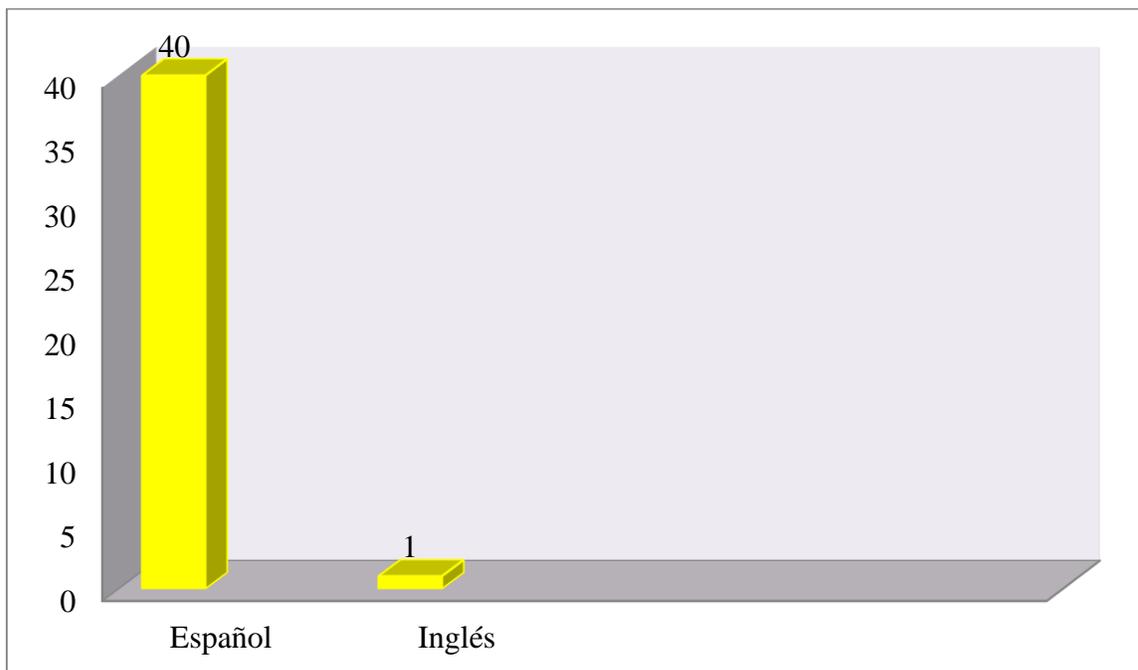
Metodología	Frecuencia	Porcentaje
Descriptiva	15	36%
Mixta	9	22%
Cualitativas	4	10%
Cuasi – experimentales	3	7%
Correlacionales	2	5%
IAP	1	2%
Comparativa – correlacional – no experimental y transversal	1	2%
Descriptiva – cualitativa – transversal	1	2%
Entrevistas en profundidad	1	2%
Bibliográfica descriptiva	1	2%
No experimental	1	2%
Experimental	1	2%
Cualitativa – descriptiva – longitudinal	1	2%

Fuente: *Elaboración propia*

Idioma

Teniendo en cuenta los criterios de inclusión que se utilizaron en esta RSL, se determinó que 40 artículos están escritos en idioma español y 1 en inglés, esta RSL se desarrolló con países de habla hispana, donde se determinó que la mayor parte de la literatura estuviese escrita en español a fin de identificar los avances de los países que han estado interesados en esta temática, como se puede observar en la gráfica 5. Distribución de artículos según idioma.

Gráfica 5. *Distribución de documentos según idioma*



Fuente: *Elaboración propia*

b) Aplicación de las técnicas e instrumentos de recolección de información

Con cada uno de los artículos que fueron elegidos para la recolección de información para esta RSL, se procedió a diligenciar una ficha de análisis documental, esta fue tomada del documento requerimientos de presentación del programa de psicología de la Universidad CESMAG, la cual contiene la siguiente información: nombre de documento, autor, referencia bibliográfica, palabras clave de búsqueda y texto, ubicación, descripción de aporte al tema seleccionado y conceptos abordados (ver anexo 2). A partir de la técnica de revisión documental. La información se organizó en una matriz en la cual se indican las principales características de las investigaciones (ver tabla 6)

c) Vaciado y análisis de la información

El vaciado de la información se lo realizó a través de una matriz de sistema de categorización de ejes en Microsoft Excel, considerando los cinco ejes identificados: aplicaciones de la DT en el ciclo de vida, beneficios de la DT, la práctica de la DT en enfermedades crónicas, conceptualización de la DT y elementos de la DT.

La codificación de cada eje y sub-ejes emergentes.

Este proceso se realizó de manera paralela con el análisis de contenido, técnica usada para analizar la información, mediante la cual se examinaron los documentos con el fin de clasificar la información y generar sub-ejes los cuales permitieron comprender la problemática a estudiar, las relaciones de los textos científicos describiendo tendencias y semejanzas o diferencias identificadas en las investigaciones existentes (Fernández, 2002).

Para el análisis de contenido se tuvieron en cuenta cuatro pasos propuestos por Abela (2001)

Primero: Esquema teórico: Se tuvo en cuenta diferentes posturas teóricas y conceptuales de varios autores los cuales se eligieron para esta RSL, así como también los criterios de inclusión y exclusión como se indica en los apartados a) y b) del procedimiento.

Segundo: Muestreo: se contemplaron los sub-ejes a partir del marco teórico, destacando la cantidad y calidad de artículos y documentos sobre los mismos; hasta llegar a un punto de saturación teórica

Tercero: Sistema de códigos: se utilizó la forma deductiva para codificar en análisis de contenido, como reglas de codificación se consideró: *frecuencia* (la importancia de la categoría aumenta con la frecuencia de su aparición de los textos), *dirección* (se contempla que la información en los textos presentan una dirección negativa en tanto los factores de riesgo aumentan la probabilidad del consumo), y finalmente *orden* (el orden se establecido según la importancia de la categoría inductiva teniendo en cuenta las abreviaturas de las mismas).

La matriz de sistema de categorización presentada a continuación, permitió visibilizar de una mejor manera los sub-ejes que se desenlazan de los cinco ejes temáticos presentados en la RSL. Es importante mencionar que los números que se utilizaron en la casilla de “código” hacen alusión al orden de los sub-ejes de acuerdo al número de documentos designados, así mismo, el signo “+” hace referencia a que el sub-eje tiene diferentes beneficios positivos e importantes para este documento y en las investigaciones recolectadas, las abreviaciones de cada sub-eje hacen referencia a la codificación de las iniciales del mismo, como se indica a continuación:

1+ADD: donde 1 corresponde al primer eje teniendo en cuenta que este presenta mayor número de documentos, + indica que, la categoría tiene una dirección positiva en tanto favorece la salud mental y ADD, corresponde al orden del registro, en el cual A es la aplicación y DD de la DT.

2+BDD, donde 2 corresponde al segundo eje, dado que presenta un número menor de documentos, + refiere que el eje de beneficios tiene una dirección positiva en la práctica de la DT, y BD, corresponde al orden del registro, en el cual B hace referencia a beneficios y D DT.

3+PDSM, donde 3 corresponde al tercer eje, debido que presenta un menor número de documentos que los dos anteriores, + infiere que la práctica de la DT tiene repercusiones positivas en la salud mental, y PDSM, corresponde al orden de la abreviación de este eje.

4+CD, donde 4 corresponde al cuarto eje, teniendo en cuenta que es el sub-eje con menor número de documentos que los tres anteriores, + denominado a que los conceptos de la DT son positivos en los estudios documentados en esta RSL, y CD, el orden designado a la codificación y abreviación de “conceptualización de la DT”.

Por último, 5+ED donde 5 corresponde al quinto eje debido a que es el eje que menor documentos presenta, de la misma manera, + ya que son positivos los elementos que se encuentran en los diferentes estudios de la DT, y ED, se denomina a la abreviación de este eje.

A continuación, se presenta el sistema de categorización de los ejes que contiene la RSL:

Tabla 5. Sistema de categorización de ejes

Ejes	Código	Sub-ejes	Ejes emergentes
Aplicaciones de la DT en el ciclo de vida	1+ADD	Aplicación de la DT en la niñez Aplicación de la DT en adolescentes Aplicación de la DT en personas adultas Aplicación de la DT en personas adultas mayores	
Beneficios de la DT en quienes lo practican	2+BD	Beneficios de la DT en la salud física Beneficios de la DT en la salud mental Beneficios de la DT en las relaciones interpersonales	

La práctica de la DT en enfermedades crónicas	3+PDSM	DT y enfermedades crónicas	
Conceptualización de la DT	4+CDD	Perspectivas sobre la DT	DT y su uso en procesos terapéutico DT y arteterapia
Elementos de la DT.	5+EDD	Elementos físicos de la DT	

Fuente: *Elaboración propia.*

A partir de la tabla 5. Se puede determinar que los ejes abordados con anterioridad presentan relevancia en los documentos elegidos, ya que en cada eje existen diferentes elementos con beneficios positivos en diferentes poblaciones demostrando la eficacia de la danza y su contribución en la salud mental.

Cuarto: El control de calidad: Se realizó comprobando que se ha identificado el fenómeno que interesa estudiar, disponiendo de un conocimiento teórico (bibliográfico o personal) de situaciones o experiencias similares, de explicaciones teóricas y suposiciones tentativas que fueron útiles para orientar, sin necesidad de buscar más información. Este se desarrolló por medio de las inferencias, las cuales se describen en cuanto a los conceptos que aborda cada autor, identificados en cada ficha de análisis documental y se trasladan a la matriz de resultados para realizar la construcción de la RSL considerando los cinco ejes propuestos por Abela (2001).

Análisis de resultados

Para el análisis de resultados se tiene en cuenta el sistema de códigos planteado en el procedimiento y se diligencia la matriz de resultados (tabla 6):

Tabla 6.
Matriz de resultados

Base de datos	Ejes	Título	Autor/año	Objetivo	Metodología	Resultados	Conclusiones
Redalyc	Beneficios de la danzaterapia	¿Podemos mejorar nuestra salud mental a través de la Danza?: una revisión sistemática	Carmen Padilla Moledo, Javier Coterón López / 2013	Realizar una revisión sistemática sobre la literatura científica publicada sobre la Danza y salud mental, para conocer su alcance real sobre este ámbito de la salud.	Descriptiva y su diseño metodológico fue longitudinal	Se evidencian resultados importantes tales como: conocimiento de nueva información al haber recurrido a 15 artículos con los cuales recopilamos los datos necesarios para la construcción del mismo, mejorías en las personas que practican danza nivelando	Se identifica que la danzaterapia ha sido utilizada para tratar problemas psicológicos relacionados con estrés, depresión y alteraciones psicósomáticas en diferentes poblaciones posibilitando una mejoría en la calidad

los indicativos de salud mental como fueron: (depresión, niveles de energía, estrés, ansiedad, angustia, preocupación), también mencionan que hubo un incremento en sus relaciones sociales y con los padres, aumento de autoestima, disminución de emociones negativas, mejor bienestar, salud	de vida, la salud autopercebida y una disminución en los niveles de emociones negativas
--	--

						auto percibida, confianza en sí mismo, autoimagen corporal y una calidad de vida más estable y amena.	
Scielo	La práctica de la danzaterapia y enfermedades crónicas	Las terapias con recursos artísticos. Su utilidad en la atención primaria de salud.	Elina de la Llera Suárez y Wilfredo Guibert Reyes / 2000	Mostrar la utilidad de las terapias artísticas, cómo insertar las mismas en las principales tareas de salud, y orientar metodológicame nte su implementación en la atención	Análisis descriptivos , de correlación y un diseño metodológic o transversal.	Evidencia y resalta la importancia de la salud mental y el reconocimiento hacia quienes trabajan con el arte como una terapia, es importante recalcarlo, ya que este tipo de psicoterapias	Se evidencia que con la danza como método terapéutico incrementa la creatividad, así como también aporta a un mejoramiento personal, físico y emocional,

primaria de salud.	fueron fundamentales al momento de realizar la investigación. Pues se demostró que hubo una disminución en las experiencias negativas de quienes participaron en el proceso, existió una muy buena contribución a tal punto de retribuir al mejoramiento personal, físico y emocional de	esto con la ayuda de la atención primaria en salud, ya que es un elemento integrador y de crecimiento, existe una amplitud en las aplicaciones, no sólo en una población determinada, pues con este tipo de información las instituciones
--------------------	--	---

						quienes fueron partícipes de esta investigación. Se logró fomentar y fortalecer las habilidades sociales y su estilo de vida sin ignorar que la salud mental es un factor muy importante en el día a día de cada una de las personas.	de problemas de salud mental, de donde surgieron, sino en otras esferas de la salud humana, como las instituciones de salud enclavadas en la atención primaria, y para tareas que rebasan el marco de la curación.
Repositorio	Beneficios de la práctica de la danzaterapia	Beneficios de la danza o el baile terapéutico	Carmen Grace Salazar Salas / 2001	Mencionar los beneficios físicos, psicológicos, y	Descriptiva	Lograron controlar, canalizar y evaluar sus	Se puede evidenciar que existe una mejora

para las personas de la tercera edad.	sociales que dicha danza le proporciona a esta población.	problemas, angustias y emociones negativas mediante la danza, esto con movimientos sencillos los cuales fueron utilizados para generar una mejora en las personas, logrando así que los adultos mayores superen sus frustraciones. También hubo un incremento en la satisfacción	significativa en las personas de la tercera edad, ya que se tiene en cuenta la importancia de los diferentes beneficios y conceptos tanto físicos como psicológicos y sociales para tener una mejor relación entre los conceptos que se abordaron anteriormente,
---	--	---	---

						personal y una mejora en sus relaciones interpersonales	esto con el fin de poder despertar un poco más el interés en la comunidad científica y así emplear más métodos terapéuticos de este tipo a múltiples poblaciones.
Repositorio	Conceptualizaciones de la danzaterapia	Música y salud: La danza calidad de vida	Manuela Buades Jiménez y África Rodríguez Blanco / 2005	Estudiar los beneficios que pueden obtener los mayores al hacer danza y/o actividades rítmicas en grupo. En el área física, en el	Descriptiva	Se encontró que la danza logró una disminución del estrés el cual afectaba sus labores diarias, por lo que un beneficio muy importante que	La importancia de trabajar danzaterapia, parte desde una necesidad psicológica debido a que en las

área psíquica, en el área socio- afectiva.	cabe recalcar es que no solo mitiga el estrés sino también incrementa de manera positiva al mejoramiento de la salud mental como también en su calidad de vida. Se demostró que aporta un progreso al estado físico de la persona aumentando la capacidad de autonomía y sus capacidades físicas, como también a las	personas puede existir una incrementació n negativa en los niveles personales, físicos y psicológicos. Por otra se manifiesta que con la danza como método terapéutico, se logra reducir los niveles de frustración, estrés, ansiedad, depresión, etc. y cualquier otro síntoma
--	---	--

sensaciones somáticas a los que puede estar expuesta la persona, es importante recalcar el alivio que la danza le propicia a la salud mental y a todo el concepto de psicológico, puesto que hay mayor emotividad, felicidad, plenitud, gratitud, caso contrario disminuye la ansiedad, el estrés, la falta de	negativo que la persona pueda estar pasando. Es por esto que con la danzaterapia se puede mejorar el estilo y calidad de vida.
---	---

						interés, entre otras.	
Dialnet	Beneficios de la práctica de la danzaterapia	Beneficios del arteterapia sobre la salud mental.	Mercedes Dumas y María Aranguren / 2013	Revisar la bibliografía disponible acerca de los beneficios del arteterapia sobre la salud mental.	Cualitativa y cuantitativa, con un tipo de estudio longitudinal descriptivo	Incremento en la salud mental y psicológica los cuales favorecen su bienestar incrementando el crecimiento personal potencializando cuatro dimensiones: emocional, cognitivo, social y físico. Brinda aportes muy interesantes como el uso del arte-terapia: música, danza,	Existe un abordaje significativo, ya que la danzaterapia comparte una afinidad muy bonita con la salud mental, haciendo que en los múltiples beneficios que aporta la danza a la salud mental sean favorables para quienes la practiquen.

canto, deporte,
entre otros, en
diferentes
poblaciones que
pueden
beneficiarse de
manera positiva
utilizando estas
técnicas
terapéuticas
debido a que se
han plasmado
resultados muy
interesantes en
niños, jóvenes,
adolescentes y
adultos mayores
para
reestructurar una
mejor calidad de
vida a través de
este tipo de

						terapias donde se encuentra un sentido de vida más óptimo, digno y una salud mental estable.	
Repositorio	Aplicaciones de la danzaterapia en el ciclo de vida	Los aportes de la danza movimiento terapia en la mejora de la vida y salud mental de migrante	Susana García Medrano / 2019	Presentar los efectos de la Danza Movimiento Terapia (DMT) con poblaciones migrantes.	Descriptiva	Se obtuvieron resultados muy interesantes debido a que hay un incremento de manera casi inmediata cuando las personas inician la danzaterapia para poder liberarse de esas emociones negativas las	Se manifiesta una disminución de los múltiples niveles negativos que padece esta población, ya que afectan a su salud mental en los diferentes contextos, teniendo en

						<p>cuales no han podido descargar. No solo mejoraron su proceso psicológico, sino también aumentó el proceso de integración personal y grupal, desarrollando así sus habilidades sociales.</p>	<p>cuenta las exposiciones cotidianas a los que están expuestos. Logrando evidenciar que la danzaterapia puede ser un proceso de psicoterapia muy eficiente para mejorar la salud mental y calidad de vida de las personas migrantes.</p>
Repositorio	Aplicaciones de la danzaterapia	Danza para la salud: la	Carmen Padilla	Divulgar los diferentes	Cualitativa, descriptiva	Incremento al momento de	Se identifica un incremento

Universita rio	en el ciclo de vida	aplicación de un programa intergeneracion al con alumnos del Grado en Ciencias de la Actividad Física y del Deporte.	Moledo, José Castro Piñero, Magdalena Cuenca García, Daniel Camiletti Morión, Rocío Izquierdo- Gómez, Inmaculada C. Álvarez- Gallardo / 2018	programas de innovación docente que tienen lugar dentro del Grado en Ciencias de la Actividad Física y del Deporte (GCAFD) haciendo partícipe de ellos al resto de la sociedad, especialmente a las comunidades más desfavorecidas.	y longitudinal	organizar las actividades diarias que se proponga cada persona, mejoramiento de las capacidades de relación de equipo e interpersonales. Por otro lado la salud mental es indispensable ya que existe un mejor rendimiento académico en los estudiantes, incrementa su actividad física, una sana convivencia	positivo en cuanto a las actividades académicas a los que los estudiantes están expuestos, mejorando las reacciones psicológicas y emocionales de sus actividades. Gracias a la danza hay una mejora en cuanto a las capacidades de los alumnos, capacidades
---------------------------	------------------------	--	---	--	-------------------	--	---

						dentro y fuera del aula de clases, mayor rendimiento físico y liberación de emociones negativas.	tanto físicas, sociales, psicológicas y personales, disminuyendo las emociones y sentimientos negativos por cualquier situación que presente en su cotidianidad académica.
DOAJ	Conceptualización de la danza	Impacto de la danza en el bienestar psicológico: Autorregulación y autodeterminación	Alison Itzel Vargas Anaya, Juan Carlos Mazón Sánchez / 2020	Analizar la aportación de la danza al bienestar psicológico, para ello se evaluaron los niveles de autodeterminación	Descriptiva	Se realizaron análisis descriptivos con los siguientes datos: regulación intrínseca, regulación identificada,	Con el uso de la danza como herramienta terapéutica, la autorregulación, autodeterminación y las habilidades

<p>habilidades sociales</p>	<p>ón, autonomía, autorregulación, empoderamiento , autoconocimient o y habilidades sociales en una muestra de jóvenes mexicanos, practicantes y no practicantes de danza.</p>	<p>autonomía, autorregulación, empoderamiento y auto- reconocimiento, donde todos y cada uno de los conceptos mencionados anteriormente, estuvieron ligados a la danza, el incremento y la mejora se fueron realizando a través de la práctica de la misma. Existe un aporte muy significativo a la motivación</p>	<p>sociales pueden mejorar de manera significativa el bienestar psicológico. Teniendo en cuenta que la práctica de la danza puede ser utilizada para mantener un buen bienestar psicológico.</p>
---------------------------------	--	--	--

						<p>personal y social, aquella que le rodea, esto es un factor muy importante en la salud mental, dado que si la persona recibe rechazo y desaprobación por parte de sí mismo y de los demás, tendrá una disminución en su cotidianidad.</p>	
Repositorio	Conceptualización de la danzaterapia	Foro sobre salud mental 2011, conclusiones y pasos futuros.	Javier Contreras-Rojas y Henriette Raventós / 2011	Dar a conocer la discusión sobre salud mental, tomando en cuenta la realimentación	Investigación Acción Participativa	la falta de indicadores que demuestren la poca información de medición que se	En este foro se lograron exponer las diferentes perspectivas a las que puede

				brindada por otros actores igualmente importantes.		tiene al respecto a través del impacto de las nuevas acciones de prevención y promoción ante la salud mental, mencionando también que junto con la nueva implementación de la danzaterapia, nace una nueva terapia que puede ser igual o más efectiva.	estar ligada la danzaterapia, abordando un concepto más amplio para las diferentes posturas que pueden llegar a desligarse de dicho concepto.
Redalyc	Beneficios de la práctica de la danzaterapia.	Optimización en procesos cognitivos y su repercusión en	M ^a Isabel Megías Cuenca / 2009	Mostrar la efectividad del nuestro programa de	Cuantitativa y cualitativa.	Han habido mejoras significativas en una cantidad	Gracias a la danza, se puede identificar el

el aprendizaje de la danza.	danza, que recoge aportaciones, tanto de la Psicología de la Educación, como de campos teóricos que plantean la educación a través del movimiento y que creemos facilita el desarrollo cognitivo y el proceso de aprendizaje de la danza.	importante de variables (17), principalmente en las que se refieren a ejecución, incluyendo la variable agrupada (ejecución técnica) y las referentes a procesos perceptivos y a memoria. Además aparecen diferencias significativas en autoestima y en improvisación. Todo ello	incremento de los factores personales y sociales como son el autoestima, las relaciones interpersonales, su motricidad, los aspectos sociales y su calidad de vida.
-----------------------------	---	--	---

						significa que hemos encontrado efectividad en la mejora de aspectos tanto cognitivos, afectivos, como técnicos	
Google académico	Elementos de la danzaterapia	Eficacia de la músicoterapia y danzaterapia, para superar la agresividad en niños de tres y cuatro años de edad	Ángel Fabián Sango Erazo / 2012	Comprobar la eficacia de la musicoterapia y la danzaterapia para superar la agresividad en niños de tres y cuatro años de edad.	Cuantitativa y cualitativa	Los resultados también permiten concluir, que la agresividad obstruye al niño/a tener una buena perspectiva de su personalidad, la cual hace que su ámbito escolar y social	La danzaterapia puede llegar a ser muy eficaz en muchos ámbitos psicológicos, debido a que logra regular y expulsar las emociones negativas que los niños estén

						se distorsione, causándole al niño/a por su falta de comunicación que es escaza, sea rechazado/a por sus compañeros y su nivel de rendimiento académico disminuya por su dificultad para expresar sus ideas.	presentando. Incrementa y crea una mejor percepción del factor negativo por el que se esté pasando, es por esto que la danza es un mecanismo terapéutico muy recomendable.
Repositorio Universitario	Aplicaciones de la danzaterapia	Influencia del baile recreativo en el estado de ánimo y autoestima de	María Gabriela Bernardes Soljancic / 2011	Determinar si hay diferencias en el Estado de Ánimo y la Autoestima de personas adultas	Descriptiva	Las puntuaciones del cuestionario de Depresión varían según la pertenencia a los	Un concepto importante a mencionar es que hubo mejor recibimiento

personas adultas.	que practican baile recreativo en comparación a las que no lo hacen.	grupos de baile, grupos de ejercicios físicos y a los sedentarios. Las varianzas en los dos primeros grupos son relativamente semejantes, sin embargo, presentan mayor dispersión en el grupo de personas sedentarias. cambio de hábitos de comportamiento s sedentarios hacia rutinas más saludables,	por parte de las personas denominadas como “sedentarias” debido a que ellas, no estaban acostumbrada s a hacer ningún tipo de ejercicio físico. La autoestima fue incrementand o a medida que se les fue implementand o la danza y el ejercicio como hábito para mejorar
----------------------	--	---	---

						donde se incluya la actividad física y recreativa como factor preventivo y promocional.	su estilo de vida, la depresión redujo su puntuación, pues a través de la danza eliminaron poco a poco todos esos sentimientos que los participantes denominaron como “negativas”.
Repositorio	Elementos en la práctica de la danzaterapia	Relación entre la práctica de la danza folklórica y la motivación social con el	Kenia Tiffany Barzola Cisneros / 2019	Conocer la relación entre la práctica de la danza folklórica y la motivación social con el	Comparativo, correlacional, no experimental	Se obtuvo que exista una relación de intensidad moderada entre la práctica de la	En base a lo anterior, se puede evidenciar que la danzaterapia

<p>bienestar psicológico en un grupo de jóvenes de dos universidades privadas de Lima.</p>	<p>bienestar psicológico en un grupo de jóvenes de dos universidades privadas de Lima.</p>	<p>l y transversal</p>	<p>danza folklórica y la motivación social con el bienestar psicológico.</p>	<p>no solo puede ayudar a mejorar la salud física, sino también la salud mental y psicológica, incrementando así la motivación de quienes la practican. Esto se puede corroborar en los resultados obtenidos en la investigación que se está describiendo con</p>
--	--	------------------------	--	---

anterioridad, donde menciona que el bienestar psicológico de quienes pertenecen al grupo de danzas de la universidad, mejoró su calidad de vida.

Repositorio Universidad	La práctica de la danzaterapia y enfermedades crónicas	La danza, el movimiento y la salud.	Juan Diego Abello1, Nicolás Manzano1, Lina Becerra2, / 2018	Demostrar que, en los últimos años, la danza puede ser usada como una herramienta terapéutica.	N/A	La danza y el movimiento como terapia es una óptima alternativa para ejercerla como terapia debido a que se ha logrado	La danza puede ser utilizada en múltiples ámbitos como una alternativa en donde mejore no solo la
--	--	-------------------------------------	---	--	-----	--	---

demostrar que es	salud física
una herramienta	sino también
muy valiosa y	aporte en
eficaz al	muchos
momento de	aspectos la
ejecutarla en	psicológica, es
pacientes con	por esto que
diagnósticos de	en este estudio
diferentes	como en
patologías como	muchos otros,
las diversas	se ha
discapacidades	demostrado
mentales como o	que la
trastornos	danzaterapia
motrices y o que	suele ser muy
estos llegan a	eficiente al
causar,	momento de
buscando los	ejecutarla en
estímulos y las	pacientes que
sesiones de	pueden
terapia	presentar
necesarias	diferentes

						siempre enfocadas en los objetivos de conseguir o recuperar, dado el caso, las habilidades motoras y fortalecer a su vez la parte psicológica, acompañado de terapeutas capacitados para abarcar estos ámbitos.	diagnósticos psicológicos.
Redalyc	Beneficios de la práctica de la danzaterapia	Aplicación de la danzaterapia para mejorar el estado de ánimo en	Saritama Saritama Johanna Estefanía / 2018	Conocer el efecto de la danzaterapia como alternativa de solución	Correlacion al	El incremento frente al aportar beneficios, físicos y sociales que se	Cabe recalcar y mencionar que los resultados arrojados por

adultos mayores con depresión leve de 65 a 80 años que asisten al Hogar Geriatrico Plenitud de la ciudad de Quito en el periodo Noviembre 2017- Abril 2018	frente a la depresión de los adultos mayores del Hogar Geriatrico Plenitud.	encaminaban a mejorar la emocionalidad de los adultos mayores, para que de esta manera a los participantes a los que se le aplicaba este estudio, presentaran resultados incrementados hacia la positividad y mejora de sus beneficios no sólo físicos sino también psicológicos, en este caso,	esta investigación fueron de mucho agrado, debido a que los adultos mayores, demostraron un incremento en los beneficios físicos, psicológicos y sociales los cuales estaban actuando de manera negativa en la calidad de vida de los adultos, es por
---	--	--	--

						resaltando la emocionalidad de los participantes	esto que la danza ayuda a mantener un bienestar emocional y psicológico de los adultos.
Dialnet	Beneficios de la práctica de la danzaterapia	Danzaterapia como intervención en problemas de aprendizaje en discapacidad intelectual leve-moderada	Belén Maldonado Jiménez / 2017	Comprobar los efectos de un programa de Danzaterapia en variables cognitivas y en equilibrio dinámico en un grupo de usuarios con discapacidad intelectual leve/moderada.	Cuasi experimental	Se encontraron mejoras en el lenguaje expresivo de la danza tras una intervención de 4 meses. Por lo tanto los resultados de este trabajo de grado fueron muy interesantes, ya que, a través de la práctica de la	Es importante recalcar que las personas en condición de discapacidad y aquellas que se encuentran diagnosticado s con Alzheimer presentaron mejorar significativas con la danza

danzaterapia no sólo fomentaron a la ayuda para la mejora en las diferentes patologías que padecían los participantes, sino también que a su vez se vieron afectados de manera positiva sus habilidades físicas y motoras. Es decir, en los resultados obtenidos se demuestra la mejora en los componentes	como método terapéutico, aquí no solo se fomentó ayuda en las múltiples patologías sino también a quienes se vieron afectados de manera implícita, potencializand o así sus habilidades motoras, físicas y motoras, pues es aquí donde se demuestra que los
--	---

cognitivos y el equilibrio. Por tanto la Danzaterapia puede aportar al tratamiento de Terapia Ocupacional nuevos procedimientos y prácticas que enriquezcan el conocimiento y alcance de la profesión en el área de la rehabilitación física y mental en múltiples poblaciones.	componentes cognitivos aumentaron en especial el equilibrio y un mejor manejo de las emociones y percepciones que tenían las personas dependiendo de su discapacidad.
---	---

Google académico	Beneficios de la práctica de la danzaterapia	Las destrezas mentales como atributos protectores frente al riesgo de los trastornos alimentarios en bailarines	Estanol E, Sheperd C, MacDonald T / 2013	Indagar a cerca de los diferentes riesgos que puede llegar a implicar el ambiente dancístico, sobre todo a quienes ejercen la danza, debido a que se pueden llegar a desarrollar trastornos de la conducta alimentaria	Descriptiva	Confirmación de la relación positiva existente entre los factores de riesgo de: presión por la delgadez, depresión y ansiedad), los cuales claramente son relacionados con los trastornos de conducta alimentaria. Los autores lograron confirmar la hipótesis que plantearon la cual mencionaba que existía una	Los trastornos alimenticios permiten hacer una concientización a cerca de mantener una salud mental sana, donde los factores de riesgo disminuyan de una manera muy considerable, creando así un factor positivo que influya de una manera en donde la concientización de tener una
-------------------------	--	---	--	--	-------------	--	---

relación salud mental
negativa entre sana sea una
factores de prioridad. que
riesgo y las
habilidades
mentales.
Seguido a esto,
los autores
lograron
confirmar el
afecto negativo
que hacía el
papel de
mediador entre
ello y la presión
por delgadez
existente
anteriormente
mencionada,
esto relacionado
también con los
síntomas de los

trastornos de
conducta
alimentaria.
Finalmente, no
se obtuvo un
buen ajuste para
el modelo
estructural para
probar el papel
mediador de las
habilidades
mentales entre el
afecto negativo
y los síntomas
de TCA cuando
se incluyeron
todas las
habilidades
mentales,
mientras que un
modelo más
parsimonioso sí

						arrojó resultados positivos. En específico, los aspectos que mostraron relación fueron: afrontar la adversidad, sentirse libre de preocupaciones y motivación para alcanzar metas y confianza.	
Scielo	Beneficios de la práctica de la danzaterapia	Beneficios físicos y psicosociales de las danzas folclóricas adaptadas en los adultos mayores del	Mileidys G. Salcedo Arias Karla Flórez Señá Yaniris Aragón Mosquera / 2018	Analizar los beneficios físicos y psicosociales de las danzas folclóricas adaptadas en los adultos mayores	Mixto, el cual se realizó en dos fases, la primera fue la cuantitativa y la segunda	La danza sirvió de apoyo para evaluar aspectos físicos, emocionales y sociales que mostraron los participantes	En cuanto a esta investigación se puede analizar y observar, primero que la edad no es

centro de vida san Sebastián de ternera	del Centro de vida San Sebastián de Ternera.	la cualitativa	durante este proceso. Demostrando, que al final un alto porcentaje de la muestra indica que la actividad de baile recreativo trajo consigo beneficios a nivel físico, psicológicos y social, destacando el mejoramiento en la coordinación, el equilibrio, el ritmo, el estado físico y emocional, presentando así,	sinónimo de minusvalía, debido a que la mayoría de los participantes varió entre los 60 y 79 años de edad. De la misma manera, las personas demostraron tener habilidades dancísticas buenas, expresando así que lograron desechar esas emociones
---	---	-------------------	--	--

resultados positivos y una mejor percepción de la calidad de vida.	negativas que estaban afectando su salud emocional y física, incluyendo a las emociones negativas y reprimidas que tuvieron por un periodo de tiempo determinado, mejorando así su comunicación con su círculo social, también encontrándole un nuevo
--	--

Repositorio	La práctica de la danza terapia y salud mental	Esquizofrenia y danza- expresión corporal: una propuesta de abordaje en salud mental	Josefina Fernández Lorenzo / 2020	Llevar a cabo una intervención para el abordaje de la salud mental dirigido a personas con diagnóstico de esquizofrenia, pertenecientes a un centro de rehabilitación psicosocial de Montevideo.	Descriptivo	Los resultados de esta investigación concluyeron que, a través de programas de intervención en danza, las personas presentan mejoras en indicadores de la salud mental como: estados de ánimo, autoestima, emociones negativas, bienestar, salud	sentido a su vida. En cuanto a Gracias a la investigación realizada, se puede observar y analizar que evidentemente existieron mejoras en indicadores de la salud mental como: estados de ánimo, autoestima, emociones negativas, bienestar, salud
--------------------	--	--	-----------------------------------	--	-------------	--	--

autopercebida, confianza en sí mismo, autoimagen corporal, relaciones sociales y un alto incremento en su calidad de vida. Obteniendo una mejor autopercepción de quienes hicieron parte del programa de la danza como método psicoterapéutico , se evidenció que gracias a la danzaterapia se	autopercebida, confianza en sí mismo, autoimagen corporal, relaciones sociales y un alto incremento en su calidad de vida. Esto dejando a un lado el tipo de esquizofrenia que los participantes padecían, demostrando que la danza puede llegar a ser una herramienta
---	---

					<p>puede generar condiciones que posibiliten el reconocimiento de las fortalezas y potencialidades de los participantes que históricamente han quedado opacadas por la sintomatología característica del diagnóstico de la esquizofrenia.</p>	<p>muy eficaz para contrarrestar trastornos, alteraciones y demás padecimientos psicológicos, mejorando e incrementado la salud psicológica y emocional de las personas.</p>
Beneficios de la práctica de la danza	Beneficios psicológicos y emocionales de la danza	Ana Daniela Herrería Terán / 2021	Desarrollar un estudio introductorio para describir, cuáles son los	Descriptiva, cualitativa y de corte transversal	Demostrando que gracias a la danza no sólo se mejora en el aspecto físico,	La emocionalidad de las personas que participaron

aplicados a la salud mental.	beneficios psicológicos y emocionales de la danza para posteriormente realizar un modelo de intervención basado en danza.	ya que se le está proporcionando el cuidado necesario al cuerpo, sino también está siendo utilizada como un factor protector para quienes quieren reducir esos aspectos negativos en sus vidas, aquellos que practican la danza, como en este caso, dan fe de que realmente se la puede utilizar para tener un equilibrio	en esta investigación mejoró de manera positiva, debido a que todo lo que está relacionado con las emociones, sentimientos y demás aspectos psicológicos incrementaron manteniendo así un equilibrio emocional para que las personas
------------------------------	---	---	--

						emocional y psicológico para tener una mejor calidad de vida y empezar a sentirse mejor consigo mismos, mejorando así no solo las relaciones inter sino también las intrapersonales.	pudieran experimentar una mejor calidad de vida y a su vez, iniciaran una transición consigo mismos para que se sintieran mejor a través de la danza.
Repositorio Universitario	Aplicaciones de la danza	Algunos aspectos psicológicos en los profesionales de la danza	Montse Sanahuja Maymó / 2009	Recolectar información acerca de los factores que, según los participantes, habían influido a lesionarse.	Entrevistas en profundidad	Señalan que los bailarines dentro del grupo de intervención mostraron medidas subjetivas de mejoría en el rendimiento, así	Los aspectos psicológicos que se encontraron al haber hecho la comparación que se realizó en este estudio, fue

como también lo	muy
indicaron las	interesante
evaluaciones de	debido a que
los profesores.	se observa que
En cambio,	la información
aquellos	que existe en
estudiantes que	el mismo es
se hallaban en	clara y
un grupo de	concisa. Lo
control sin	que a su vez
intervención	es importante
psicológica no	recalcar ya
mostraron	que demuestra
cambios	que las
significativos.	personas que
Además de	realizan este
mejorar su	tipo de
eficacia y	ejercicios
rendimiento	ayudan no
antes de que	solo a la vida
presentaran las	cotidiana sino
lesiones, se	también a

					evidenció y demostró que a través de la danza	mejorar de manera considerable en el aula de clases, fomentando los aspectos psicológicos para el aprendizaje y un buen desarrollo educativo, corporal y físico.
La práctica de la danza terapia y salud mental	Efecto de la danzaterapia en el nivel de autoeficacia emocional de cinco adolescentes	Francheska Esther Ramos Ortiz / 2017	Examinar los efectos de la danzaterapia en los niveles de autoeficacia emocional en un grupo de cinco	Cuasi-experimenta l, sirviéndose de la integración de la	Los resultados cualitativos muestran que el tratamiento de danza terapia genera al participante la	Los resultados obtenidos a través de esta investigación fueron muy interesantes, ya que

<p>con trastorno depresivo; en programa residencial: aportes para una intervención psicoterapéutica alternativa</p>	<p>adolescentes entre las edades de 13 a 17 años diagnosticados con el trastorno depresivo o que presentan indicadores asociados a dicho trastorno.</p>	<p>metodología cualitativa y cuantitativa</p>	<p>reducción de emociones negativas, reducción de estrés, incremento en autoconfianza y espontaneidad.</p>	<p>demuestra que la danzaterapia sí puede ser eficaz para estimular todos los aspectos psicológicos que las personas pueden tener. Así como también la disminución de múltiples aspectos negativo que la persona pueda estar presentando. La confianza,</p>
---	---	---	--	---

la calidad de vida, la espontaneidad, el bienestar emocional y psicológico aumenta e incrementa mejorando los aspectos mencionados anteriormente.

DOAJ	Limitantes de la práctica de la danza terapia	La danzaterapia como recurso pedagógico para la inclusión educativa de personas con discapacidad	Stephany Johana Tarazona Barbetti / 2020	Analizan los aportes de la danzaterapia como un recurso pedagógico para la inclusión educativa de personas con discapacidad.	N/A	La población participante demostró que el concepto de discapacidad no es sinónimo de limitarse a hacer algo. En cuanto a la danza como método	Existió una modificación en cuanto al pensamiento errado de que las personas en condición de discapacidad no pueden
-------------	---	--	--	--	-----	---	---

pedagógico para	participar en
las personas con	talleres de
discapacidad se	danzaterapia,
pudo concluir	nos damos
que la encuesta	cuenta de que
que se utilizó	con un buen
arrojó resultados	plan
variados frente a	estudiantil y
los procesos de	con la ayuda
inclusión y la	adecuada de
implementación	expertos en el
de la educación	área, las
artística.	personas
Algunos de	podrán
estos factores	beneficiarse
pueden ser	de los
debidos a la	múltiples
libertad que	aspectos
tienen las	positivos que
instituciones	la danza
respecto a la	genera como
implementación	herramienta

						de su PEI. Es importante enfatizar que algunas instituciones tienen desconocimiento frente a la ley de inclusión educativa.	terapéutica, demostrando que no existen limitantes para mejorar el sentido y calidad de vida de las personas que padezcan de una condición de discapacidad.
Dialnet	Beneficios de la práctica de la danza	Danza terapia para niños con cáncer entre 5 y 8 años	Martha Paola Canales González / 2012	Desarrollar un programa de “Danza terapia para niños con Cáncer entre 5 y 8 años”, que sirva como complemento y apoyo al	N/A	Se encontró algunas similitudes las cuales pudieron ser utilizadas en los niños que hicieron parte de esta investigación,	Esta investigación se entrelaza de una u otra manera con la que se planteó anteriormente, debido a que ambas

tratamiento médico y psicológico del niño enfermo.	demonstrando así, que las diferentes habilidades sociales que los niños habían hecho a un lado debido a la condición en la que estaban, les permitió rehacer hábitos que habían perdido, como por ejemplo, hacer un poco de ejercicio sin sobre-exigirse, mejorar su calidad de vida, sus relaciones con su entorno	estudiaron los efectos de la danzaterapia en población en condición de discapacidad y también con niños que presentan una enfermedad física crónica, lo que conllevó a demostrar que la danza como método terapéutico es muy efectivo para suplir algunas necesidades
---	--	--

mejoró	que la persona
significativamen	determine, así
te y empezaron	como también
a ejecutar la	su salud física
danza por	y psicológica,
voluntad propia,	ya que los
pues se dieron	niños al
cuenta que	padecer una
realmente les	enfermedad
hacía muy bien	como es el
practicarla.	cáncer,
	pueden llegar
	a tener un
	concepto
	diferente
	frente a la
	vida y obtener
	reacciones
	insanas frente
	a todo lo que
	ellos puedan

estar
percibiendo.
Debido a las
historias de
las personas
que han sido
víctimas de
maltrato
intrafamiliar,
inicialmente
se puede
observar y
analizar las
reacciones
positivas y la
acogida que
tiene la
danzaterapia
frente a los
cambios
positivos que
tienen los

Redalyc

Elementos en la
práctica de la
danzaterapia

Arte-terapia:
Un estudio de
caso sobre
violencia
intrafamiliar
superado
mediante la
práctica
artística

Mónica de
los Ángeles
Jeré
z Luna /
2017

Analizar cómo
se produce un
proceso de
sanación
mediante arte-
terapia, el
mismo que trata
de un caso de
violencia
intrafamiliar y
es abordado en
el proceso de
producción y
post producción
de un conjunto
de obras de la
estudiante de
pregrado de la
carrera FAUCE,
Mónica Jeréz.

Cualitativa

Como resultado
se obtuvo que,
gracias al
concepto como
tal de
arteterapia, las
personas que
han sido
víctimas de
violencia
intrafamiliar o
de género, han
podido
recuperarse
gracias al uso de
las diferentes
técnicas
psicoterapéutica
s siendo una de
las principales la

danza, la cual	participantes.
permite que las	También es
personas puedan	posible
desenvolverse	encontrar e
de una manera	identificar que
más apropiada	la confianza
en su	en las
cotidianidad y	víctimas de
así mismo,	violencia
recuperar ciertas	intrafamiliar
habilidades que	aumentó de
habían perdido.	una manera
	significativa,
	ya que por la
	situación que
	cada una ha
	pasado, han
	ido
	deteriorando
	su autoestima
	y su eficacia
	como

personas.
Frente a esto nos damos cuenta que la danza puede ayudar a sanar y cicatrizar heridas del pasado independiente mente de su origen. Pues se encontró que la vida de las personas mejoró gracias a la danzaterapia.

Dialnet	Conceptualización de la danzaterapia	Influencia de la danza-movimiento terapia sobre la	Maza Estrada Luis Alberto / 2020	Determinar la influencia que tiene la danza-movimiento	Bibliográfica a descriptiva	Obteniendo como resultados que gracias a la guía las acciones	Gracia a la danza como una herramienta
----------------	--------------------------------------	--	----------------------------------	--	-----------------------------	---	--

percepción de la fatiga y el desempeño ocupacional en adultos mayores de 65 a 80 años	terapia frente a la percepción de la fatiga y el desempeño ocupacional en adultos mayores.	tomadas que se desarrollarán en colaboración con el participante, también cabe resaltar que se basa en una selección de teorías, marcos de referencia y evidencia. Con base a ello, los resultados que arrojó la investigación demostró que la determinación del éxito en alcanzar los resultados esperados	terapéutica frente a los adultos mayores se puede evidenciar que estos lograron que la percepción del adulto mayor incremente de una manera considerable, Esto se lo tomó como una explicación razonable, ya que la calidad de vida de los participantes, mejoró y de la
---	--	---	--

superó	misma
enormemente	manera,
las expectativas,	regularon sus
debido a que la	relaciones
información que	interpersonale
se logró	s. También
recolectar	disminuyeron
evidenció que la	los
danza como	sentimientos
método	de frustración,
terapéutico,	de tristeza,
incrementó la	ansiedad y
percepción del	depresión.
adulto mayor de	
una manera	
considerable, lo	
cual hizo que la	
calidad de vida	
de los	
participantes, se	
desarrollara de	
una mejor	

						manera, regulando así su calidad de vida y relaciones interpersonales.	
Scielo	La práctica de la danza terapia y salud mental	Danza Primal para el trastorno de estrés post-traumático (TEPT) por abuso sexual en mujeres adultas jóvenes en Ecuador.	Alexandra Trujillo Tamayo / 2016	Cómo la danza primal (terapéutica) ayuda a solventar el estrés post-traumático que padecen las víctimas.	Cualitativa	Se inició con el proyecto obteniendo muy buenos resultados, pues las mujeres después de experimentar la danza como factor protector frente al estrés post-traumático, lograron recuperar muchos aspectos que creían no volverían a tener	Gracias a la danzaterapia, la confianza y la autoestima incrementaron , recuperaron varios aspectos que habían perdido. Contrario a esto, perdieron el miedo y el temor a volver a ser violentadas.

nunca más en
sus vidas. Su
emocionalidad
mejoró
notablemente,
así como su
confianza,
autoestima, su
calidad de vida
y su amor
propio.
Volvieron a
sentirse seguras
consigo mismas
y pudieron
entablar
conversaciones
con hombres, lo
cual no habían
hecho hace
bastante tiempo.
Su estado

						psicológico también incrementó gracias a que la danza como método terapéutico, les ayudó a recuperar lo que creyeron habían perdido.	
DOAJ	Aplicaciones de la danza	Taller de danza terapia para niños preescolares con discapacidad auditiva	Alicia Miranda Juárez / 2015	Describir las habilidades cognitivas, de la vida diaria, sociales y psicomotoras antes y después de la aplicación de un taller de danza terapia a niños y niñas	Descriptiva	se obtuvieron resultados muy interesantes y mencionando que los niños con discapacidad auditiva, tienen la necesidad educativa de comunicación,	Los factores cognitivos, de la vida diaria, el ámbito social y todo lo relacionado con el aspecto psicológico y psicomotor en los niños, mejoró e

con discapacidad auditiva, que asisten a preescolar en el CAM No. 5 de Toluca, Estado de México	con apoyo requerido es el de lenguaje de señas mexicano, para el registro de las actividades a realizar en el taller de danzaterapia, se utilizaron cartas descriptivas, donde se especificó el objetivo de la sesión, actividades desarrolladas, material y tiempo requerido, así como una	incrementó de manera positiva, más aún en los niños que presentaron discapacidad auditiva, sus relaciones interpersonales mejoraron, al igual que su autoestima. La danzaterapia ha sido utilizada y aplicada como método para recuperar varios aspectos en la vida no solo
---	---	---

sección de de los niños
observaciones, en condición
donde el de
instructor discapacidad,
realizó un sino también a
registro las personas
anecdótico, con en general.
las
observaciones
recabadas en
cada una de las
sesiones,
demostraron
que: los
alumnos
mejoraron su
atención,
concentración
y manejo de
impulsos
favoreciendo
notablemente

						su desempeño psico- pedagógico.	
Scielo	La práctica de la danza terapia y salud mental	La danza terapéutica y el trastorno espectro autista en estudiantes de 11 a 14 años en la escuela de educación básica completa Nela Martínez Espinoza	Maitte Eliana Campoverde Campoverde /2019	Conocer la importancia de la danza terapéutica o danza terapia para mejorar las habilidades en los estudiantes de 11 a 14 años con trastorno espectro autista de la Escuela de Educación Básica Completa Particular Nela Martínez Espinoza, en el	La metodología utilizada para este trabajo de investigación incluye los aspectos relacionados con el proceso que se utilizó para recolectar, procesar, analizar información relevante relacionada	Arrojando resultados como: la mayor parte de los participantes de los estudiantes logra coordinar sus piernas y sus brazos, es decir, la mayoría; lo cual es muy importante para su desarrollo motor grueso, un porcentaje más reducido logra coordinar a veces y un grupo más	Independiente mente de la condición psicológica que los niños presenten o padezcan, se pudo identificar que las relaciones interpersonales de los niños con autismo mejoraron significativamente gracias al haber utilizado la danza como

				periodo lectivo 2018 – 2019.	con el objeto de estudio	pequeño aún no logra la coordinación en los ejercicios de danza que se proponen.	una herramienta terapéutica, la cual ayudó a mejorar también la salud emocional y psicológica de los participantes.
Google académico	Aplicaciones de la danzaterapia	La Danza Como Terapia De Apoyo Para Reducir Los Trastornos De Ansiedad Por Consumo Y Abuso De Sustancias, Dirigida A	Miriam Alejandra García Solares / 2013	Comprobar cómo a través de la práctica de la danza terapia se pueden reducir los trastornos de ansiedad en las personas con problemas de abuso de	N/A	Los síntomas más comunes de esta condición son taquicardias, sensación de ahogo, sensación de pérdida del conocimiento, transpiración,	La danzaterapia como herramienta psicoterapéuti ca en personas que han padecido trastornos de ansiedad por

Mujeres Y	sustancias	rigidez	consumo y
Hombres De	psicoactivas.	muscular,	abuso de
La ONG		debilidad	sustancias,
Centro De		muscular,	debido a que
Rehabilitación		insomnio,	la ansiedad
Y Prevención		inquietud	que les
De Drogas El		motora,	generaba el no
Buen Pastor		dificultades para	haber
		la	consumido la
		comunicación,	sustancia por
		pensamientos	un
		negativos y	determinado
		obsesivos, entre	tiempo, fue
		otros.	suplida a
		Gracias a que se	través de los
		utilizó la danza	movimientos
		como método	corporales, los
		psicoterapéutico	cuales
		en personas con	ayudaron a
		trastorno de	reducir la
		ansiedad por el	tensión, la
		consumo de	depresión y a

sustancias psicoactivas, se obtuvo como resultado que la danza favorece también el desarrollo de las facultades cognoscitivas, donde se despiertan facultades como: la observación, la memorización, asociación, análisis, disociación, síntesis, previsión, conceptualización, combinación.	mejorar la calidad de vida de las personas que participaron en la investigación. Con esto, se puede refutar que la danza sí es un método muy eficaz para combatir necesidades extras fisiológicas y psicológicas que se generan por un manejo
--	---

inadecuado de acciones.

Repositorio o Universita rio	Aplicaciones de la práctica de la danzaterapia	La danza como instrumento al servicio de la Psicología positiva aplicada a la educación	Ana María Alises Castillo / 2018	Analizar los estudios que se relacionan con la psicología positiva o algún aspecto de ella. Los trabajos confirman la contribución de la danza y su utilidad real como herramienta desde las perspectivas social, psicológica y comunicativa.	N/A	Los resultados obtenidos en este artículo despliegan diversos conceptos los cuales hacen que la danza sea única entre las artes, es el hecho de que el cuerpo humano se expresa mediante patrones de conducta en el tiempo y el espacio. Demuestra además que las	La psicología le ha brindado muchos aportes a la danza, no sólo desde lo estético, corporal o físico, sino también a toda la conceptualización de la misma. En este sentido, la danza ha retribuido de manera significativa los aportes a
---	--	---	----------------------------------	---	-----	---	---

						investigaciones existentes provengan de disciplinas con un cierto arraigo en la universidad, tales como la educación física y la didáctica de la expresión corporal; la música y su didáctica, y la medicina, entre otras.	las emociones, percepciones y sentimientos lo cual conlleva a una expresión, esta tiene la capacidad de proporcionar un puente entre la mente y el cuerpo.
Repositorio Universitario	Elementos de la práctica de la danzaterapia	Danzando la Psicología Social Comunitaria: revisitando la IAP a partir de	Alejandra Astrid León Cedeño / 2010	Potencializar las habilidades de los jóvenes que practican danza en un barrio de	N/A	Los comportamientos de los participantes antes de practicar la	Cabe recalcar que en esta investigación se trabajó con aspectos muy interesantes,

un curso de danza en una asociación cultural de barrio	escasos recursos de México.	danza, eran un poco burdos, y tenían problemas para socializar con su entorno, en algunas ocasiones eran agresivos y algunos se refugiaban en el consumo de sustancias psicoactivas, a través de la danza, la autora logró disminuir esos comportamientos inadecuados de los participantes, potencializando	debido a que los resultados arrojaron la comodidad de las personas al trabajar con la danza como terapia, debido a que gracias a ella pudieron liberarse de diferentes emociones y sentimientos que tenían reprimidos por algún acontecimiento traumático en su vida anteriormente.
--	-----------------------------	---	---

sus habilidades sociales, y poco a poco exterminando el consumo de SPA, lograron tener un mejor estilo de vida porque a través de la danza, pudieron liberar esas emociones que tenían retenidas desde hace mucho tiempo, utilizaron la danza como un mecanismo para demostrarse a sí mismos que con buenos hábitos	A través de la danza, del movimiento y de la terapia, lograron mejorar sus estados de ánimo y encontrar el balance entre paz y comodidad.
---	---

						pueden ser mejores personas.	
Dialnet	Aplicaciones de la danzaterapia	Efectos De Un Programa De Danza Y Movimiento Terapia Sobre El Desarrollo Motor Y Psicológico De Un Grupo De Niños Costarricenses En Edad Escolar Con Síndrome De Asperger	Gabriela Dörries Gigirey / 2009	Determinar los efectos de un programa de Danza y Movimiento Terapia sobre el desarrollo motor y psicosocial de niños costarricenses en edad escolar con Síndrome de Asperger.	Cuantitativa y cualitativa	La efectividad que el programa de Danza y Movimiento Terapia brinda sobre el desarrollo de la flexibilidad, la ubicación espacial y la función motora de los escolares con Síndrome de Asperger, así como también ayudando a la capacidad de socializar y comunicarse	Es importante recalcar que, gracias a la danzaterapia, se recupera no solo la autoestima, sino también las interacciones sociales que las personas perdieron por una situación específica en sus vidas. Las habilidades que desarrollan las

correctamente	personas a
con su entorno,	través de la
ya que gracias a	danzaterapia
la danza deben	son muy
compartir e	importantes,
interactuar de	debido a que
manera	suelen seguir
constante con	trabajando
otras personas,	con ellas por
logrando	voluntad
desarrollar ese	propia,
tipo de	obteniendo así
habilidades para	mejores
utilizar los	resultados
avances en el	frente a los
lenguaje	beneficios que
expresivo antes	la misma les
y después del	propicia.
programa de	
Danza y	
Movimiento	
Terapia.	

Scielo	La práctica de la danzaterapia y salud mental	Propuesta de danza como apoyo para una mediación pedagógica que favorezca el desarrollo de las dimensiones corporal y socio-afectiva niños y niñas entre los 5 y 7 años	Alejandra Sanint Montoya / 2019	Diseñar una propuesta de enseñanza a partir de las características de la danza que sirven como mediación pedagógica con niños y niñas entre los 5 y 7 años que favorezca el desarrollo de las dimensiones corporal y socio-afectiva.	Cualitativa	Estas intervenciones también evidenciaron resultados positivos en el desarrollo de habilidades socio-afectivas como la comunicación, la empatía y el autorreconocimiento.	Específicamente en este proyecto se demuestra cómo la danzaterapia puede ayudar al desarrollo psicosocial y psicoafectivo especialmente en los niños, gracias a la danzaterapia, pudieron mejorar su estilo y calidad de vida, así como también regular sus
---------------	---	---	---------------------------------	--	-------------	---	---

emociones y sentimientos.

Redalyc	La práctica de la danzaterapia y salud mental	Bienestar psicológico en practicantes de danza contemporánea	Belén Zullay Meza Lafón / 2010	Describir el bienestar psicológico de un grupo de practicantes de danza contemporánea.	No experimenta l transversal	Gusto por actividades vinculadas al movimiento: se evidencia el gusto por el baile y/o movimiento. Interés por el cuerpo: deseo por contactarse con cuerpo, trabajarlo, explorarlo y hacer uso de él. Alternativa al ballet clásico: interés por probar o	La danzaterapia es una herramienta psicoterapéutica para mejorar el bienestar y los beneficios de quienes la practiquen. Demostrando así que la danza puede ser utilizada como una alternativa óptima para cultivar las
----------------	---	--	--------------------------------	--	------------------------------	---	---

desarrollarse en
algo distinto al
ballet clásico.

motivaciones
para iniciar
con la
experimentaci
ón de un
cambio
significativo
de la vida de
las personas,
así como un
progreso
emocional
significativo.
El bienestar
psicológico de
quienes
practican la
danzaterapia
tiene una
repercusión
positiva ya
que ayuda a

que tengan un mejor sentido de vida, así como buenas relaciones personales e interpersonales.

DOAJ	Beneficios de la práctica de la danzaterapia	Efectos de un programa de danza española en mujeres con fibromialgia	Chica, A. González Guirval, F. Reigal, R.E. Carranque, G. Hernández-Mendo, A. / 2019	Analizar los efectos de un programa de danza española sobre el nivel sintomático, la capacidad funcional, diversas variables psicológicas y la composición corporal en una muestra de	Cualitativa	Los resultados indican que el programa de danza española produjo mejoras en el estado de ánimo, la depresión y el nivel de ansiedad psíquico y somático. Estos datos contribuyen a	La aplicación del proyecto de danza como intervención terapéutica refiere que produce diferentes beneficios positivos frente a quien la ejecute, es por esto que
-------------	--	--	--	---	-------------	--	--

mujeres con fibromialgia.	considerar que la práctica de actividad física, en concreto la danza, podrían ayudar a las personas que padecen fibromialgia a mejorar su calidad de vida. Así como también los resultados encontrados en estado de ánimo se muestran congruentes con otros estudios que aplicaron programas de intensidad	las mujeres que padecen fibromialgia, han disminuido su enfermedad. Gracias al uso de la danza, los músculos, afecciones emocionales físicas y psicológicas se han regulado de una manera positiva, esto ya que el estar en continuo movimiento y eliminar emociones
---------------------------	--	--

						moderada basados en entrenamiento aeróbico. Los resultados en ansiedad reflejan mejoras significativas en ansiedad psíquica y somática, lo cual sería congruente con otros con pacientes de fibromialgia	negativas es fundamental en las personas, ya que puede hacerse uso de aquella liberación que se ha buscado por algún tiempo.
Repositorio Universidad Universitario	Aplicaciones de la danzaterapia	Efecto de un programa de intervención orientado al incremento de la motivación en la	Pablo Molero Navajas / 2016	Identificar un método de enseñanza de la danza que permita incrementar la motivación	Cuasi- experimenta l	Se llevó a cabo un programa de formación previa con el maestro de los grupos experimentales	Teniendo en cuenta que la investigación se desarrolló en profesores y alumnos de una

enseñanza de la danza en la escuela	auto-determinada y las emociones positivas del alumnado, para facilitar el trabajo de los profesores de educación física con respecto a este contenido.	para apoyar estas necesidades. Fue tomada en ambos grupos una medición inicial y final (test/post-test) y los resultados revelaron que los participantes del grupo experimental mostraron un incremento de la percepción de la autonomía, la relación y el nivel de autodeterminación en las sesiones de	institución educativa, la aplicación de la danza como método terapéutico fue muy eficaz, ya que se incrementaron los niveles de autoestima, autorreconocimiento, mayor motivación en las áreas educativas e institucionales para obtener mejores resultados en sus
-------------------------------------	---	--	--

						enseñanza de la danza en la escuela.	calificaciones y en los profesores mayor autodeterminación y motivación para dictar sus clases, obteniendo mejor respuesta y acogida por parte de sus alumnos.
Google académico	La práctica de la danzaterapia y salud mental	Danza educativa y desarrollo personal de estudiantes en escuelas secundarias de	Maribel Zagaceta Sarmiento / 2010	Analizar el sentido que los maestros de la asignatura de artes, disciplina de danza, dan a su práctica	Experiment al	El incremento de las notas académicas de los participantes, gracias a que a través de la danza lograron	La práctica de la danzaterapia puede condicionarse a través de las enseñanzas de

la Ciudad de México	pedagógica y cómo esta se relaciona con el desarrollo de las capacidades de comunicación, socialización y afectividad de los estudiantes del tercer año de Educación Secundaria Pública de la Ciudad de México, Distrito Federal	expulsar aquellas emociones y experiencias negativas que tenían acumuladas. Con la ayuda de diferentes instrumentos como grupos focales, investigación y observación se logró recolectar la información necesaria para evaluar los resultados que se habían logrado recolectar.	los maestros hacia los alumnos, ya que estas pueden ser enseñadas o autónomas. Es aquí donde las habilidades de aprendizaje y enseñanza por parte de los docentes hacia los maestros pueden ser recíprocas, ya que las dos partes, comparten emociones significativas en cuanto al
---------------------	--	---	--

arte
disciplinario
que es la
danza. En este
caso se la ha
utilizado
como un
método para
fortalecer las
habilidades
sociales,
autónomas y
la práctica
pedagógica y
su relación
con la salud
mental, más
específicamen
te de las
capacidades
de
comunicación,

afectividad y socialización de estudiantes.

Dialnet	Conceptualización de la danzaterapia	Relación entre la danza libre-creativa y autoestima en la etapa de educación primaria	Domínguez Cacho, C.L. y Castillo Vera, E / 2017	Analizar la relación existente entre la danza y el aumento de los niveles de autoestima en las diferentes dimensiones que la conforman en niños y niñas de educación primaria.	Descriptiva	Los resultados encontrados demuestran la utilidad de este tipo de programas, y cómo la danza libre-creativa favorece el incremento de los niveles de auto concepto de habilidad física, auto concepto de apariencia física, auto concepto social, auto concepto de estabilidad
----------------	--------------------------------------	---	---	--	-------------	--

						emocional y autocine-to general, fomentando de esta forma la autoestima global del alumnado de tercer ciclo de primaria.	
DOAJ	Aplicaciones de la danza terapia	La danzaterapia y calidad de vida en adultos mayores de la casa -hogar “amor de Dios”	Aracely Yubimca Rivera Callisaya / 2020	Generar mejora en la calidad de vida mediante la ejecución del programa de Danzaterapia en personas adultas mayores de la Casa Hogar “Amor de Dios” de Corocoro de	Cuantitativo	Los resultados que se obtuvieron fueron los siguientes: un 0% de los Adultos Mayores en la posterior aplicación del Instrumento muestra un nivel	Generar mejora en la calidad de vida mediante la ejecución del programa de Danzaterapia en personas adultas mayores de la Casa Hogar

la ciudad de La Paz.	Bajo de Dominio Psicológico, un 80% señalan que su nivel de Dominio Psicológico es medio, y un 20% de los sujetos de la presente investigación percibe un nivel Alto de Dominio Psicológico del total de los sujetos de investigación. Los Estadísticos obtenidos nos indican que, al principio del	“Amor de Dios” de Corocoro de la ciudad de La Paz Se concluye en esta tesis que se generó mejora en la calidad de vida mediante la ejecución del programa de danzaterapia en personas adultas mayores en la Casa - Hogar “Amor de Dios” de Corocoro
----------------------	---	---

experimento, el grupo Experimental en cuanto a la Dimensión del Dominio Psicológico tenía resultados no significativos en relación, a una vez aplicado el programa de Intervención que se demuestra que hay una diferencia significativa entre el grupo experimental de los Adultos Mayores de la Casa Hogar ubicada en el departamento de La Paz.

“Amor de Dios”
de Corocoro,
que
PARTICIPO EN
EL
PROGRAMA
DE
DANZATERAP
IA con
estadísticos
significativos
que nos
permiten
alcanzar los
resultados
esperados.

Fuente: *Elaboración propia.*

A partir de la tabla 6. Matriz de resultados se observa que, en cuanto a la cantidad de artículos y documentos por eje se distribuyeron como se indica en la tabla 7:

Tabla 7. *Distribución de ejes según documento*

Eje	Cantidad de documentos	Porcentaje
Aplicaciones de la DT en el ciclo de vida	12	29%
Beneficios de la DT	11	27%
Práctica de la DT en enfermedades crónicas	9	22%
Conceptualización de la DT	5	12%
Elementos de la DT	4	10%
Totales	41	100%

Fuente: *Elaboración propia.*

A partir de la tabla 7. Se puede identificar que los documentos y artículos aportan en su mayoría al eje aplicaciones de la DT como se indica en la matriz de categorización de sub-ejes, esto indica que los estudios que se han realizado han estado en pro de algunas poblaciones y en diferentes contextos. Es importante tener en cuenta que todos y cada uno de los documentos utilizados para la construcción de esta RSL demostraron tener aportes significativos frente a los cinco sub-ejes temáticos que se plantearon con anterioridad.

En este sentido, es importante mencionar que lo anterior implica que debido a las investigaciones que se realizaron se pudo identificar en qué contextos se ha aplicado la DT, los beneficios, qué aporta la DT en aquellas personas que la ejecutan, la práctica de la DT y su relación con las enfermedades crónicas, la conceptualización de la DT, la cual ha ampliado la visión de varios autores al momento de investigarla más a fondo y por supuesto, darle un sentido correcto a esta RSL, en cuanto a los elementos de la DT, se obtuvo información relevante la cual se utilizó para nutrir el vaciado de información que se usó en los sub-ejes temáticos.

Teniendo en cuenta el análisis de resultados, y los 5 ejes planteados, es importante considerar los efectos, beneficios y demás aspectos positivos que la danza aporta a la salud mental. Después

de haber realizado el análisis de contenido es importante mencionar que la danza es una herramienta terapéutica que está generando un impacto muy positivo en todas las poblaciones, cabe recalcar que es un tema muy poco estudiado, aun así, está despertando el interés en nuevos investigadores, así como el reconocimiento por aquellos profesionales de la salud mental que trabajan con los múltiples recursos artísticos que hoy en día existen. La danza puede empezar a ser considerada como un elemento integrador, Medeiros (2016) refiere que un elemento integrador incluye aspectos y elementos tanto en lo físico como en lo mental y emocional, dando respuesta a aquellas necesidades que demuestre una persona presente o no trastornos cognitivos, a través de los elementos integradores, se brinda una estimulación cognitiva y física, por lo tanto menciona que las áreas a trabajar en las personas son: fortalecimiento en las relaciones sociales, incremento en la autoestima, reducción de la ansiedad y estrés, etc., en cuanto a la estimulación física, mejor uso de la respiración, incremento de la oxigenación en la sangre, un mejor ritmo cardiaco, entre otros, permitiendo a todo aquel que practique la DT expresarse a través del lenguaje no verbal, posibilitando la expulsión de emociones negativas las cuales infieren para tener una buena salud mental.

Discusión

El propósito de la presente RSL fue analizar la contribución de la práctica de la DT a la salud mental en países de habla hispana en el periodo 2000 – 2020. Es importante señalar que el arteterapia no fue la temática a abordar en esta RSL, si bien cuando se hizo uso de la cadena de búsqueda algunos autores utilizan el concepto de arteterapia, no quiere decir que se enfocó esta investigación a dicho concepto, el arteterapia se menciona que es una terapia creativa. Existen tres ámbitos que engloban las terapias creativas y son: músico-terapia, la danza y movimiento terapia y el arteterapia. Dentro de estas se encuentra el uso del arte, de la música, de la danza, el teatro, la poesía, la escritura creativa y el juego, tomados en cuenta desde la visión terapéutica. (Jeréz, 2017 p. 27)

Después de realizar un proceso riguroso, el análisis y la discusión de los resultados se desarrollaron a partir de cinco ejes centrales, a saber, a) aplicaciones de la DT en el ciclo vital, b) beneficios de la DT, c) la práctica de la DT y enfermedades crónicas, d) conceptualizaciones de la DT, e) elementos de la DT y dos ejes emergentes: arteterapia y la DT y su uso en diferentes procesos terapéuticos. En la figura 2 se presenta el esquema que unifica los cinco ejes que se

utilizaron para analizar la contribución de la DT a la salud mental. Es importante mencionar que la figura permite comprender de una mejor manera los ejes abordados.



Figura 2. Ejes encontrados en la RSL que aportan a la discusión.

a) Eje aplicaciones de la DT en el ciclo de vida

De acuerdo al procedimiento realizado, aplicaciones de la DT en el ciclo de vida resultó ser el primer eje el cual involucra a las poblaciones de acuerdo a su ciclo de vida, incluyendo niños, jóvenes, adultos y adultos mayores como principal muestra en las investigaciones que se revisaron. Para este eje se encontraron 19 documentos:

La DT puede ser utilizada en las personas independientemente de su edad, es por esto que se la ha aplicado como estrategia de prevención y promoción para el desarrollo de autoestima, el fomento de las relaciones sociales positivas y el fortalecimiento de la salud mental (Fernández, 2007), lo cual va en congruencia y se relaciona con la psicología transpersonal dado que esta incluye interacciones de diferentes procesos, eventos y experiencias que se trabaja en el sentido de identidad y establecer así métodos y aplicaciones terapéuticas para trascender y sanar aquellas heridas que se establecieron de forma inconsciente (Stanislav, 2010), buscando integrar emociones y estados mentales con el espacio e intereses personales. Las técnicas que emplea

sirven para potenciar su capacidad de empatizar con las personas, su compasión, su amor por los demás, sus habilidades creativas, lo anterior puede ligarse de manera muy acertada con el uso de la DT

Aplicación de DT en niños.

En niños, Padilla et al. (2019) refiere que la DT ha sido ampliamente utilizada en contextos educativos incluyendo actividades de expresión corporal, de dinamización y lúdicas, las cuales son de vital importancia debido a que se puede realizar una valoración muy positiva hacia los estudiantes destacando aspectos y capacidades en las relaciones interpersonales y de trabajo en equipo, así como la aplicación de los conocimientos para los ámbitos personales y académicos. Así mismo, Dörries (2009), manifiesta que la DT también puede ser utilizada en alumnos que padecen Síndrome de Asperger, disminuyendo comportamientos obsesivos, incrementando la coordinación y procesos de concentración.

De la Llera (2000) refiere la DT puede desarrollarse con otros fines de salud en diferentes escenarios, como escuelas, centros de salud y en diversos espacios comunitarios. Así, el tratamiento puede ser abordado de diferentes maneras

Canales (2012) refiere que el enfoque que tiene la DT para niños permite tener más autonomía física, con lo que pueden generar una disposición mental más favorable con su realidad. La psicoterapia basada en la DT genera mayor aceptación y comprensión del proceso.

Miranda (2015) señala que la educación especial de DT en los niños, es un término acuñado para referirse a las modalidades educativas establecidas para dar servicio o atención a aquellos niños y niñas que por razones diversas requieren de algún tipo de adecuaciones y/o apoyos para facilitar sus aprendizajes más allá respecto del resto de quienes asisten a las escuelas regulares.

Sanint (2019) indica que la DT en niños, entiende el cuerpo como un campo donde convergen diferentes fuerzas, aprovechando la danza como elemento mediador pedagógico y la alfabetización corporal como clave para desarrollar un autorreconocimiento adecuado, unos vínculos satisfactorios y un desarrollo motor eficiente. A través del uso del cuerpo facilita una conexión con ellos mismos y el entorno, mejorando su capacidad de movimiento en el espacio, asumiendo el control y conocimiento de su propio ser, mediante movimientos controlados, espontáneos, fluidos, flexibles y consientes otorgados por la danza.

Sango (2012) la DT en niños, fortalece los rasgos de personalidad, comprobando la eficacia de la DT permite que logren reducir y superar la agresividad, en este sentido señala que los niños

que hacen parte de un programa de DT pueden en un futuro desarrollar más empatía con los demás, logrando que crezca y se desarrolle de una mejor manera siendo consciente de su entorno y todo lo positivo que la DT les puede brindar.

Aplicación de DT en adolescentes.

En los adolescentes de acuerdo con León (2010) la DT se construye a partir de las percepciones de los participantes en el que todas las personas puedan practicarla sin tener un juicio de valor consigo mismos o con los demás, siendo conscientes de su cuerpo y en la historia que tratan de contar con cada uno de los pasos que efectúan.

En cuanto al contexto escolar, se ha identificado que los estudiantes que utilizan la DT como método terapéutico tienden a incrementar su salud emocional y psicológica, puesto que la danza provee de compartir espacios y escenarios con más personas.

Barzola (2019) define que la gran mayoría de los adolescentes son estudiantes universitarios, los cuales tienen responsabilidades y deberes que son muy diferentes a las de otras personas, al estar constantemente sometidos a evaluaciones, tanto académicas como personales y sociales, puede incidir en su rendimiento académico, por lo cual implementar la DT permite a los estudiantes responder de manera adecuada y óptima frente a estas situaciones.

Por su parte, Miranda (2015), demostró que la DT se la puede implementar en estudiantes que padecen condición de discapacidad auditiva leve, así mismo, Molero (2015) resalta que la DT puede ser empleada como un programa de intervención orientado al incremento de motivación en el ámbito escolar.

Trujillo (2016) apunta que los adolescentes que se someten a un proceso de DT demuestran cambios significativos a nivel psicológico y corporal, permitiendo afirmar que la DT es útil para tratar a este tipo de población.

Aplicaciones de la DT en adultos.

La DT como tratamiento se puede emplear en adultos, Buades et al. (2005) resalta la escucha, la improvisación, la actuación, el movimiento y puede incluir experiencias adicionales en el arte como la danza, teatro y poesía, por lo cual la DT invita a un diálogo corporal entre paciente y terapeuta teniendo como punto de partida el movimiento, iniciar con ello implica un proceso de recuperación funcional.

La DT ha sido aplicada en contextos que involucran a personas adultas que han estado expuestas a diferentes factores estresantes, Padilla et al., (2013) encontraron que en diferentes pacientes la DT ha demostrado resultados favorables, mejorando el estilo vida de cada persona. Fernández (2010) resalta que en población adulta es posible trabajar la DT a partir de procesos experimentales y el uso de instrumentos psicológicos a fin de identificar de manera precisa los resultados que contribuyan a reconocer la importancia de la DT, la cual permite en adultos procesos de integración, mejoramiento en las relaciones personales y es una herramienta útil que crea espacios de expresión verbal y no verbal.

Aplicación de DT en adultos mayores.

Salazar (2015), refiere que la DT en adultos mayores logra controlar, canalizar y evaluar diferentes situaciones por medio de movimientos sencillos que permiten mejorar la comprensión para cualquier tarea que se pretenda realizar con posterioridad

Saritama (2018) refiere que la DT suele ser agradable para los adultos mayores, no sólo por el movimiento y el placer de escuchar música si no porque brinda la oportunidad de reunirse con otras personas favoreciéndose la integración social. El solo hecho de que las personas de edad avanzada puedan tener contacto con sus compañeros de baile, les ayuda a superar sentimientos de soledad y a mejorar su estado de ánimo.

Salcedo et al., (2018) plantea que el ejercicio físico es beneficioso para todas las edades. Su práctica cotidiana mejora notablemente la calidad de vida, la población de la tercera edad por lo general no considera un plan de actividades físicas y de movimiento las cuales pueden ser favorables en la mayoría de las actividades que utilizan en su diario vivir, por lo cual la danza se constituye en un medio para la promoción de actividad física siendo de gran importancia la implementación de una propuesta metodológica que permita la aplicación de la DT.

Meza (2020) manifiesta que, en la etapa de vida de la tercera edad suelen presentarse varias dificultades que impiden un adecuado desenvolvimiento en la vida diaria, que no necesariamente se deba a la edad o al envejecimiento en sí, muchos investigadores asocian estas patologías y discapacidades debido al estilo de vida sedentario en el que se encuentra esta población, en el que la inactividad favorece y aumentan el riesgo de padecer y empeorar enfermedades o síndromes. La DT forma parte de un tipo de programa en el cual el paciente y el terapeuta tienen una interacción, con el fin de activar las capacidades físicas, intelectuales y psicológicas del adulto mayor.

Finalmente, Rivera (2020) refiere que los adultos mayores sufren diferentes enfermedades y dificultades en la salud por la degeneración celular, que todo ser vivo atraviesa a lo largo de la vida, en la adultez tardía muchos padecen de enfermedades crónicas como la diabetes, insuficiencia renal, demencia senil, también se presentan problemas cardiacos, fractura de cadera por la degeneración de las superficies articulares, dificultades sensoriales en audición, visión, olfato, disminuye la velocidad psicomotriz además de problemas en la memoria, arrugamiento de la piel, reducción de la masa muscular, descenso del flujo sanguíneo y de la oxigenación cerebral, es por esto que es importante ampliar la implementación de la DT en los adultos mayores, puesto que gracias a ella, se pueden evitar enfermedades y trastornos, así como también mejorar su estilo y calidad de vida.

La aplicabilidad de la DT en el ciclo de vida es muy importante ya que demuestra que las personas pueden practicar la DT independientemente de su edad y otras condiciones propias de cada ciclo de vida, así mismo se encuentra que la DT puede ser utilizada desde un enfoque de promoción y prevención de enfermedades a corto, mediano y largo plazo, en este sentido, la tendencia encontrada a lo largo de esta discusión contempla que la DT no está sujeta a las diferencias físicas ni cognitivas que puedan llegar a tener las personas, así mismo se puede identificar que aquellos que aplican la DT pueden obtener una versatilidad en los diferentes contextos en los que están inmersos en su cotidianidad.

b) Eje beneficios de la DT

De acuerdo al procedimiento, beneficios de la DT es el segundo eje el cual incluye tres aspectos: beneficios de la DT en la salud física, beneficios de la DT en la salud mental y beneficios de la DT en las relaciones interpersonales Para este eje se hizo uso de seis documentos:

Beneficios de la DT en la salud física

En este sentido, Salcedo et al., (2018) resaltan que desde las posibilidades dancísticas se desarrolla el lenguaje del cuerpo, permitiendo la integración física, mental y espiritual, contribuyendo al desarrollo de personas más integrales. Con la implementación de los ejercicios dancísticos, los cuales se basan bajo un método terapéutico, manifiestan una leve mejora a nivel físico, como mayor desempeño de la caja torácica, incrementa el ritmo cardiaco, brindando más vitalidad a la sangre, evita enfermedades físicas crónicas, así como también en el desempeño de cada una de las tareas de una manera más armónica. Con la actividad física que realizan gracias a

la DT, mejoran diversos parámetros fisiológicos tales como: disminución de dolores corporales, ayuda a contrarrestar problemas de movilidad, mayor consumo de oxígeno, mejora en el ritmo cardiaco, un mayor control de la presión arterial y en cuanto a enfermedades existe un progreso positivo como en la osteoporosis, control metabólico, diabetes, entre otras.

Foster et al., (2013; citado por Maza, 2020), evidencian que la práctica de la DT, en este caso en adultos mayores con enfermedad de Parkinson, mejoran la capacidad de realizar esta clase de actividades, se obtuvieron mejoras en: cuidado del hogar, lavado de ropa, ir de compras.

Salcedo et al., (2018), refieren que el ejercicio físico ayuda a la mejoría de la fuerza muscular, la coordinación de los movimientos y aumenta la tolerancia a la glucosa. Además de traer diversos beneficios físicos como: corrección de postura, incremento en la capacidad de la caja torácica, por lo que la respiración puede ser más profunda, optimiza la flexibilidad y ejercita las articulaciones, desarrolla de manera considerable la psicomotricidad, aumenta el volumen cardiaco, de modo que la salud del corazón aumenta, el ejercicio también mejora la sociabilidad, la autoestima y los cuidados de la imagen corporal.

Teniendo en cuenta lo anterior, la DT en consecuencia de la psicología de la corporalidad permite prevenir dolores físicos en espalda, cuellos, pies, pues se centran aquellos dolores al contraer nuestros músculos o adoptar posturas incorrectas inconscientes cuando nos encontramos mal emocionalmente. Gendlin (2013)

Cabe mencionar que los beneficios de la salud mental y los beneficios de las relaciones interpersonales es importante abordarlos de manera separada ya que en el primero se puede evidenciar que existen mejoras en toda el área psicológica: incremento de la autoestima, una visión personal correcta, reducción de ansiedad, estrés, así como también un adecuado estilo de vida, si bien estos dos factores se interrelacionan, es valioso mencionar que aquellas personas que cuentan con una salud mental sana pueden tener buenas relaciones personales, los beneficios de la salud mental en las relaciones interpersonales ayudan a fomentar y a fortalecer esos aspectos que se han venido forjando como la autoestima, empatía, cooperación, esperanza de vida, entre otros.

Beneficios de la DT en la salud mental

Gutiérrez (2009; citado por Contreras, 2011), menciona que los beneficios que se obtienen tras la aplicación de la DT existe un favorecimiento en el trabajo en equipo, estimulación de la memoria, sensibilización a los sonidos y sus tiempos, autorreconocimiento corporal,

fortalecimiento de la confianza en sí mismos, mayor seguridad reflejada en la relación con sus compañeros, una adecuada autoestima entre otros.

Miranda (2015), menciona que la DT mejora de manera positiva la atención en el aula de clases, así como el incremento de concentración y un buen progreso en cuanto al desempeño psicopedagógico. La DT favorece el incremento de autoestima y seguridad en sí mismos. Ayuda a mejorar el área cognitiva, el área social y estimula las conductas comunicativas.

Dörries (2009), demostró que existe disminución en aquellos comportamientos hiperactivos y conductas asociales. En este sentido, también manifiesta que la DT incrementa la sociabilidad, seguridad, la cognición y mayor fluidez al momento de comunicarse.

Padilla et al., (2013) refieren que, la DT permite la disminución de niveles de estrés y permite que las emociones negativas se reduzcan de manera significativa, así mismo, favorece la autoestima y la confianza. La danza fortalece la calidad de vida, incrementa el estado de ánimo, la imagen corporal, salud emocional y psicológica, ayuda en el bienestar personal y social, además reduce los problemas para dormir, de esta manera permite un incremento en la salud autopercebida, disminuyendo emociones y síntomas negativos como: depresión, ansiedad, hostilidad, obsesión, ideas paranoicas e ideas psicóticas.

Salazar (2001), menciona que la DT se la utiliza para mejorar la auto-estima e incrementar el deseo de vivir, ya que este puede contribuir a satisfacer las necesidades físicas en especial a este grupo de personas.

Molero (2015) resalta que la DT mejora la percepción de necesidades psicológicas básicas, los estereotipos de género y los comportamientos positivos de los estudiantes hacia los contenidos de danza en la escuela.

Dumas et al., (2013) manifiestan que la danza, el movimiento y la música, utilizados desde una perspectiva terapéutica ayudan a experimentar las emociones, liberarlas y aceptarlas, permiten ampliar la conciencia, solucionar conflictos psíquicos y generar un estado de congruencia. El cuerpo y la voz, son recursos que promueven la integración de las emociones y de la mente, propiciando una mayor integración entre estas dimensiones. De este modo, refiere que se puede lograr un mayor conocimiento e integración de sí mismo, así como también el impulso a cambios positivos.

Dörries (2009), refiere que un beneficio importante que aporta la DT a la salud mental es que está basada en esta asunción y construida sobre conceptos psicológicos y fisiológicos que

promueven la salud y reducen el estrés. Sus fundamentos se encuentran en la investigación en la comunicación no verbal y el movimiento corporal, la psicología del desarrollo humano y los diferentes sistemas de análisis del movimiento, así como también el desarrollo psicológico, ya que es un proceso gradual y progresivo, que se caracteriza por una serie de transformaciones de la conducta, de la forma de pensar y de sentir, de la forma de interactuar con los demás y de la forma de relacionarse con el ambiente.

Naranjo (2017) menciona que es importante trabajar la inteligencia emocional, ya que es una habilidad para percibir, asimilar, comprender y regular las propias emociones y las de los demás, promoviendo un crecimiento emocional e intelectual, si se trabaja de la mano con la DT se puede fomentar la memoria emocional, ya que gracias a los movimientos se estimulan diferentes partes del cerebro, las cuales están ligadas a tener una buena salud emocional.

Por otro lado, se tiene en cuenta la psicología de la corporalidad, que ayuda a manejar y controlar los nervios que en conjunto la persona puede padecer ansiedad, y estar inquieto, la psicología de la corporalidad menciona que realizando diferentes ejercicios corporales, se puede reducir la ansiedad, el estrés, los malos pensamientos, entre otros. Es importante tener en cuenta estas nuevas interpretaciones ya que amplían el panorama de los beneficios que se están trabajando. Gendlin (2013), es importante mencionar que la psicología de la corporalidad, busca que las personas tengan armonía entre sus pensamientos, sentimientos y acciones por medio del positivismo y el buen manejo del lenguaje corporal, esto ayuda al cerebro a liberar estrés, así como también las personas pueden liberarse de emociones fuertes como pueden ser: el miedo, la tristeza, el enojo, etc. También ayuda a las personas a conocerse de una manera introspectiva para que reconozcan cualidades y desventajas, integra métodos terapéuticos como la DT, cuyos objetivos son guiar para tener cambios positivos en la conducta desde una perspectiva profunda y duradera.

Así mismo, Salazar (2015) refiere que haciendo uso de la inteligencia emocional se obtienen diferentes beneficios en la salud mental ya que se puede identificar lo que sucede en nuestro interior, por lo que educar en las emociones, es esencial para favorecer el desarrollo y bienestar psicológico. Así la comunicación también juega un papel importante dado que, a través de movimientos corporales, se puede liberar lo que sucede por dentro es mediante de la expresión corporal, mediante la que se toma conciencia y se libera emociones reprimidas. Gracias a la inteligencia emocional, las personas pueden desinhibir emociones negativas, regulando y

mejorando la seguridad y autoestima, a su vez que el individuo puede llegar a conocerse mejor, lo que también hace que pierda el miedo a expresar deseos y temores y a relacionarnos con los demás o a tener un aprendizaje de mayor calidad, aspectos directamente vinculados con los estados emocionales.

Beneficios de la DT en las relaciones interpersonales

Gendlin (2013) refiere que la psicología de la corporalidad ha sido entendida como sensación sentida. Este concepto hace referencia a la capacidad humana de percibir y comprender la base afectiva, incluyendo las relaciones interpersonales, estas son implícitas en la propia posición psicológica frente a una situación o experiencia, desde y a través de las sensaciones corporalmente experimentadas. Es decir, el ser humano no sólo encarna su vivencia corporalmente, sino que también puede ser consciente de ello, lo cual debe ser el punto de partida de todo proceso de conocimiento y comprensión psicológica. Ser en las situaciones con otros implica cómo el individuo se acerca hacia sí mismo, a través de la vivencia experiencial de su propio cuerpo en el mundo, sin limitaciones. Así mismo, refiere que si una persona habla de sus sentimientos con alguien que la escucha y la atiende de un modo en que nunca otro individuo la había escuchado, entonces su forma de expresar sus sentimientos, y la forma en que se contacta con ellos, será automáticamente diferente. De la misma manera, si se atiende el cuerpo de una manera en que nunca se había hecho, este puede expresarse de maneras nuevas y creativas. (p. 49)

Megías (2009) manifiesta que la DT es una modalidad idónea para fomentar la creatividad y las producciones propias, facilitando procesos para transmitir el valor de la libertad de expresión y de igualdad, ya que en la DT no hay papeles diferenciales para hombre o mujer o para solistas. Practicar la DT aporta de manera significativa a las relaciones inter e intrapersonales, tales como: un mejor desempeño con sus compañeros de trabajo y amigos existe además un fortalecimiento en la relación con la familia, (padres, pareja sentimental, hijos y demás integrantes). En el caso de trastornos mentales severos, la DT favorece la experiencia sensible permitiéndoles a los pacientes conectarse con sus aspectos corporales y emocionales, aquí juegan un papel indispensable las relaciones interpersonales. El individuo permite integrar la externalización de aspectos de su mundo interno. Las relaciones interpersonales son de suma importancia ya que puede generar bienestar, no solo en la persona que realiza la DT sino también en los que lo rodean. Aquellas personas que son consideradas importantes para los participantes, son los

encargados de ayudar a que todo aquello que se verbaliza y ejecuta de una manera negativa pueda tomar un rumbo totalmente diferente, Laban et al. (1978; citado por Megías, 2009), refiere que en la DT, se pueden experimentar relaciones con los demás y con sí mismo, brindando un sentido de goce que ayuda a conseguir la armonía.

En este sentido, Salcedo et al. (2018) manifiestan que la DT tiene una función importante debido a que brinda diferentes posibilidades en los acercamientos entre compañeros, compartir alegrías, experiencias significativas en cuanto a la disminución de frustraciones y un incremento en el sentimiento de empatía y una mejora en las relaciones interpersonales.

En general, se aprecia la gran importancia que cobra la práctica de la DT, esta va más allá porque predica una danza en la que se pueden experimentar relaciones con los demás y consigo mismo y en la que se puede brindar un sentido de goce que ayuda a encontrar armonía en las interacciones con otros. Así como también mejora la calidad y sentido de vida, puesto que debido a diferentes situaciones cotidianas, las personas pueden sentir emociones negativas que afectan su estabilidad y bienestar psicológico. Con el uso de la DT disminuyen todos los sentimientos negativos manifestando bienestar a nivel físico, psicológico, cognitivo y personal, la interacción con las demás personas es importante para desarrollar diferentes estrategias positivas para la cotidianidad, es por esto que, en ocasiones, las sesiones de DT se realizan de manera grupal.

Desde la psicología corporal, Gendlin (2013) plantea que es posible entrar en contacto con dimensiones corporales como la conciencia del movimiento, a través de un proceso de interacción y comunicación con las propias sensaciones corporales. Se trata, entonces, de un cuerpo situacional capaz de sentir, implicar, significar y proyectar las experiencias que vivimos en el mundo de un modo directo y que, asimismo, constituye un proceso auto-organizador que permite el desarrollo de nuevas y más adaptativas formas de vivir, a partir de la capacidad innata de sentirse a sí mismo en interacción.

Castro (2011) la corporalidad va más allá de las consecuencias de la relación hombre-mundo, es decir, el cuerpo en sí mismo constituye esta relación, él en sí mismo es el centro de la vivencia. Todas y cada una de las dimensiones humanas existen desde y a través del cuerpo, es decir, no existen por sí mismas, sino que constituyen posibilidades del ser, cuya realidad se evidencia en el proceso de valoración de la propia experiencia que yace y se hace manifiesta a través de la esfera corporal.

Cabe mencionar que los beneficios que contemplan la DT son muy importantes, y van más allá de lo físico, dado que influye en el estado emocional de quienes la practican, su salud mental y las interacciones sociales, siendo una estrategia que permite replicar aprendizajes en diferentes contextos: familia, trabajo, estudio, etc. Así mismo, la salud física y psicológica mejora de una manera muy significativa, ya que en el aspecto físico, la DT ayuda con enfermedades fisiológicas que puedan padecer los participantes, en cuanto a lo psicológico, se incrementan las relaciones interpersonales, el sentido de vida y la eliminación de aquellas emociones que de una u otra manera frustran a las personas por no haber cumplido un objetivo específico a lo largo de su vida, es importante mencionar que la relación mente y cuerpo es de suma importancia ya que los sentimientos, historias, vivencias, se reflejan y expulsan a través de los movimientos corporales.

c) La práctica de la DT en enfermedades crónicas.

Teniendo en cuenta el orden de los ejes planteados con anterioridad la práctica de la DT en enfermedades crónicas, resultó ser el tercer eje para el cual se hizo uso de ocho documentos.

Dibbel-Hope (2000; citado por Sebiani, 2005) mencionan que, a pesar de los grandes avances tecnológicos y científicos, los efectos colaterales de las terapias tradicionales han disminuido la calidad de vida de las personas con ciertas enfermedades crónicas, pacientes que logran tener una mejoría y recuperación después de haber sido sometidas a diferentes tratamientos médicos suelen requerir procesos de atención especializada que incluyen ayuda física, psicológica y social, por lo cual se ha estudiado los efectos de la DT en enfermedades crónicas con resultados que han sido positivos y prometedores (Moncada, 2004).

Pinto et al. (2004) recomiendan el uso de técnicas de movimiento para mujeres con estados iniciales de cáncer de mama. Rainbow (2005) refiere que la DT, es un método muy efectivo para la rehabilitación y la adaptación de enfermedades físicas y psicológicas ya que trabaja con la premisa de que el cuerpo refleja los estados psicológicos del individuo mediante proceso de relajación, interacción cuerpo-mente, crecimiento personal y espiritual.

Ponto et al. (2003) demuestra que la DT en niños y jóvenes que padecen cáncer, integra el cuerpo, la mente y el espíritu de los pacientes y asegura la necesidad de que en los centros médicos se amplíe el campo del trabajo para incluir a profesionales en los campos de la psico/oncología, tales como la DT, que enfatiza la visión holística del cuerpo-mente, la cual ofrece un nuevo camino para explorar las complicadas interrelaciones de factores involucrados en el cáncer. Esto va acompañado de la afirmación de que la DT logra integrar lo más íntimo y los

aspectos personales de la experiencia del cáncer e incrementa las capacidades para enfrentar la enfermedad y conducir la vida familiar y social.

En la fibromialgia, Goodill (2005) señala que sufren largos dolores generalizados y con síntomas físicos y psicológicos tales como dolor de cabeza, ansiedad, fatiga, dificultad de concentración y problemas de sueño, al respecto Bojner (2003) encuentra que la DT favorece cambios en las hormonas del estrés tales como: cortisol (que aumenta la actividad física y mental), de hidrocortisona (proviene de la glándula adrenal, los altos niveles reflejan bienestar) prolactina (incrementa en situaciones de estrés y pérdida de poder) neuropeptina (está relacionada con la percepción del dolor, presión arterial, y peso; aunque pueden ser atribuibles que los pacientes con fibromialgia poseen anomalías en sus ejes hipotálamo-pituitaria-adrenal y crean perturbaciones en sus hormonas del estrés). En este sentido la DT también ayuda a la reducción del dolor en cuanto a movimientos, brinda una mayor energía vital, lo cual ayuda a las personas a tener una mejor auto-imagen. Aconseja de igual manera que se utilice la DT como un tratamiento para personas que padezcan enfermedades crónicas.

Hankins (2004), refiere que dentro de los tratamientos existentes en el VIH la DT es un programa de intervención efectivo para los efectos de infección en este tipo de enfermedades. Teniendo en cuenta los efectos negativos de la transmisión del VIH, la DT brinda mejoras en las disfunciones que se producen en el área muscular donde se identifican problemas de estructura e inflamación, ayuda a ampliar y recuperar la capacidad de oxigenación los músculos, incrementa los niveles de mejoría significativamente ya que a través de la DT se conocen efectos positivos en la salud, tales como recuperación de los desórdenes del sistema nervioso como: dolores de cabeza, dolor/neuropatías y fatiga, disminuye los niveles gastrointestinales que pueden sentir las personas como: náuseas, vómito y sensibilidad estomacal, ayuda a nivelar niveles de glucosa y a estabilizar alteraciones en las grasas, así como también previene enfermedades en los huesos, en el ámbito psicológico, la DT disminuye la agitación, confusión, ansiedad, alucinaciones, manías y depresión.

A continuación, se presenta un eje emergente relacionado con la DT y su *arteterapia*.

Se catalogó este eje emergente, dado que al realizar la formulación del proyecto no se contempló que existiera una relación entre DT y arteterapia, sin embargo al realizar la búsqueda de documentos se identificó que diferentes autores incluyeron el concepto de arteterapia considerando que la DT hace parte de las técnicas que utiliza el arte por esta razón resultó

interesante y adecuado para la RSL identificar las relaciones que existen entre ambas, es importante mencionar que el arteterapia no fue el tema a abordar pero que surgió debido a que en la búsqueda que se realizó varios autores hicieron alusión a la misma.

De la Llera et al., (2000) evidencia y resalta la importancia de la salud mental y el reconocimiento hacia quienes trabajan con el arte como una terapia, es importante recalcarlo, ya que este tipo de psicoterapias fueron fundamentales para demostrar que hubo una disminución en las experiencias negativas de quienes participan en el proceso con arteterapia, más en concreto con DT, se identifica una muy buena contribución a tal punto de retribuir al mejoramiento personal, físico y emocional de quienes participan en estos procesos. A través de esta herramienta psicoterapéutica se fomenta y fortalece las habilidades sociales y su estilo de vida sin ignorar que la salud mental es un factor muy importante en el día a día de cada una de las personas.

Schmid (2005) las actividades artísticas también promueven la autoexpresión, la autoestima y la movilización de las emociones bloqueadas aliviando el estrés. El arteterapia resulta una herramienta fundamental para proteger y reforzar el sistema inmunológico, prevenir enfermedades físicas y mentales y promover la salud. Además, es una actividad que genera placer y disfrute. Estas actividades también benefician el sentido de pertenencia, las estrategias de afrontamiento positivas, la tolerancia a situaciones conflictivas y la atribución de sentido y significado a la vida. Además, refiere que el arteterapia enriquece la percepción, la memoria, y el lenguaje. Por otro lado, agrega que las actividades creativas promueven un envejecimiento satisfactorio al favorecer la inserción social, el crecimiento personal, el entretenimiento, la reducción de la ansiedad y, el establecimiento de metas.

A su vez, Rogers (1994; citado por Dumas et al., 2013), refiere que la danza, el movimiento y la música, ayudan a experimentar las emociones, liberarlas y aceptarlas. Permiten ampliar la conciencia, destrabar conflictos psíquicos y generar un estado de congruencia. El cuerpo y la voz, son recursos que promueven la integración de las emociones y de la mente, propiciando una mayor integración entre estas dimensiones, también señala que promueve el autoconocimiento y la emergencia de aspectos encubiertos impactando positivamente en la elaboración y concientización de las problemáticas que la persona presenta.

Bassols (2006; citado por Jeréz, 2017) dice que el arteterapia es un acompañamiento y una ayuda a la persona en dificultades sociales, educativas, personales, de tal manera que el trabajo realizado a partir de sus creaciones plásticas, sonoras, dramáticas, teatrales, escritas, generan un

proceso de transformación de sí misma y le ayudan a integrarse a sus grupos de referencia social de una manera crítica o creativa.

Dacer (2017) define al arte-terapia como una especialización profesional que utiliza la expresión plástica como medio de comunicación, para explorar y elaborar el mundo interno de los pacientes en el proceso psicoterapéutico, con fines educativos y de desarrollo personal. Arte-terapia sería entonces, una disciplina terapéutica de carácter multidisciplinar que tiene como objetivo ayudar al individuo con diversas afectaciones de tipo psicológico a superarlas mediante el uso o la ayuda de las artes plásticas y visuales, junto al acompañamiento de un arte-terapeuta.

Por otro lado, es importante mencionar a la Asociación Danza Terapia España que conceptualiza a la DT como una modalidad de las técnicas artístico-creativas, Levi, (1992; citado por Tamburrini, 2019) define como "el uso psicoterapéutico del movimiento dentro de un proceso que persigue la integración psicofísica (cuerpo-mente) del individuo" utilizando la danza como medio para resolver los conflictos emocionales o psicológicos de las personas.

Así también, la Asociación Americana de Neurología (AAN), recomienda la Danza como tratamiento no farmacológico de enfermedades mentales como la demencia, depresión, enfermedades bipolares, esquizofrenia y ansiedad. (Padilla y Coterón, 2013, p. 4)

La Asociación de Danza Movimiento Terapia Española (2004; citado por Ccaccasaca, 2017), define a la DT como el uso psicoterapéutico del movimiento dentro de un proceso creativo que persigue la integración psicofísica (cuerpo-mente) del individuo.

Así mismo, es importante recalcar que (Sebiani, 2005) señala la DT y sus aplicaciones frente a las adaptaciones psicológicas de diferentes enfermedades crónicas tales como cáncer, fibromialgia y SIDA. Se discuten aspectos relevantes de la DT y de sus aportes a la vida de los pacientes. Los estudios encontrados revelan que la DT es un excelente complemento para aliviar los efectos colaterales de las terapias tradicionales, permite reducir la fatiga, la ansiedad, depresión y percepción del dolor y aumenta el vigor, la energía vital, auto-imagen y estados internos del paciente.

d) Eje conceptualización de la DT

Teniendo en cuenta la aplicación de los criterios de inclusión, se tuvo en cuenta un total de 41 documentos, así mismo, se logró identificar que la temática que se está abordando en esta RSL, presenta mayor interés en el ámbito académico, también se puede precisar que la mayoría de los documentos que se consultaron corresponden a artículos científicos demostrando que el interés de

estudiar la DT está generando impacto creando nuevas investigaciones, es importante precisar que España y Ecuador son los países con más documentos, esto debido a que nació la danza como un método terapéutico, lo cual indica que es un país pionero en la temática que se está abordando, por último se infiere que el año con mayor relevancia en las investigaciones realizadas acerca de la DT fue el 2018, indicando que al ser un tema novedoso, es posible que existan documentos que han sido desarrollados sobre esta temática.

A partir de lo que se ha descrito anteriormente, conceptualización de la DT resultó ser el cuarto eje, el cual contempla como sub eje las perspectivas de la DT, se hizo uso de catorce documentos:

Padilla et al., (2019) refiere que la DT es una actividad multidimensional que incorpora componentes físicos, cognitivos y psico-sociales. En este sentido, Batalha et al. (1983; citados por Maymó, 2009) define el término DT como una de las grandes esferas de intervención como posibles áreas de trabajo en las siguientes dimensiones: ocio, artística, terapéutica y educativa, las funciones de conocimiento de sí mismo, la función anatómico-funcional, mejora la capacidad motriz y la salud, la función lúdico recreativa, la función afectiva, comunicativa y de relación, la función estética y expresiva, la función catártica y hedonista, la cual considera el movimiento rítmico como un liberador de tensiones y por último la función cultural.

Por otra parte, Fernández (2007), menciona que la DT es una actividad sensomotriz de carácter rítmico que implica factores cognitivos, emocionales, afectivos y sociales. Además, sus componentes artísticos y creativos nos permiten conectar con el yo interior y con nuestro propio cuerpo. La práctica de la DT favorecerá así no solo la práctica de actividad física, sino también la escucha del cuerpo, nuestras sensaciones, sentimientos, etc.

Además, la Asociación de Danza Terapia (1999; citado por Araneda et al., 2016), define la DT como el uso psicoterapéutico del movimiento con un proceso que tiene como meta integrar al individuo de una manera física y emocional que busca la expresión espontánea de sentimientos, ideas y emociones, dando énfasis en la sucesión de movimientos, siendo este el medio de comunicación no verbal que fluye de las personas que lo practican.

Por su parte, Ccaccasaca (2017), señala que la DT contribuye al crecimiento del individuo como persona, siendo este el constructor de valores, de esfuerzo para conseguir lo que desean y sobre tener conciencia de sí mismo como persona y como ser humano. De esta manera se puede

decir que esta técnica es una fuente de motivación; que ayuda a expresar sentimientos a través del uso terapéutico del movimiento corporal.

De la misma manera, la Asociación de Danza Movimiento Terapia Española (2004; citado por Ccaccasaca, 2017), define a la DT como el uso psicoterapéutico del movimiento dentro de un proceso creativo que persigue la integración psicofísica (cuerpo-mente) del individuo.

Por consiguiente, Estupiñán et al. (2014), indican que la DT forma una relación de equilibrio entre el arte y la ciencia. Se trabaja en personas de todas las edades y se utiliza la danza movimiento terapia para remover los obstáculos que las personas tengan en expresarse, en relacionarse con otros o en aceptar sus cuerpos.

En consecuencia, el Diccionario de la Real Academia Española (2002; citado por Miranda, 2015), define la DT como el movimiento o trájín de quien va continuamente de un lado a otro/ acción de bailar/ manera de bailar. Es la acción de ejecutar movimientos a través del cuerpo como medio de comunicación; a través de los movimientos se pueden expresar sentimientos o emociones.

Moreno (2015; citado por Miranda, 2015), refiere que la danza propicia el encuentro con la espontaneidad y la autenticidad de la expresión y la consciencia del cuerpo. La psicología explora conceptos como la percepción, la atención, la motivación y la emoción; y resuelve conflictos personales atendiendo al funcionamiento del cerebro y al comportamiento humano.

Sin embargo, Pedroza (2016), precisa que la DT es como una vivencia, un proceso placentero que permite el movimiento libre. La DT devela la complejidad del ser humano a través del movimiento; es todo el desarrollo físico y emocional de las personas. Su intención no es sólo pasar un momento agradable, es un proceso profundo y terapéutico puesto que no requiere técnica previa. En pocas palabras, se puede decir que la DT es una forma de yoga, pero danzada.

En este sentido, Chace et al. (1943; citado por Sango, 2012), definen a la danza terapia como: el uso psicoterapéutico del movimiento, que tiene como meta integrar al individuo de manera física y emocional, incrementar el nivel de percepción personal y del cuerpo, que permite realizar amplios movimientos e incentiva al individuo a expresarse de manera auténtica a través de la integración del inconsciente.

Así mismo, Koch et al. (2006; citado por Sango, 2012), refieren que la DT utiliza la danza y el movimiento de manera psicoterapéutica para alcanzar la integración de procesos corporales, emocionales y cognitivos. También funciona como un medio para el desarrollo de la

personalidad. Por un lado, es una terapia artística, y por el otro, una psicoterapia corporal que se centra especialmente en lo que el movimiento representa.

De la misma manera, Saritama (2018), hace alusión a la DT como un medio terapéutico, que se usa el movimiento del cuerpo, para que a través de este haya un proceso de conexión entre el cuerpo y la mente de la persona. Este medio terapéutico proporciona placer y el bienestar emocional, se superan inhibiciones, se aprende, a conocer y a expresar emociones. La DT logra conectar el cuerpo y la mente.

Por otra parte, Sheykholya (2013; citado por Toro, 2018) dice que la DT es una forma de existir. No simplemente juego sino celebración, participación y no espectáculo; está entrelazada con la magia y la religión, el trabajo y la fiesta, el amor y la muerte.

Para concluir, la Asociación Danza Movimiento terapia Española (2012) citado por Tamburrini (2019) menciona que la danza movimiento terapia es una de las modalidades dentro de las terapias artístico-creativas, y se define como: el uso psicoterapéutico del movimiento dentro de un proceso que persigue la integración psicofísica (cuerpo-mente) del individuo. Se caracteriza por el uso que hace del medio y proceso artístico (en este caso la danza y el movimiento) para ayudar a solventar los conflictos emocionales o psicológicos de las personas. Danza Movimiento Terapia parte de la siguiente premisa básica: todo movimiento corporal puede llevar a su vez a cambios en la psique, promoviendo la salud y el crecimiento personal. Basada en la conexión cuerpo-mente, trabaja con el movimiento y la emoción, el cuerpo y su propio lenguaje. La Danza Movimiento Terapia se fundamenta en: la investigación sobre la comunicación no verbal, la psicología del desarrollo humano y los diferentes sistemas del análisis del movimiento.

En este eje se puede observar que la DT presenta diferentes acepciones que involucran no solo lo psicológico, sino también lo motriz, lo físico, lo cognitivo y las relaciones interpersonales, es importante manifestar que la DT ha sido abordado por diferentes autores, los cuales coinciden en ciertos elementos tales como: espontaneidad, autenticidad de expresión y conciencia del cuerpo, integración del individuo de manera física, integral y emocional, incremento del nivel de percepción personal y del cuerpo, integración de procesos corporales, emocionales y cognitivos, en tanto este concepto surge a partir de lo corporal lo cual implica un bienestar psicológico.

Teniendo en cuenta lo anterior, es importante mencionar que la DT no solo integra los aspectos físicos sino también los psicológicos, donde existe una complementación que brinda una

mejor salud en quienes la practican. Es importante la percepción de los participantes donde existe una integración corporal y mental, así mismo, las personas pueden potencializar los procesos físicos y cognitivos de aquellos que practican la DT, en este sentido es importante mencionar que la importancia de abordar la conceptualización de la DT, emerge con el fin de que aquellas personas que tengan acceso a esta RSL conozcan la definición de varios autores y asociaciones acerca de la temática que se está abordando, es importante mencionar que gracias a estas conceptualizaciones se obtiene una idea más clara y amplia acerca de las diferentes definiciones que se le ha brindado y se puede establecer aspectos y generalidades de la DT.

e) **Eje elementos de la DT**

De acuerdo al procedimiento realizado, elementos de la DT resultó ser el último eje el cual involucra elementos físicos y personales de la DT. Para este eje se encontraron siete documentos:

Buades (2005), menciona que la DT se basa en los elementos fundamentales de la danza y la música, en este aspecto, es importante recalcar que los elementos en los que se desarrollan los aspectos referidos al bienestar emocional, la salud física, el funcionamiento social, las habilidades de comunicación y cognoscitivas se ven reflejadas o expuestas a través de las respuestas motoras que se generan con la DT, pues está íntimamente ligada a la música, pues estas invitan al diálogo corporal entre paciente y terapeuta, teniendo como punto de partida el movimiento, comenzar con ello un proceso de recuperación funcional, ayuda a través del ritmo a conseguir una mejor coordinación de los movimientos.

De acuerdo a la revisión realizada una característica importante en la DT de acuerdo con Araneda et al., (2016) contempla contar con profesionales idóneos, capacitados y con una experiencia amplia en proceso de intervención, por medio de sesiones presenciales que faciliten un mayor acercamiento con los participantes, aunado al uso de técnicas como la entrevista semi-estructurada o el uso de instrumentos psicométricos que permitan evaluar plenamente los efectos de la DT. Asimismo, se debe considerar como un elemento importante tener en cuenta las condiciones y características de los consultantes.

Por otra parte, Barzola (2019) y Bernardes (2011), plantean la importancia de realizar procesos de intervención que incluyan la DT a partir de un programa de sesiones estructuradas con al menos ocho encuentros de una hora y media aproximadamente, insistiendo en el uso de contextos cerrados y música relajante, además de resaltar la idoneidad de los profesionales para un acompañamiento terapéutico de este tipo.

Por otro lado, Campoverde (2019) menciona que, el uso de técnicas como la observación participante y técnicas como entrevistas semi-estructuradas, considerando las condiciones de cada participante, la DT debe incluir el desarrollo de ejercicios de iniciación en los que se trabaje el ritmo, la coordinación, la flexibilidad, la fuerza muscular, la musicalidad, la expresión corporal y la interpretación. La estructura de cada sesión puede basarse en una historia, instrumento y/o apoyo musical que facilite el aprendizaje y su desarrollo ofreciendo un espacio que favorezca la creación de redes de apoyo, facilite la expresión de experiencias a través de imágenes simbólicas y de improvisación recurriendo al movimiento, la danza y la música.

Chica et al. (2019) plantean que, una sesión de DT puede tener una estructura que incluya espacios de calentamiento, momentos de aprendizaje y feedback de las sensaciones experimentadas, a través del movimiento. Se sugiere el uso de medidas con pre y post test.

En su estudio, Derribes (2009) menciona que el profesional que apoye el proceso de intervención debe familiarizarse con el vocabulario y así experimentar una buena comunicación de los participantes, sugiriendo tres partes fundamentales: calentamiento, ejercicios de clase, iniciación e integración en la DT y estiramiento final, aplicando medidas de pos test.

Jiménez (2017) refiere las sesiones de la DT deben incluir ejercicios activos y pasivos, de esquema corporal, movilidad y aeróbicos, aunado a la musicalidad, gestos, danza contacto e improvisación y coreografía donde los grupos desarrollen una escucha activa de órdenes.

A partir de lo anterior, se puede identificar que los autores encaminan los elementos de la DT hacia el uso de la musicalidad, el desarrollo de sesiones estructuradas, el uso de técnicas coherentes, aplicación de la DT para incrementar la expresión donde cada persona interpreta su aprendizaje de diferentes maneras. Son interesantes los múltiples elementos que se tiene en cuenta en la DT, puesto que aquellos que la ponen en práctica demuestran que es efectiva de acuerdo a la necesidad que cada persona.

A continuación, se presentan dos ejes emergentes que pueden considerarse como transversales a los cinco ejes descritos

f) **La DT y su uso en diferentes procesos terapéuticos.**

Fischman (2011) refiere que el uso de la danza y el movimiento como herramienta terapéutica está fundamentado en la idea de que el cuerpo y la mente son inseparables. Una premisa básica es considerar que el movimiento corporal refleja estados emocionales internos y que el cambio en la gama de posibilidades del movimiento conlleva cambios psicológicos promoviendo salud y

desarrollo. Posibilita, tanto a los que gozan de salud tanto emocional como mental a mantener un sentido de totalidad experimentando la integración psicofísica.

Así mismo, Laban (1987; citado por Fischman, 2011) refiere que las teorías de análisis de movimiento son integradas en el uso terapéutico del movimiento y la danza, estas teorías incluyen un método de notación del movimiento que aportan un lenguaje corporal para describir a los pacientes en términos de su movimiento.

Peña (2015), señala que la DT y su enfoque desde la producción artística parte del ámbito médico psiquiátrico desde la utilización del arte y la expresión como medio para el psicoanálisis o la mejora del bienestar mental, el cual viene a darle un sentido a un conjunto de movimientos realizadas por diferentes pacientes.

Dalley (1987; citado por Dumas et al., 2018) contemplan que en la DT se prioriza siempre el proceso creativo del individuo más que al valor estético del producto u obra final a la que se arribe. Se trata de un dispositivo que une el arte con la psicoterapia, integrando principalmente los aportes del psicoanálisis, la psicología humanista y la terapia gestáltica.

En la psicología humanista, la DT está liderada por Schindler (1893: citado por García 2012) el cual la definió como una herramienta terapéutica que puede ser utilizada para integrar diferentes experiencias previas al idioma y la memoria corporal, define también que la DT estimula la percepción corporal desarrollando una imagen personal propia y hacia los demás, esto ligado a que la persona puede analizar las emociones así como vivirlas y comprenderlas empezando así a captar las diferentes perspectivas que puede estar vivenciando las personas.

Guimón (2008; citado por Ramos 2017) menciona que la DT nació e inició dentro de una orientación psicoanalítica, y que a su vez va acercándose hacia un enfoque integrador, aunque posteriormente se adaptó a las terapias de orientación humanística, gestáltica o transaccional.

Así mismo, la DT puede ser asociada con postulados importantes de la inteligencia emocional considerando que una de sus funciones es favorecer las expresiones de emociones, Geetu (2010) refiere que la inteligencia emocional es la habilidad para sintonizar las emociones, comprenderlas y tomar medidas necesarias, comprendiendo la razón de la emoción y tomar las medidas necesarias para sobrellevar la enfermedad. La inteligencia emocional es una habilidad o capacidad, se puede trabajar a lo largo de la vida, así como seguir aprendiendo y desarrollando habilidades como la empatía, la automotivación, el autocontrol, el autoconocimiento emocional, y

diversas habilidades para relacionarnos con otras personas Nieto (2012), lo cual es posible trabajarla por medio de la DT.

Si bien la DT no puede ser aplicada en todos los ámbitos de la psicología, puede ser utilizada como una herramienta terapéutica en algunos campos, como se mencionó anteriormente la danza nació con el psicoanálisis es importante referir que otras corrientes psicológicas pueden potencializar su uso para que más profesionales de la salud mental puedan trabajar con ella y demuestren la confiabilidad de la DT en otros campos de la psicología.

g) DT y Arterapia.

De la Llera et al., (2000) evidencia y resalta la importancia de la salud mental y el reconocimiento hacia quienes trabajan con el arte como una terapia, es importante recalcarlo, ya que este tipo de psicoterapias fueron fundamentales para demostrar que hubo una disminución en las experiencias negativas de quienes participan en el proceso con arteterapia, más en concreto con DT, se identifica una muy buena contribución a tal punto de retribuir al mejoramiento personal, físico y emocional de quienes participan en estos procesos. A través de esta herramienta psicoterapéutica se fomenta y fortalece las habilidades sociales y su estilo de vida sin ignorar que la salud mental es un factor muy importante en el día a día de cada una de las personas.

Schmid (2005) las actividades artísticas también promueven la autoexpresión, la autoestima y la movilización de las emociones bloqueadas aliviando el estrés. El arteterapia resulta una herramienta fundamental para proteger y reforzar el sistema inmunológico, prevenir enfermedades físicas y mentales y promover la salud. Además, es una actividad que genera placer y disfrute. Estas actividades también benefician el sentido de pertenencia, las estrategias de afrontamiento positivas, la tolerancia a situaciones conflictivas y la atribución de sentido y significado a la vida. Además, refiere que el arteterapia enriquece la percepción, la memoria, y el lenguaje. Por otro lado, agrega que las actividades creativas promueven un envejecimiento satisfactorio al favorecer la inserción social, el crecimiento personal, el entretenimiento, la reducción de la ansiedad y, el establecimiento de metas.

A su vez, Rogers (1994; citado por Dumas et al., 2013), refiere que la danza, el movimiento y la música, ayudan a experimentar las emociones, liberarlas y aceptarlas. Permiten ampliar la conciencia, destrabar conflictos psíquicos y generar un estado de congruencia. El cuerpo y la voz, son recursos que promueven la integración de las emociones y de la mente, propiciando una mayor integración entre estas dimensiones, también señala que promueve el autoconocimiento y

la emergencia de aspectos encubiertos impactando positivamente en la elaboración y concientización de las problemáticas que la persona presenta.

Bassols (2006; citado por Jeréz, 2017) dice que el arteterapia es un acompañamiento y una ayuda a la persona en dificultades sociales, educativas, personales, de tal manera que el trabajo realizado a partir de sus creaciones plásticas, sonoras, dramáticas, teatrales, escritas, generan un proceso de transformación de sí misma y le ayudan a integrarse a sus grupos de referencia social de una manera crítica o creativa.

Dacer (2017) define al arte-terapia como una especialización profesional que utiliza la expresión plástica como medio de comunicación, para explorar y elaborar el mundo interno de los pacientes en el proceso psicoterapéutico, con fines educativos y de desarrollo personal. Arte-terapia sería entonces, una disciplina terapéutica de carácter multidisciplinar que tiene como objetivo ayudar al individuo con diversas afectaciones de tipo psicológico a superarlas mediante el uso o la ayuda de las artes plásticas y visuales, junto al acompañamiento de un arte-terapeuta.

Se puede mencionar que el arteterapia juega un papel muy importante en esta RSL aunque no es la temática que se está abordando, en este sentido el arteterapia utiliza diferentes terapias para poder mejorar la salud física y psicológica ya que en conjunto con la DT permiten la movilización de emociones y sentimientos negativos que han sido difíciles de afrontar, logrando que las personas evidencien una mejora no sólo física sino también psicológica.

Conclusiones

Teniendo en cuenta la información recolectada, llama la atención un aspecto el cual se orienta hacia que la tendencia en cuanto a la metodología de los estudios, son de tipo descriptivo, lo cual permite deducir que esta temática está siendo un fenómeno que la comunidad científica pretende en primera instancia comprender y conocer realizando acercamientos desde una postura teórica a fin de identificar y fortalecer la creación de teorías que puedan ser contrastadas con estudios empíricos para estudiar la DT en relación con otros constructos.

A través de la RSL se logró dar cumplimiento al objetivo que orientó la investigación desde un primer momento, lo que permitió analizar la contribución de la práctica de la DT en la salud mental en países de habla hispana en el periodo 2000 – 2020, comprendiendo que esta temática fue organizada por los diferentes ejes y sub-ejes, los cuales permitieron una mejor organización frente a las diversas investigaciones que se utilizaron en este trabajo de grado.

A partir del trabajo realizado se puede concluir que la contribución de la DT a la salud mental es amplia, dado que incluye un elemento importante que es una mirada holística del ser humano, que permite reconocer que las personas están influidas por diferentes situaciones, vivencias, historias, factores, etc., que pueden contemplarse con la DT, en este sentido practicar la DT es un proceso que resulta de interés del individuo y no se moldea a ciertas características como la edad, la raza, alguna patología, entre otras.

En cuanto la aplicabilidad de la DT en el ciclo de vida se encuentra una tendencia que demuestra que pueden practicar la DT independientemente de su edad y otras condiciones propias de cada ciclo de vida, así mismo se encuentra que la DT puede ser utilizada desde un enfoque de promoción y prevención de enfermedades a corto, mediano y largo plazo, en este sentido, la DT no está sujeta a diferencias individuales y es versátil en diferentes contextos cotidianos.

Respecto a los beneficios de la DT hay una tendencia importante a estudiar aquellos aspectos positivos producto de la DT en la salud física, sin embargo, en esta RSL se observa que la DT puede aportar de manera significativa en la salud mental y las relaciones interpersonales fortaleciendo el sentido de vida.

Considerando los resultados de esta RSL, se puede mencionar que la DT incluye aspectos importantes que se relacionan con el concepto de salud mental, los cuales se orientan hacia las relaciones interpersonales, aportar a la vida cotidiana y considerar procesos de cambio, desde esta perspectiva se puede observar que existe una tendencia a estudiar la DT como una estrategia que posibilita el mantenimiento de la salud mental.

A pesar de que no existe mucha información acerca de la DT, es importante mencionar que este trabajo de grado ha constatado que la DT, tiene campos de aplicación, beneficios, presenta una conceptualización concreta y clara y cuenta con unos elementos que brindan una estructura para su uso.

Se identifica que la DT mantiene la relación mente y cuerpo, de tal forma que permite vislumbrar que los efectos que puede generar a nivel físico se pueden reflejar a nivel mental y de las relaciones interpersonales.

Las relaciones interpersonales se ven beneficiadas dado que las personas al estar en un mismo grupo compartiendo algún aspecto y al sentirse escuchados, pueden poner en práctica esos aprendizajes con su familia o círculo social, mejorando de una manera muy positiva esas relaciones.

Las enfermedades crónicas pueden afectar la salud psicológica de las personas, y son cotidianas en nuestro contexto, al existir un aporte importante de la DT en cuanto al manejo de las enfermedades crónicas posibilita la importancia y utilidad de la DT en este aspecto.

La investigación realizada a través de una revisión exhaustiva de artículos, conlleva a diferentes conclusiones que surgen a partir del componente mente-cuerpo, donde se unifica la danza y la salud mental en el ciclo de vida, enfermedades crónicas, relaciones interpersonales, así como también los múltiples beneficios que aporta la DT en la salud física y psicológica.

Por otra parte, se concluye que la DT rompe estereotipos teniendo en cuenta que no importa el sexo ni la edad de las personas que quieran utilizar la danza como una herramienta terapéutica para mejorar su calidad de vida.

Finalmente, cabe resaltar que esta RSL brinda un aporte significativo a la psicología, ya que, desde la búsqueda y recopilación de la información y su respectivo análisis, permite establecer contacto con aquellas personas que no tienen la posibilidad de acceder a terapias tradicionales, teniendo en cuenta que la DT es una terapia nueva de la que muy pocas personas tienen conocimiento, también ayuda a generar mayor interés en los estudiantes y profesionales de la salud mental.

Se puede concluir que el 100% de los artículos y documentos usados para esta RSL cumplieron con los criterios de inclusión propuestos y generaron aportes significativos para el desarrollo de los cinco ejes establecidos.

Recomendaciones

Se considera conveniente incluir documentos especializados si existe la posibilidad de que el investigador cuente con recursos económicos, puesto que para tener acceso a dichos documentos, se debe realizar un pago para obtener la información ya que en algunas bibliotecas electrónicas o repositorios universitarios existen varios artículos que pueden fortalecer la investigación realizada, con información más actualizada, así mismo, se recomienda que la Universidad brinde el acceso a aquellos documentos por los que se debe realizar un pago, puesto que es más útil que la información repose en la biblioteca.

Se recomienda que en posteriores investigaciones se contemple las limitaciones de la DT que permita hacer un contraste entre ventajas y desventajas de la misma.

Considerando los resultados de la presente RSL, es importante que se siga investigando la contribución de la DT hacia la salud mental, desde investigaciones empíricas.

Se recomienda incluir documentos en otros idiomas como el inglés y/o portugués, pues existe información relevante que en ocasiones pasa desapercibida por el idioma en que está publicado.

Se sugiere extender los criterios de inclusión contemplando otros países a fin de integrar variedad de contenido para obtener mejores resultados en la búsqueda, recolección y análisis de información y realizar estudios comparativos

Incluir artículos que tengan población–muestra a personas que no presenten ningún tipo de trastorno mental y observar los aportes de la salud mental desde un enfoque de promoción de la salud.

Continuar con estudios que amplíen los elementos de la DT y sus posibles limitaciones

Compartir esta RSL con aquellos investigadores que estén interesados en el tema de la DT para que sea un soporte adecuado con el fin de realizar una comparación con los resultados obtenidos.

Se recomienda tener la presente investigación como un insumo importante para identificar los beneficios que presenta la DT en futuras investigaciones que puedan llevarse a cabo desde la Universidad CESMAG desde el área de bienestar.

Se sugiere ampliar la red de búsqueda en cuanto a bibliotecas electrónicas para que la recolección de información sea más completa y haya más variedad de documentos.

Teniendo en cuenta los resultados obtenidos se propone diseñar e implementar un programa de DT con el apoyo de profesionales en la salud mental con estudiantes de la Universidad CESMAG que presenten diversos trastornos mentales para mejorar aspectos físicos y psicológicos como la psicomotricidad, las relaciones familiares, personales e interpersonales, esto con el fin de realizar una comparación adecuada de los resultados que se obtengan con algunos de los que se encontraron en esta RSL.

Extender la búsqueda de documentos a nivel físico haciendo uso de libros, tesis y artículos bibliográficos que se encuentren en las diferentes universidades y bibliotecas del Departamento de Nariño para tener más amplitud de información.

Con esta investigación se pretende impulsar e interesar a más investigadores en esta temática ya que son positivos para todo grupo poblacional incluyendo a los más vulnerables psicológicamente.

Referencias

- Abela, A. Las técnicas de Análisis de Contenido: Una revisión actualizada. (2001).
Recuperado de: <http://mastor.cl/blog/wp-content/uploads/2018/02/Andreu.-analisis-de-contenido.-34-pags-pdf.pdf>
- Abello, J., Manzano, N. y Becerra, L. (2018). La danza, el movimiento y la salud. *Salutem Scientia Spiritus*. 4(1), 65 – 67. Recuperado de:
<https://revistas.javerianacali.edu.co/index.php/salutemscientiaspiritus/article/download/1950/pdf/>
- Achín, C. y Olivares, D. (2014) *El arte terapéutico como herramienta en la salud mental comunitaria*. (Tesis de pregrado) Universidad de San Carlos. Guatemala.
<http://www.repositorio.usac.edu.gt/8021/>
- Alises, C. (2018). La danza como instrumento al servicio de la psicología positiva aplicada a la educación. *Revista Electrónica* 7(2), 12 – 1. Recuperado de:
<https://revistaseug.ugr.es/index.php/eticanet/article/view/11895/9784>
- Araneda, C., Fernández, C y Herrera, C. (2016). *Aportes de Danzaterapia a la visión holística de Terapia Ocupacional en el área de rehabilitación física* (tesis de pregrado).
Universidad Andres Bello.
http://repositorio.unab.cl/xmlui/bitstream/handle/ria/4304/a119157_Araneda_S_C_Aportes_de_danzaterapia_a_la_vision_2016_Tesis.pdf?sequence=1&isAllowed=y
- Asociación de Danza Terapia España. (2012). Recuperado de:
<https://revistas.ucm.es/index.php/ARTE/article/download/51687/47930/>
- Barría, C. (2015). Intersecciones entre el Arte y el Campo de la Salud Mental. *Revista de Psicología GEPU*. 6 (1), 188 – 190. Recuperado de:
<https://bibliotecadigital.univalle.edu.co/bitstream/handle/10893/19825/Intersecciones.pdf?sequence=1&isAllowed=y>
- Barzola, K. (2019). *Relación entre la práctica de la danza folklórica y la motivación social con el bienestar psicológico en un grupo de jóvenes de dos universidades privadas de Lima* (tesis de pregrado). Universidad Peruana Cayetano Heredia, Lima Perú.
https://repositorio.upch.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12866/6577/Relacion_Barzola_Cisneros_Kenia.pdf?sequence=1&isAllowed=y

- Bassols, M. (2006). *Arteterapia. La creación como proceso de transformación*. Barcelona: Octaedro. Recuperado de: <http://www.dspace.uce.edu.ec/bitstream/25000/10458/1/T-UC-0002-101.pdf>
- Bernadés, M. (2011). Influencia del baile recreativo en el estado de ánimo y autoestima de personas adultas. *Revista electrónica Eureka*. 8(2), 241 – 253. Recuperado de: <http://pepsic.bvsalud.org/pdf/eureka/v8n2/a09.pdf>
- Bharwaney, G. (2010) Vida emocionalmente Inteligente: *Estrategias para incrementar el coeficiente emocional*. Recuperado de: <https://www.ascodes.com/wp-content/uploads/2017/11/Inteligenciaemocional.pdf>
- Bojner, E. (2003). Danzaterapia y posibilidades en las hormonas relacionadas con el estrés: un estudio sobre pacientes con fibromialgia con interpretación de vídeo. *El arte en la psicoterapia*. 30(2) 13 – 14. Recuperado de: <https://www.redalyc.org/pdf/729/72920801005.pdf>
- Bonilla, E. y Rodríguez, P. (2005). La categorización un aspecto crucial en la investigación cualitativa. Recuperado de: http://proyectos.javerianacali.edu.co/cursos_virtuales/posgrado/maestria_asesoria_familiar/Investigacion%20I/Material/37_Romero_Categorizaci%C3%B3n_Inv_cualitativa.pdf
- Buades, M. y Rodríguez, A. (2005). Música y salud: calidad de vida. Recuperado de: <https://dialnet.unirioja.es/descarga/articulo/1165476.pdf>
- Campoverde, M. (2019). *La danza terapéutica y el trastorno espectro autista en estudiantes de 11 a 14 años en la escuela de educación básica completa nela Martínez Espinoza* (tesis de pregrado). Universidad Laica Vicente Rocafuerte De Guayaquil, Ecuador. <http://repositorio.ulvr.edu.ec/bitstream/44000/3014/1/T-ULVR-2659.pdf>
- Canales, M. (2012). *Danzaterapia para niños con cáncer entre 5 y 8 años* (tesis de pregrado). Instituto Nacional De Bellas Artes Escuela Superior De Música Y Danza De Monterrey, México. <http://inbadigital.bellasartes.gob.mx:8080/jspui/bitstream/11271/295/1/343dantnadnnc01.pdf>

- Castro, A. (2011). Corporalidad en el contexto de la psicoterapia. *Corporalidad y psicología*. 01 (23) 41 – 47. Recuperado de:
<https://rcientificas.uninorte.edu.co/index.php/psicologia/article/view/3088/2136>
- Castro, K. (2019). *La técnica de expresión corporal de la danza, como tratamiento coadyuvante en posibles ataques de pánico*. (Tesis de pregrado). Universidad San Francisco de Quito. Recuperado de:
<https://repositorio.usfq.edu.ec/bitstream/23000/8147/1/142163.pdf>
- Ccaccasaca, C. (2017), “*Efecto de Danzaterapia en la autoestima del adulto mayor del establecimiento de Salud La Revolución – Juliaca – 2016*”. (Tesis de pregrado). Universidad Nacional del Altiplano sede Pino, Perú. Recuperado de:
http://repositorio.unap.edu.pe/bitstream/handle/UNAP/4935/Ccaccasaca_Laura_Cynthia_Pamela.pdf?sequence=1&isAllowed=y
- Cernuda, A. (2020). Arte social comunitario y aplicaciones clínicas del Psicoballet. 40 años de experiencia Cubana. *CONGRESO INTERNACIONAL DE INTERVENCIÓN PSICOSOCIAL ARTE SOCIAL Y ARTETERAPIA, de la creatividad al vínculo social*. 78 (84), 1 – 11. Recuperado de:
<https://digitum.um.es/digitum/bitstream/10201/89896/1/Arte%20social%20comunitario%20y%20aplicaciones%20clinicas%20del%20psicoballet....pdf>
- Chica, A., González, F., Reigal, R., Carranque, G., Hernández, A. (2019). Efectos de un programa de danza española en mujeres con fibromialgia. *Cuadernos de Psicología del Deporte*. 19(2), 52 – 69. Recuperado de: <https://scielo.isciii.es/pdf/cpd/v19n2/1578-8423-cpd-19-2-52.pdf>
- Congreso de la República de Colombia (2006). Ley 1090 de 2006,
 Por la cual se reglamenta el ejercicio de la profesión de Psicología, se dicta el Código Deontológico y Bioético y otras disposiciones. Bogotá: Ministerio de la Protección Social.
https://www.colpsic.org.co/aym_image/files/LEY_1090_DE_2006.pdf
- Contreras, J. y Raventós, H. *Foro sobre salud mental 2011, conclusiones y pasos futuros*. 001 (4), 16 – 04. Recuperado de: *Danzararte: Revista del Conservatorio Superior de Danza de Málaga*, 7, 4-11. <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=3675957>

- Coterón, J. y Padilla, C. (2013). ¿Podemos mejorar nuestra salud mental a través de la Danza?: una revisión sistemática. *RETOS. Nuevas Tendencias en Educación Física, Deporte y Recreación*, (24), 194 - 197. Recuperado de:
<https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=345732290038>
- Dacer, J. *Género, Arteterapia e Inclusión*. Recuperado de:
<https://kucahauser.wordpress.com/arteterapia-2/>
- De la Llera, E. y Guibert, W. (2000). *Las terapias con recursos artísticos. Su utilidad en la atención primaria de salud*. 16 (3), 295 – 304. Recuperado de:
<http://scielo.sld.cu/pdf/mgi/v16n3/mgi13300.pdf>
- Domínguez, C., Castiilo, E. (2017). Relación entre la danza libre-creativa y autoestima en la etapa de educación primaria. *Cuadernos de Psicología del Deporte*. 17(1), 73-80. Recuperado de: <https://revistas.um.es/cpd/article/view/291931/211461>
- Dörries, G. (2009). *Efectos de un programa de danza y movimiento terapia sobre el desarrollo motor y psicológico de un grupo de niños costarricenses en edad escolar con síndrome de asperger*. (Tesis de postgrado). Universidad Nacional. Heredia, Costa Rica. Recuperado de:
<http://www.maestriasalud.una.ac.cr/documents/EfectosdeunProgramadeDanzayMovimientoTerapiasobreelDesarrolloMotoryPsicologicodeunGrupodeNin.pdf>
- Dumas y Aranguren. (2013). *Beneficios del arteterapia sobre la salud mental*. 7(2). 68– 77. Recuperado de: <https://www.aacademica.org/000-054/212.pdf?view>
- Estanol, E., Sheperd, C., MacDonald, T. (2013). Las destrezas mentales como atributos protectores frente al riesgo de los trastornos alimentarios en bailarines. *Revista de psicología aplicada al deporte*. 36(26) 7 – 26. Recuperado de:
<http://www.scielo.org.mx/pdf/sm/v36n3/v36n3a12.pdf>
- Estupiñán, M., Lasso, A., Ruíz, I. (2014). “*La Danza Movimiento Terapia como estrategia para fortalecer los procesos de atención y coordinación motora mediante la Danza el Congo grande en niños de tercero de primaria de la Institución Educativa Alfredo Bonilla Montaño*”. (Tesis de pregrado). Fundación Universitaria Católica Lume Gentium, Santiago de Cali. Recuperado de:
https://repository.unicatolica.edu.co/bitstream/handle/20.500.12237/1648/DANZA_MOVIMIENTO_TERAPIA_COMO ESTRATEGIA_FORTALECER_PROCESOS_AT

[ENCI%c3%93N_COORDINACI%c3%93N_MOTORA_MEDIANT.pdf?sequence=1&isAllowed=y](https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=2488706)

- Fernández, E. (2007). Aplicaciones del Arteterapia en aula como medio de prevención para el desarrollo de la autoestima y el fomento de las relaciones sociales positivas. *Papeles de arteterapia y educación artística para la inclusión social*. 2 (275) -291. Recuperado de: <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=2488706>
- Fernández, F. (2002). El análisis de contenido como ayuda metodológica para la investigación. *Revista de Ciencias Sociales*. 2 (96). 35-53. Recuperado de <https://www.redalyc.org/pdf/153/15309604.pdf>
- Fernández, C. (2010). *Danzaterapia en adultos y expresión corporal*. (Tesis de pregrado). Universidad de Monterrey. Recuperado de: <https://udm.dance.edu.mty/default%tesis.de.pregrado>
- Fernández, J. (2020). *Esquizofrenia y danza-expresión corporal: una propuesta de abordaje en salud mental*. (Tesis de pregrado). Universidad de Uruguay. https://sifp.psico.edu.uy/sites/default/files/Trabajos%20finales/%20Archivos/tfg_josefi_na_fernandez.pdf
- Fischman, D. (2011). Danzaterapia orígenes y fundamentos. *ACADEMIA*. 6(21) 3 – 5. Recuperado de: https://d1wqtxts1xzle7.cloudfront.net/57884543/Danzaterapia_origenes_y_fundamentos-with-cover-page-v2.pdf?Expires=1652562387&Signature=Tqs5DUqmmjUs-MyHSZSBWFLI7cyJwvKQv
- García, H. (2012). La relación de los hermanos Kurt y Ewald Schindler con la Danzaterapia: una revisión de la trayectoria de Liljan. *ACADEMIA*. Recuperado de: https://d1wqtxts1xzle7.cloudfront.net/47737056/La_relacion_de_los_hermanos_Kurt_y_Ewald_Schindler_con_la_danzaterapia.-
- García, M. (2013). *La danza como terapia de apoyo para reducir los trastornos de ansiedad por consumo y abuso de sustancias, dirigida a mujeres y hombres de la ONG centro de rehabilitación y prevención de drogas el buen pastor*. (Tesis de pregrado). Universidad De San Carlos De Guatemala. <http://www.repositorio.usac.edu.gt/9684/1/T13%20%282436%29.pdf>

- García, S. (2019). *Los aportes de la danza movimiento terapia en la mejora de la vida y salud mental de migrantes*. 07 (19), 47 – 06. Recuperado de:
<http://revistainclusiones.org/pdf30/8%20VOL%206%20NUM%204ESPARAGONFESUNAM%202019OCTUBDICIEMB19INCL.pdf>
- Gendlin, E. (2002). La primacía del cuerpo, no la primacía de la percepción. *Cómo el cuerpo enfrenta las situaciones*. 02 (3) 7 – 11. Recuperado de:
<https://rcientificas.uninorte.edu.co/index.php/psicologia/article/view/3088>
- Goodill, S. (2005). Terapia de danza/movimiento para adultos con fibrosis quística: Datos piloto sobre el estado de ánimo y la adherencia. *Terapias alternativas*. 11(1) 76 – 77.
Recuperado de: <https://www.redalyc.org/pdf/729/72920801005.pdf>
- Goleman, D. (2008) La inteligencia emocional. Recuperado de: <https://www.ascodes.com/wp-content/uploads/2017/11/Inteligenciaemocional.pdf>
- Guzmán, J. (2017). Un encuentro con nuestro ser interior. Recuperado de:
<https://aulavirtual.udenar.edu.co/enrol/index.php?id=4092>
- Hankins, C., (2004). Efectos de danzaterapia en población con VIH. *Una iniciativa para iniciar a planificar*. 6(2) 3 – 4. Recuperado de:
<https://www.redalyc.org/pdf/729/72920801005.pdf>
- Herrería, A. (2020). *Beneficios psicológicos y emocionales de la danza aplicados a la salud mental*. (Tesis de pregrado). Universidad Internacional SEK.
<https://repositorio.uisek.edu.ec/bitstream/123456789/4248/1/Ana%20Daniela%20Herrer%c3%ada%20Ter%c3%aln.pdf>
- Jahoda, M. (2016). *Construcción del concepto de salud mental positiva: revisión sistemática*. *Revista Panamericana de Salud Pública*. 03 (39) 03 – 19. Recuperado de:
<https://www.scielosp.org/article/rpsp/2016.v39n3/166-173/>
- Jeréz, M. (2017). *Arte-terapia: Un estudio de caso sobre violencia intrafamiliar superado mediante la práctica artística*. (Tesis de pregrado). Universidad Central Del Ecuador.
<http://www.dspace.uce.edu.ec/bitstream/25000/10458/1/T-UCE-0002-101.pdf>
- Jiménez, B. (2017). Danzaterapia como intervención en problemas de aprendizaje en discapacidad intelectual leve-moderada. *La Ciudad Accesible. Revista Científica sobre Accesibilidad Universal*. 8(5) 147 – 160. Recuperado de:

http://riberdis.cedd.net/bitstream/handle/11181/5499/Danzaterapia_intervenci%C3%B3n_problemas_aprendizaje_DI_leve-moderada.pdf?sequence=1

- Laban, R. (1970). La danza educativa moderna. *ACADEMIA*. 7(6) 3 – 5. Recuperado de: https://d1wqtxts1xzle7.cloudfront.net/57884543/Danzaterapia_origenes_y_fundamento_s-with-cover-page-v2.pdf?Expires=1652747098&
- León, A. (2010). Danzando la Psicología Social Comunitaria: revisitando la IAP a partir de un curso de danza en una asociación cultural de barrio. *Athenea Digital, Revista de Pensamiento e Investigación Social*. 5(17) 255 – 270. Recuperado de: <https://www.redalyc.org/pdf/537/53712938016.pdf>
- Llera, E y Guibert, W. (2000). Las terapias con recursos artísticos. Su utilidad en la atención primaria de salud. *Rev Cubana Med Gen Integr* v.16 (3) http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0864-21252000000300013
- Merom, D., Cumming, R., Mathieu, E., Anstey, K.J., Rissel, C., Simpson, J.M. (2013). ¿Puede el baile social prevenir las caídas en los adultos mayores? Un protocolo del ensayo controlado aleatorio de prevención de caídas, envejecimiento, cognición y economía de caídas, ensayo controlado aleatorio. *Revista BMC salud pública*, 13(1), 477. Recuperado de: <https://www.redalyc.org/pdf/23675705/>
- Maldonado, B. (2018). Danzaterapia como intervención en problemas de aprendizaje en discapacidad intelectual leve-moderada. *Revista Científica sobre Accesibilidad Universal La Ciudad Accesible*. 7 (5), 147 – 160. Recuperado de: http://riberdis.cedd.net/bitstream/handle/11181/5499/Danzaterapia_intervenci%C3%B3n_problemas_aprendizaje_DI_leve-moderada.pdf?sequence=1&rd=003187788796789
- Mañas, I. (2007). Nuevas terapias psicológicas: la tercera ola de terapias de conducta o terapias de tercera generación. *Gaceta de Psicología*, 40, 26-34.
- Maymó, M. (2009). Algunos aspectos psicológicos en los profesionales de la danza. *Revista Universidad Estudios escénicos*. 7(5) 436 – 447. Recuperado de: <https://www.raco.cat/index.php/EstudisEscenics/article/download/253361/340127>
- Maza, L. (2020). *Influencia de la danza-movimiento terapia sobre la percepción de la fatiga y el desempeño ocupacional en adultos mayores de 65 a 80 años*. (Tesis de pregrado).

Universidad Central del Ecuador.

<http://www.dspace.uce.edu.ec/bitstream/25000/22630/1/T-UCE-0020-CDI-517.pdf>

Medeiros, A. (2016). Terapia integral y un nuevo servicio en la psicología. *Neurona revista cognitiva*. 13 (18), 76 – 78. Recuperado de:

<https://revista.ves.php/article/download/77/4564456507>

Megías, M. (2009). *Optimización en procesos cognitivos y su repercusión en el aprendizaje de la danza*. (Tesis de pregrado). Universidad de Valencia, España.

<https://www.tdx.cat/bitstream/handle/10803/31869/Megias.pdf;sequence=1>

Mendivelso, R., Pedraza, A., Hoyos, L. (2015). La Danzaterapia como herramienta pedagógica para generar procesos de socialización. *Expomotricidad 2015*. Recuperado de:

<https://revistas.udea.edu.co/index.php/expomotricidad/article/download/24842/20775>

Meza, B. (2010). *Bienestar psicológico en practicantes de danza contemporánea*. (Tesis de pregrado). Universidad Católica de Perú.

<https://tesis.pucp.edu.pe/repositorio/handle/20.500.12404/1217>

Ministerio de Salud y Protección Social. (2014). *Abecé sobre la salud mental, sus trastornos y su estigma*. Grupo de Gestión Integrada para la Salud Mental.

<https://www.minsalud.gov.co/sites/rid/Lists/BibliotecaDigital/RIDE/VS/PP/abc-salud-mental.pdf>

Miranda, A. (2015). *Taller de danza terapia para niños preescolares con discapacidad auditiva*. (Tesis de pregrado). Universidad Autónoma del Estado de México.

<https://core.ac.uk/reader/132423200>

Miras, R. (2018). Memoria y Emoción tras las Rejas. Trauma. Arteterapia y Danzaterapia. Salud Mental en Prisión (1ª parte). *Arteterapia. Ediciones CompuTense*. 13 (18), 191 – 194.

Recuperado de:

<https://revistas.ucm.es/index.php/ARTE/article/download/60477/4564456549107>

Molero, P. (2015). *Efecto de un programa de intervención orientado al incremento de la motivación en la enseñanza de la danza en la escuela*. (Tesis de pregrado).

Universidad de Extremadura.

https://redined.educacion.gob.es/xmlui/bitstream/handle/11162/133535/TDUEX_2016_Molero_Navajas.pdf?sequence=1&isAllowed=y

- Moncada, J. (2004). Ejercicio físico: terapia no tradicional para personas con cáncer, *Rehabilitación*, 38(86) 89-91. Recuperado de:
<https://www.redalyc.org/pdf/729/72920801005.pdf>
- Morales, F. (2012). Psicología de la salud, realizaciones e interrogantes tras cuatro décadas de desarrollo. *Revista Latinoamericana de Ciencia Psicológica*, vol. 4(2). 98-107.
Recuperado de <https://www.redalyc.org/pdf/3331/333127382005.pdf>
- Morales, (2018). Metodologías de investigación educativa (descriptivas, experimentales, participativas, y de investigación-acción). *Recimundo*, 4(3), 163-173. Recuperado de:
<http://www.recimundo.com/index.php/es/article/view/860>
- Moreno, A. (2012). Terapias cognitivo-conductuales de tercera generación (TTG): la atención plena/mindfulness. *Revista Internacional de Psicología*. 12 (1). 1 – 18. Recuperado de:
<https://revistapsicologia.org/index.php/revista/article/view/66/63>
- Moreno, F. y Otero, R. (2012). El español: una lengua viva. *Atlas de la lengua española en el mundo*. Recuperado de:
https://cvc.cervantes.es/lengua/espanol_lengua_viva/pdf/espanol_lengua_viva_2012.pdf
- Muñoz, C., Restrepo, D., y Cardona, D. (2016). Construcción del concepto de salud mental positiva: revisión sistemática. *Revista Panam Salud Pública*. 39 (16), 73 – 166.
Recuperado de: <https://www.scielosp.org/pdf/rpsp/2016.v39n3/166-173/es>
- Naranjo, R. (2017). Inteligencia emocional. *ACADEMIA*. 4(8) 16 – 18. Recuperado de:
https://d1wqtxts1xzle7.cloudfront.net/40394256/Inteligencia_emocional
- Nieto, A. (2012). Inteligencia emocional. *Universidad virtual del estado de Guanajuato, México*.
Recuperado de: <https://www.ascodes.com/wp-content/uploads/2017/11/Inteligenciaemocional.pdf>
- Oliveira, S., Moreira., Lima, M., Almeida, J., Ribeiro, F. (2010). Respuestas fisiológicas a una coreografía y sus comparaciones con la prueba de ejercicio. *Revista salud psicología y mente*, 24(7), 1954- 1959. Recuperado de: <https://www.redalyc.org/pdf/56547435/>
- O'Neill, J., Pate, R., y Beets, M. (2012). Niveles de actividad física de las adolescentes durante las clases de baile. *Revista psicológica actuar con salud*, 9(3), 382-388. Recuperado de: <https://www.redalyc.org/pdf/23675705/>

- Organización Mundial de la Salud. (2004). *Salud Mental: fortalecer nuestra respuesta*. Determinantes de la Salud Mental. Recuperado de: <https://www.who.int/es/news-room/fact-sheets/detail/mental-health-strengthening-our-response>
- Padilla, C. y Coterón, J. (2013). ¿Podemos mejorar nuestra salud mental a través de la Danza?: una revisión sistemática. *RETOS. Nuevas Tendencias en Educación Física, Deporte y Recreación*, (24), 194 - 197. Recuperado de: <https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=345732290038>
- Padilla, C., Castro, J., Cuenca, M., Camiletti, D., Izquierdo, R., Gallardo, I. (2019). Danza para la salud: la aplicación de un programa integracional con alumnos del grado en ciencias de la actividad física y deporte. Recuperado de: <https://indoc.uca.es/articulos/sol-201800111880-tra.pdf>
- Patiño, V. (2006). El baile: representación social y práctica saludable. 2 (24), 54 – 63. Recuperado de: http://bibliotecadigital.udea.edu.co/bitstream/10495/6007/1/OchoaPatinoVeronica_2006_BaileRepresentacionSocialPracticaSaludable.pdf
- Pedroza, N. (2016), “*Danzaterapia una experiencia de movimiento psicoterapéutico*”. (Tesis de pregrado). Universidad de Antioquia sede Antioquia, Medellín. Recuperado de: http://bibliotecadigital.udea.edu.co/bitstream/10495/14701/1/PedrozaNatalia_2016_DanzaterapiaExperienciaMovimiento%20.pdf
- Peña, C. (2015). *Arteterapia en Educación: Métodos y posibilidades de actuación*. Palencia, España.
- Ponto, J. (2003). Historias de cáncer de mama a través del arte. *Foro de Enfermería Oncológica*. 30(6) 107 – 113. Recuperado de: <https://www.redalyc.org/pdf/729/72920801005.pdf>
- Pinto, B. y Trunzo, J. (2004). Estima corporal y estado de ánimo entre supervivientes de cáncer de mama sedentarias y activas. *Fundación Mayo para la Educación e Investigación Médica*. (79) 181-186. Recuperado de: <https://www.redalyc.org/pdf/729/72920801005.pdf>
- Prados, J. (2011), Historia de la danza contemporánea en España. *Revista ujaén, Arte y Movimiento*, (4), 5 – 6. Recuperado de: <https://revistaselectronicas.ujaen.es/index.php/artymov/article/download/601/546>

- Rainbow, T. (2005). Efectos de la danzaterapia en pacientes chinos con cáncer: un estudio piloto en Hong Kong. *Las artes en la psicoterapia*. 1 – 9. Recuperado de: <https://www.redalyc.org/pdf/729/72920801005.pdf>
- Ramos, F. (2017). “Efecto de la danzaterapia en el nivel de autoeficacia emocional de cinco adolescentes con trastorno depresivo; en programa residencial: Aportes para una intervención psicoterapéutica alternativa”. (Tesis de pregrado). Universidad del Turabao. <https://www.proquest.com/openview/8605fab8b045bf66a2ddfc5866ac2a4c/1?pq-origsite=gscholar&cbl=18750>
- Rivera, A. (2020). “La danzaterapia y calidad de vida en adultos mayores de la casa -hogar “Amor De Dios” (Tesis de pregrado). Universidad Mayor de San Andrés. <https://repositorio.umsa.bo/bitstream/handle/123456789/24997/T-1290.pdf?sequence=1&isAllowed=y>
- Rodríguez, E. (2007) “Aplicaciones del Arteterapia en aula como medio de prevención para el desarrollo de la autoestima y el fomento de las relaciones sociales positivas: “Me siento vivo y convivo” *Arteterapia - Papeles de arteterapia y educación artística para la inclusión social*. 2 (20), 275 – 291
- Rodríguez, R. (2011). Uniendo Arte y Ciencia a través de la Danza Movimiento Terapia. *Revista del Conservatorio Superior de Danza de Málaga*, 7. 4-11. <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=3675957>
- Rodríguez, R. (2016). Consideraciones alrededor de la Danza Movimiento Terapia y sus aplicaciones en el ámbito social. *Arteterapia – Papeles de arteterapia y educación artística para la inclusión social*. 10, 127 – 137. Recuperado de: https://www.researchgate.net/publication/303499811_Consideraciones_alrededor_de_la_Danza-movimiento_Terapia_y_sus_aplicaciones_en_el_ambito_social/link/5c92234192851cf0ae89f5ee/download
- Ruiz, E. (2019). Tres críticas sobre el psicoanálisis: *Revista Psicología desde el Caribe*. 36 (3), 419 – 442. Recuperado de: <http://www.scielo.org.co/pdf/psdc/v36n3/2011-7485-psdc-36-03-419.pdf>

- Salas, C. (2007). Psicoterapia del movimiento: herramienta terapéutica con pacientes esquizofrénicos. *Actualidades en Psicología*. 21 (108), 97 – 115. Recuperado de: <https://www.redalyc.org/pdf/1332/133212641005.pdf>
- Salazar, C. (2001). *Beneficios de la danza o el baile terapéutico para las personas de la tercera edad*. 19 (2), 65 – 70. Recuperado de: <https://revistas.ucr.ac.cr/index.php/educacion/article/download/20496/20721>
- Salazar, M. (2015). “*Beneficios de la Danzaterapia en niñas con baja autoestima de la escuela fe y alegría no. 9 de la Colonia el Amparo, zona 7 jornada matutina*” (Tesis de pregrado). Universidad San Carlos de Guatemala. Recuperado de: <http://www.repositorio.usac.edu.gt/4247/1/T13%20%282924%29.pdf>
- Salcedo, M., Flórez, K., Aragón, Y. (2018). “*Beneficios físicos y psicosociales de las danzas folclóricas adaptadas en los adultos mayores del centro de vida San Sebastián de Ternera*”. (Tesis de pregrado). Universidad San Buenaventura, Cartagena. http://bibliotecadigital.usbcali.edu.co/bitstream/10819/6594/1/Beneficios%20f%C3%A4Dsicos%20y%20psicosociales_Mileidys%20Salcedo%20A_2018.pdf
- Sánchez, D. (2013). Programa de intervención para el tratamiento del estrés, trastornos de ansiedad, fobias y ataques de pánico. *ASANART (Asociación Andaluza de Arteterapia)*. 84 (616), 179 – 198. Recuperado de: https://www.researchgate.net/profile/Rocio-Garrido-3/publication/264401256_Arteterapia_en_el_ambito_de_la_Salud_Mental/links/53db8b1f0cf2cfac9928eeb2/Arteterapia-en-el-ambito-de-la-Salud-Mental.pdf#page=179
- Sango, A. (2012). *Eficacia de la musicoterapia y danzaterapia, para superar la agresividad en niños de tres y cuatro años de edad*. (Tesis de pregrado). Universidad Central de Ecuador. <http://www.dspace.uce.edu.ec/bitstream/25000/2254/1/T-UCE-0007-17.pdf>
- Sanint, A. (2019). *Propuesta de danza como apoyo para una mediación pedagógica que favorezca el desarrollo de las dimensiones corporal y socioafectiva niños y niñas entre los 5 y 7 años*. (Tesis de pregrado). Corporación Universitaria Lasallista, Antioquia, Colombia. http://repository.lasallista.edu.co/dspace/bitstream/10567/2604/1/Danza_desarrollo_DimensionesCorporalSocioafectiva.pdf

- Saritama, J. (2018). *Aplicación de la danzaterapia para mejorar el estado de ánimo en adultos mayores con depresión leve de 65 a 80 años que asisten al Hogar Geriátrico Plenitud de la ciudad de Quito en el periodo noviembre 2017- abril 2018*. (Tesis de pregrado). Universidad Central Del Ecuador.
<http://www.dspace.uce.edu.ec/bitstream/25000/15518/1/T-UCE-0020-CDI-010.pdf>
- Schmid, T. (2005). Promover la salud a través de la creatividad. Para profesionales de la salud, las artes y la educación. *Beneficios del arteterapia en la salud mental*. Recuperado de:
<https://www.aacademica.org/000-054/212.pdf?view>
- Sebiani, L. (2005). Uso de la danza-terapia en la adaptación psicológica a enfermedades crónicas. (cáncer, fibrosis, sida) *Reflexiones*, 84 (1), 49-56. Recuperado de;
<https://www.redalyc.org/pdf/729/72920801005.pdf>
- Stanislav, G. (2010) Breve historia de la psicología transpersonal. *Journal of transpersonal research*. 2(2) 125 - 136. Recuperado de:
https://www.academia.edu/download/35862932/Spanish.Grof.Breve_Historia_de_la_Psicologia_Transpersonal.pdf
- Tamburrini, R. (2019). Elementos de la Danza Movimiento Terapia para la Expresión Corporal. *Reflexión Académica en Diseño & Comunicación*, 39 (16), 78 – 83. Recuperado de:
https://fido.palermo.edu/servicios_dyc/publicacionesdc/archivos/746_libro.pdf
- Tarazona, S. (2020). *La danzaterapia como recurso pedagógico para la inclusión educativa de personas con discapacidad*. (Tesis de pregrado). Fundación Universitaria Católica Lumen Gentium, Cali, Colombia.
https://repository.unicatolica.edu.co/bitstream/handle/20.500.12237/1923/_DANZATERAPIA_COMO_RECURSO_PEDAGOGICO_PARA_INCLUSIVIDAD_PERSONAS_DISCAPACIDAD.pdf?sequence=1&isAllowed=y
- Toro, P. (2018). “*Un paso más a la inclusión. Taller Danzaterapia*”. Universidad de Sevilla, España. Recuperado de:
<https://idus.us.es/bitstream/handle/11441/80609/TORO%20CAMPOS%20PATRICIA%20DEL.pdf?sequence=1&isAllowed=y>
- Trujillo, A. (2016). *Danza Primal para el trastorno de estrés post-traumático (TEPT) por abuso sexual en mujeres adultas jóvenes en Ecuador*. (Tesis de pregrado). Universidad de

San Francisco, Ecuador.

<https://repositorio.usfq.edu.ec/jspui/bitstream/23000/6043/1/129517.pdf>

Ugena, T. (2014). “*La danza y sus aplicaciones en el espacio terapéutico, educativo y social*” (Tesis pregrado). Universidad de la Roja, España. Recuperado de:

<https://eprints.ucm.es/id/eprint/28589/1/T35811.pdf>

UNIVERSIDAD CESMAG. (2018). *Formato de elaboración para la institucionalización o resignificación de líneas de investigación.*

Urrútia, G., Bonfill, X. (2010). Declaración PRISMA: una propuesta para mejorar la publicación de revisiones sistemáticas y metaanálisis. *Medicina clínica*, 135 (11), 507 - 511.

Vargas, A. y Mazón, J. (2020). Impacto de la danza en el bienestar psicológico: Autorregulación autodeterminación y habilidades sociales. 46 (7), 6 – 8. Recuperado de:

<http://www.alternativas.me/attachments/article/249/Impacto%20de%20la%20danza%20en%20el%20bienestar%20psicol%C3%B3gico.pdf>

Vásquez, K. (2020). “*Bienestar psicológico en universitarios que practican y no practican danzaterapia en la ciudad de Trujillo, Perú*” (Tesis pregrado). Universidad Privada Antenor Orrego, Trujillo, Perú. Recuperado de:

http://repositorio.upao.edu.pe/bitstream/20.500.12759/8469/1/REP_PSIC_KARLA.BAUTISTA_BIENESTAR.PSICOL%c3%93GICO.UNIVERSITARIOS.PRACTICAN.NO.PRACTICAN.DANZA.TRUJILLO.pdf

Velasco, B. (2018). “*Danzaterapia y su influencia en el Bienestar Psicológico subjetivo, México*” (Tesis de pregrado). Universidad Rafael Landívar, México. Recuperado de:

<http://recursosbiblio.url.edu.gt/tesisjrkd/2018/05/42/Velasco-Brigette.pdf>

Vigiola, I. (2014). *Complejidad y psicología transpersonal: caos, autoorganización y experiencias cumbre en psicoterapia.* Universidad Autónoma de Barcelona.

Recuperado de:

https://www.academia.edu/download/40857543/Complejidad_y_psicologia_transpersonal.pdf

Zagaceta, M. (2010). *Danza educativa y desarrollo personal de estudiantes en escuelas secundarias de la Ciudad de México.* (Tesis de pregrado). Universidad Iberoamericana, México D.F. <http://www.bib.uia.mx/tesis/pdf/015284/015284.pdf>

Anexos

Anexo 1. Matriz Excel: organización de artículos

Apellido de Autor(es)	Año de publicación	Nombre del documento
Abello, Manzano, Becerra	2018	La danza, el movimiento y la salud
Alises Castillo	2018	La danza como instrumento al servicio de la Psicología positiva aplicada a la educación
Barzola Cisneros	2019	Relación entre la práctica de la danza folklórica y la motivación social con el bienestar psicológico en un grupo de jóvenes de dos universidades privadas de Lima
Bernardes Soljancic	2011	Influencia del baile recreativo en el estado de ánimo y autoestima de personas adultas
Buades Jiménez, Rodríguez Blanco	2005	Música y salud: La danza calidad de vida
Campoverde Campoverde	2019	La danza terapéutica y el trastorno espectro autista en estudiantes de 11 a 14 años en la escuela de educación básica completa nela Martínez Espinoza
Canales González	2012	Danza terapia para niños con cáncer entre 5 y 8 años
Chica, Gonzáles, Guirval, Reigal, Carranque, Hernández, Mendo	2019	Efectos de un programa de danza española en mujeres con fibromialgia
De la Llelra Suárez, Reyes	2000	Las terapias con recursos artísticos. Su utilidad en la atención primaria en salud
Domínguez Cacho, Castillo Vera	2017	Relación entre la danza libre-creativa y autoestima en la etapa de educación primaria
Dörries Gigirey	2009	Efectos De Un Programa De Danza Y Movimiento Terapia Sobre El Desarrollo Motor Y Psicológico

		De Un Grupo De Niños Costarricenses En Edad Escolar Con Síndrome De Asperger
Dumas y Aranguren	2013	Beneficios del arteterapia sobre la salud mental
Estanol E, Sheperd C, MacDonald T	2013	Las destrezas mentales como atributos protectores frente al riesgo de los trastornos alimentarios en bailarines
Fernández Lorenzo	2020	Esquizofrenia y danza-expresión corporal: una propuesta de abordaje en salud mental
García Medrano	2019	Los aportes de la danza movimiento terapia en la mejora de la vida y salud mental de migrante
García Solares	2013	La Danza Como Terapia De Apoyo Para Reducir Los Trastornos De Ansiedad Por Consumo Y Abuso De Sustancias, Dirigida A Mujeres Y Hombres De La ONG Centro De Rehabilitación Y Prevención De Drogas El Buen Pastor
Herrería Terán	2020	Beneficios psicológicos y emocionales de la danza aplicados a la salud mental
Jeréz Luna	2017	Arte-terapia: Un estudio de caso sobre violencia intrafamiliar superado mediante la práctica artística
León Cedeño	2010	Danzando la Psicología Social Comunitaria: revisitando la IAP a partir de un curso de danza en una asociación cultural de barrio
Maldonado Jiménez	2017	Danzaterapia como intervención en problemas de aprendizaje en discapacidad intelectual leve-moderada
Maymó Sanahuja	2009	Algunos aspectos psicológicos en los profesionales de la danza
Maza Estrada	2020	Influencia de la danza-movimiento terapia sobre la percepción de la fatiga y el desempeño ocupacional en adultos mayores de 65 a 80 años

Megías Cuenca	2009	Optimización en procesos cognitivos y su repercusión en el aprendizaje de la danza
Meza Lafón	2010	Bienestar psicológico en practicantes de danza contemporánea
Miranda Juárez	2015	Taller de danza terapia para niños preescolares con discapacidad auditiva
Molero Navajas	2016	Efecto de un programa de intervención orientado al incremento de la motivación en la enseñanza de la danza en la escuela
Padilla Moledo, Castro Piñero, Cuenca García, Camiletti Morión, Izquierdo Gómez, Álvarez-Gallardo	2018	Danza para la salud: la aplicación de un programa intergeneracional con alumnos del Grado en Ciencias de la Actividad Física y del Deporte
Padilla Moledo, Coterón López	2013	¿Podemos mejorar nuestra salud mental a través de la Danza?: Una revisión sistemática
Ramos Ortíz	2017	Efecto de la danzaterapia en el nivel de autoeficacia emocional de cinco adolescentes con trastorno depresivo; en programa residencial: aportes para una intervención psicoterapéutica alternativa
Rivera Callisaya	2020	La danzaterapia y calidad de vida en adultos mayores de la casa -hogar “amor de Dios
Rojas-Contreras, Raventós Henriette	2011	Foro sobre salud mental 2011, conclusiones y pasos futuros
Salazar Salas	2001	Beneficios de la danza o el baile terapéutico para las personas de la tercera edad.
Salcedo Arias, Flórez, Aragón Mosquera	2018	Beneficios físicos y psicosociales de las danzas folclóricas adaptadas en los adultos mayores del centro de vida san Sebastián de ternera

Sango Erazo	2012	Eficacia de la musicoterapia y danzaterapia, para superar la agresividad en niños de tres y cuatro años de edad
Sanint Montoya	2019	Propuesta de danza como apoyo para una mediación pedagógica que favorezca el desarrollo de las dimensiones corporal y socio-afectiva niños y niñas entre los 5 y 7 años
Saritama Saritama	2018	Aplicación de la danzaterapia para mejorar el estado de ánimo en adultos mayores con depresión leve de 65 a 80 años que asisten al Hogar Geriátrico Plenitud de la ciudad de Quito en el periodo Noviembre 2017- Abril 2018
Tarazona Barbetti	2020	La danzaterapia como recurso pedagógico para la inclusión educativa de personas con discapacidad
Trujillo Tamayo	2016	Danza Primal para el trastorno de estrés post-traumático (TEPT) por abuso sexual en mujeres adultas jóvenes en Ecuador
Vargas Anaya, Mazón Sánchez	2020	Impacto de la danza en el bienestar psicológico: Autorregulación autodeterminación y habilidades sociales
Zagaceta Sarmiento	2010	Danza educativa y desarrollo personal de estudiantes en escuelas secundarias de la Ciudad de México

Anexo 2. Ficha de análisis documental

FICHA DE ANÁLISIS DOCUMENTAL	
Nombre del documento	
Autor	
Referencia bibliográfica según norma APA	
Palabras clave de la búsqueda	

Palabras clave de texto	
Ubicación (dirección electrónica específica) y/o clasificación topográfica de la biblioteca donde se encuentra	
Descripción del aporte al tema seleccionado	.
Conceptos abordados	

Anexo 3. Ficha de análisis documental diligenciada

FICHA DE ANÁLISIS DOCUMENTAL	
Nombre del documento	Las terapias con recursos artísticos. Su utilidad en la atención primaria de salud.
Autor	Elina de la Llera Suárez y Wilfredo Guibert Reyes.
Referencia bibliográfica según norma APA	De la Llera, E. y Guibert, W. (2000). <i>Las terapias con recursos artísticos. Su utilidad en la atención primaria de salud</i> . 16 (3), 295 – 304. Recuperado de: http://scielo.sld.cu/pdf/mgi/v16n3/mgi13300.pdf
Palabras clave de la búsqueda	Salud mental y danzaterapia.
Palabras clave de texto	Terapia, salud, psicología.
Ubicación (dirección electrónica específica) y/o clasificación topográfica de la biblioteca donde se encuentra	http://scielo.sld.cu/pdf/mgi/v16n3/mgi13300.pdf
Descripción del aporte al tema seleccionado	fue evidenciar la utilidad de la práctica de las terapias con

	<p>recursos artísticos implementándolos en la atención primaria de salud (APS), se llevó a cabo con análisis descriptivos, de correlación y un diseño metodológico transversal. Los resultados obtenidos en este artículo fueron de gran importancia debido a que evidencia y resalta la importancia de la salud mental y el reconocimiento hacia quienes trabajan con el arte como una terapia, es importante recalcarlo, ya que este tipo de psicoterapias fueron fundamentales al momento de realizar la investigación.</p>
Conceptos abordados	<p>Validar la práctica de la danzaterapia resaltando la importancia de la misma en los campos de aplicación y la importancia de relacionarlos con la salud mental.</p>
FICHA DE ANÁLISIS DOCUMENTAL	
Nombre del documento	<p>Beneficios de la danza o el baile terapéutico para las personas de la tercera edad.</p>
Autor	<p>Carmen Grace Salazar Salas</p>
Referencia bibliográfica según norma APA	<p>Salazar, C. (2001). <i>Beneficios de la danza o el baile</i></p>

	<p><i>terapéutico para las personas de la tercera edad. 19 (2), 65 – 70.</i></p> <p>Recuperado de:</p> <p>https://revistas.ucr.ac.cr/index.php/educacion/article/download/20496/20721</p>
Palabras clave de la búsqueda	Beneficios de la danzaterapia en la salud mental.
Palabras clave de texto	Beneficios, danza, terapia, baile terapéutico.
Ubicación (dirección electrónica específica) y/o clasificación topográfica de la biblioteca donde se encuentra	https://revistas.ucr.ac.cr/index.php/educacion/article/download/20496/20721
Descripción del aporte al tema seleccionado	<p>Mencionar los beneficios físicos, psicológicos y sociales de la danza terapéutica en adultos mayores, se encontraron los siguientes resultados: lograron controlar, canalizar y evaluar sus problemas, angustias y emociones negativas mediante la danza, esto con movimientos sencillos los cuales fueron utilizados para generar una mejora en las personas, logrando así que los adultos mayores superen sus frustraciones.</p>
Conceptos abordados	Precisar la importancia de los diferentes beneficios y conceptos tanto físicos como psicológicos y sociales para tener una mejor

	relación entre los conceptos que se abordaron anteriormente, esto con el fin de poder despertar un poco más el interés en la comunidad científica.
--	--

FICHA DE ANÁLISIS DOCUMENTAL	
Nombre del documento	Música y salud: La danza calidad de vida
Autor	Manuela Buades Jiménez y África Rodríguez Blanco
Referencia bibliográfica según norma APA	Buades, M. y Rodríguez, A. (2005). <i>Música y calidad de vida</i> . Recuperado de: https://dialnet.unirioja.es/descarga/articulo/165476.pdf
Palabras clave de la búsqueda	Beneficios de danzaterapia y salud mental
Palabras clave de texto	
Ubicación (dirección electrónica específica) y/o clasificación topográfica de la biblioteca donde se encuentra	https://dialnet.unirioja.es/descarga/articulo/165476.pdf
Descripción del aporte al tema seleccionado	Estudiar y describir los beneficios que pueden de la danzaterapia los adultos, como resultado, se encontró que la danza logró una disminución del estrés el cual afectaba sus

	<p>labores diarias, por lo que un beneficio muy importante que cabe recalcar es que no solo mitiga el estrés sino también incrementa de manera positiva al mejoramiento de la salud mental como también en su calidad de vida.</p>
Conceptos abordados	<p>La importancia de trabajar la danzaterapia con las diferentes poblaciones, niños, adolescentes, adultos y adultos mayores, debido a que puede existir una incrementación en los niveles personales, físicos y psicológicos. Por otra parte, reduce los niveles de frustración y cualquier otro síntoma negativo que la persona pueda estar pasando.</p>

FICHA DE ANÁLISIS DOCUMENTAL	
Nombre del documento	Beneficios del arteterapia sobre la salud mental.
Autor	Mercedes Dumas y María Aranguren.
Referencia bibliográfica según norma APA	Dumas y Aranguren. (2013), <i>Beneficios del arteterapia sobre la salud mental</i> . 7 (2). 68– 77 Recuperado

	<p>de: https://www.aacademica.org/000-054/212.pdf?view</p>
Palabras clave de la búsqueda	Beneficios de la danza en la salud mental.
Palabras clave de texto	Arteterapia, Creatividad, Bienestar psicológico, Autoactualización
Ubicación (dirección electrónica específica) y/o clasificación topográfica de la biblioteca donde se encuentra	https://www.aacademica.org/000-054/212.pdf?view
Descripción del aporte al tema seleccionado	Revisar y recolectar información acerca de los beneficios de la danza en la salud mental. Tiene una metodología de investigación cualitativa y cuantitativa, con un tipo de estudio longitudinal descriptivo, obteniendo como resultados un incremento en la salud mental y psicológica los cuales favorecen su bienestar incrementando el crecimiento personal potencializando cuatro dimensiones: emocional, cognitivo, social y físico.
Conceptos abordados	Abordaje en cuanto a la relación de la danzaterapia con la salud mental haciendo un hincapié en las diferentes

	dimensiones que se mencionó en el documento. Existe una correlación entre las dimensiones debido a que se contribuyen las unas a las otras, dando una oportunidad al lector o investigador despertar un interés más pronunciado en cuanto a la danzaterapia y sus múltiples beneficios.
--	---

FICHA DE ANÁLISIS DOCUMENTAL	
Nombre del documento	Los aportes de la danza movimiento terapia en la mejora de la vida y salud mental de migrante
Autor	Susana García Medrano
Referencia bibliográfica según norma APA	García, S. (2019). <i>Los aportes de la danza movimiento terapia en la mejora de la vida y salud mental de migrantes</i> . 07 (19), 47 – 06. Recuperado de: http://revistainclusiones.org/pdf30/8%20VOL%206%20NUM%204ESPARAGONFESUNAM%202019OCTUBDICIEMB19INCL.pdf

Palabras clave de la búsqueda	Impacto del bienestar de la danza en la salud mental
Palabras clave de texto	Danza Movimiento Terapia, Salud mental, Migración, Perspectiva de género, Bienestar
Ubicación (dirección electrónica específica) y/o clasificación topográfica de la biblioteca donde se encuentra	http://revistainclusiones.org/pdf30/8%20VOL%206%20NUM%204ESPARA%20GONFESUNAM%202019OCTUBDICIEMB19INCL.pdf
Descripción del aporte al tema seleccionado	<p>Se obtuvieron resultados muy interesantes debido a que hay un incremento de manera casi inmediata cuando las personas inician la danzaterapia para poder liberarse de esas emociones negativas las cuales no han podido descargar. No solo mejoraron su proceso psicológico, sino también aumentó el proceso de integración personal y grupal, desarrollando así sus habilidades sociales.</p>
Conceptos abordados	Disminución de los niveles estresores que afectan la salud mental de los migrantes en los diferentes contextos y las exposiciones cotidianas a los que pueden estar expuestos,

	definiendo así que la danzaterapia puede ser un proceso de psicoterapia muy eficiente para esta población en general.
--	---

FICHA DE ANÁLISIS DOCUMENTAL	
Nombre del documento	Danza para la salud: la aplicación de un programa intergeneracional con alumnos del Grado en Ciencias de la Actividad Física y del Deporte,
Autor	Carmen Padilla Moledo, José Castro Piñero, Magdalena Cuenca García, Daniel Camiletti Mori3n, Roc3o Izquierdo-G3mez, Inmaculada C. 3lvarez-Gallardo
Referencia bibliogr3fica seg3n norma APA	Padilla, C., Castro, J., Cuenca, M., Camiletti, D., Izquierdo, R., Gallardo, I. Danza para la salud: la aplicaci3n de un programa integracional con alumnos del grado en ciencias de la actividad f3sica y deporte. Recuperado de: https://indoc.uca.es/articulos/sol-201800111880-tra.pdf
Palabras clave de la b3squeda	Salud mental en la danzaterapia.
Palabras clave de texto	Danza, salud mental.

<p>Ubicación (dirección electrónica específica) y/o clasificación topográfica de la biblioteca donde se encuentra</p>	<p>https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=345732290038</p>
<p>Descripción del aporte al tema seleccionado</p>	<p>Las actividades que fueron desarrolladas, esta tesis se desarrolló bajo una metodología cualitativa, descriptiva y longitudinal donde se arrojaron los siguientes resultados: incremento al momento de organizar las actividades diarias que se proponga cada persona, mejoramiento de las capacidades de relación de equipo e interpersonales. Por otro lado la salud mental es indispensable ya que existe un mejor rendimiento académico en los estudiantes, incrementa su actividad física, una sana convivencia dentro y fuera del aula de clases, mayor rendimiento físico y liberación de emociones negativas.</p>
<p>Conceptos abordados</p>	<p>Incremento positivo en cuanto a los diferentes contextos mejorando así las capacidades que puede llegar a potencializar las actividades físicas, sociales y personales, disminuyendo las emociones y sentimientos negativos.</p>

FICHA DE ANÁLISIS DOCUMENTAL	
Nombre del documento	Impacto de la danza en el bienestar psicológico: Autorregulación autodeterminación y habilidades sociales
Autor	Alison Itzel Vargas Anaya, Juan Carlos Mazón Sánchez
Referencia bibliográfica según norma APA	Vargas, A. y Mazón, J. (2020). <i>Impacto de la danza en el bienestar psicológico: Autorregulación autodeterminación y habilidades sociales.</i> 46 (7), 6 – 8. Recuperado de: http://www.alternativas.me/attachments/articulo/249/Impacto%20de%20la%20danza%20en%20el%20bienestar%20psicol%C3%B3gico.pdf
Palabras clave de la búsqueda	Impacto de la danzaterapia en salud mental.
Palabras clave de texto	Danza, Índice de Autodeterminación, Autodeterminación, Habilidades sociales.

<p>Ubicación (dirección electrónica específica) y/o clasificación topográfica de la biblioteca donde se encuentra</p>	<p>http://www.alternativas.me/attachments/article/249/Impacto%20de%20la%20danza%20en%20el%20bienestar%20psicol%C3%B3gico.pdf</p>
<p>Descripción del aporte al tema seleccionado</p>	<p>Análisis descriptivos con los siguientes datos: regulación intrínseca, regulación identificada, autonomía, autorregulación, empoderamiento y auto-reconocimiento, donde todos y cada uno de los conceptos mencionados anteriormente, estuvieron ligados a la danza, el incremento y la mejora se fueron realizando a través de la práctica de la misma.</p>
<p>Conceptos abordados</p>	<p>La danza puede llegar a mejorar el auto-reconocimiento personal e interpersonal incrementando de una manera significativa los procesos a los que está expuesta la persona en su día a día, la práctica de la danza puede ser utilizada para la potencialización de sus capacidades.</p>

Nombre del documento	Foro sobre salud mental 2011, conclusiones y pasos futuros.
Autor	Javier Contreras-Rojas y Henriette Raventós
Referencia bibliográfica según norma APA	Contreras, J. y Raventós, H. <i>Foro sobre salud mental 2011, conclusiones y pasos futuros. 001 (4), 16 – 04. Recuperado de:</i> https://www.scielo.sa.cr/pdf/amc/v55n3/art06v55n3.pdf
Palabras clave de la búsqueda	Salud mental y danza.
Palabras clave de texto	Salud mental, danzaterapia, yogaterapia.
Ubicación (dirección electrónica específica) y/o clasificación topográfica de la biblioteca donde se encuentra	https://www.scielo.sa.cr/pdf/amc/v55n3/art06v55n3.pdf
Descripción del aporte al tema seleccionado	Se evidenció la falta de indicadores que demuestren la poca información de medición que se tiene al respecto a través del impacto de las nuevas acciones de prevención y promoción ante la salud mental, mencionando también que junto con la nueva implementación de la danzaterapia, nace una nueva terapia que puede ser igual o más

	efectiva se la denominó yogaterapia.
Conceptos abordados	Exponer las diferentes perspectivas a las que puede estar ligada la danzaterapia, abordando un concepto más amplio para las diferentes posturas que pueden llegar a desligarse de dicho concepto.

FICHA DE ANÁLISIS DOCUMENTAL	
Nombre del documento	OPTIMIZACIÓN EN PROCESOS COGNITIVOS Y SU REPERCUSIÓN EN EL APRENDIZAJE DE LA DANZA
Autor	M ^a ISABEL MEGÍAS CUENCA
Referencia bibliográfica según norma APA	
Palabras clave de la búsqueda	Danza y salud mental
Palabras clave de texto	N/A
Ubicación (dirección electrónica específica) y/o clasificación topográfica de la biblioteca donde se encuentra	https://www.tdx.cat/bitstream/handle/10803/31869/Megias.pdf;sequence=1
Descripción del aporte al tema seleccionado	Contribuir a desarrollar en los alumnos las capacidades generales y los valores cívicos propios del sistema educativo y, además, las capacidades para habituarse a observar la danza asistiendo a manifestaciones

	<p>escénicas con ella relacionadas y establecer un concepto estético que les permita fundamentar y desarrollar los propios criterios interpretativos, desarrollar la sensibilidad artística y el criterio estético como fuente de formación y enriquecimiento personal, a analizar y valorar la calidad de la danza, la optimización en procesos cognitivos y su repercusión en el aprendizaje de la danza, conocer los valores de la danza y optar por los aspectos emanados de ella que sean más idóneos para el desarrollo personal, permitir vivir la experiencia de transmitir la danza, obteniendo como resultados el autoestima se han encontrado diferencias estadísticamente significativas.</p>
<p>Conceptos abordados</p>	<p>Gracias a la danza, se pueden identificar el incremento de los factores personales y sociales como son el autoestima, las relaciones interpersonales, su motricidad, los aspectos sociales y su calidad de vida.</p>

Nombre del documento	“INFLUENCIA DEL BAILE RECREATIVO EN EL ESTADO DE ÁNIMO Y AUTOESTIMA DE PERSONAS ADULTAS
Autor	María Gabriela Bernardes Soljancic
Referencia bibliográfica según norma APA	
Palabras clave de la búsqueda	beneficios de la danzaterapia y salud mental
Palabras clave de texto	Baile recreativo, Estado de ánimo, Autoestima, Sedentarismo.
Ubicación (dirección electrónica específica) y/o clasificación topográfica de la biblioteca donde se encuentra	http://pepsic.bvsalud.org/pdf/eureka/v8n2/a09.pdf
Descripción del aporte al tema seleccionado	Determinar si hay diferencias en el Estado de Ánimo y la Autoestima de personas adultas que practican baile recreativo en comparación a las que no lo hacen. Para el cumplimiento del propósito se utilizó un diseño de comparación de tres grupos independientes, utilizándose el Inventario de Depresión de Beck y la Escala de Autoestima de Rosenberg, se eligieron también otras variables como los múltiples ejercicios físicos, los cuales pueden ser utilizados

	<p>como una alternativa el cual tiene un componente adicional favorecedor en los aspectos de la salud, se encuentra la danza o el baile, que además de aportar los beneficios mencionados anteriormente, posee otros que contribuyen al bienestar de las personas, aporta flexibilidad, movilización, fortalecimiento, coordinación, intuición, expresividad, estética y estilo lúdico.</p>
<p>Conceptos abordados</p>	<p>Un concepto importante a mencionar es que hubo mejor recibimiento por parte de las personas denominadas como “sedentarias” debido a que ellas, no estaban acostumbradas a hacer ningún tipo de ejercicio físico. La autoestima fue incrementando a medida que se les fue implementando la danza y el ejercicio como hábito para mejorar su estilo de vida, la depresión redujo su puntuación, pues a través de la danza eliminaron poco a poco todos esos sentimientos que los participantes denominaron como “negativas”.</p>

FICHA DE ANÁLISIS DOCUMENTAL	
Nombre del documento	RELACIÓN ENTRE LA PRÁCTICA DE LA DANZA FOLKLÓRICA Y LA MOTIVACIÓN SOCIAL CON EL BIENESTAR PSICOLÓGICO EN UN GRUPO DE JÓVENES DE DOS UNIVERSIDADES PRIVADAS DE LIMA
Autor	KENIA TIFFANY BARZOLA CISNEROS
Referencia bibliográfica según norma APA	Barzola, K. (2019). <i>Relación entre la práctica de la danza folklórica y la motivación social con el bienestar psicológico en un grupo de jóvenes de dos universidades privadas de Lima</i> (tesis de pregrado). Universidad Peruana Cayetano Heredia, Lima Perú. https://repositorio.upch.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12866/6577/Relacion_BarzolaCisneros_Kenia.pdf?seq

	uence=1&isAllowed=y
Palabras clave de la búsqueda	Corporalidad y salud mental
Palabras clave de texto	Danza, Bienestar psicológico, Motivación social
Ubicación (dirección electrónica específica) y/o clasificación topográfica de la biblioteca donde se encuentra	https://repositorio.upch.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12866/6577/Relacion_BarzolaCisneros_Kenia.pdf?sequence=1&isAllowed=y
Descripción del aporte al tema seleccionado	Esta investigación tuvo como objetivo conocer la relación entre la práctica de la danza folklórica y la motivación social con el bienestar psicológico en un grupo de jóvenes de una universidad de Lima, los cuales se encuentran entre el rango de edad de 19 a 24 años. Se tomó en consideración su pertenencia o no pertenencia al elenco de danza de dicha universidad. Los resultados arrojados por esta investigación fueron los niveles de intensidad moderada entre la práctica de la danza folklórica y la motivación social con el bienestar psicológico.
Conceptos abordados	En base a lo anterior, se puede evidenciar que la danzaterapia no solo puede

	<p>ayudar a mejorar la salud física, sino también la salud mental y psicológica, incrementando así la motivación de quienes la practican. Esto se puede corroborar en los resultados obtenidos en la investigación que se está describiendo con anterioridad, donde menciona que el bienestar psicológico de quienes pertenecen al grupo de danzas de la universidad, mejoró su calidad de vida.</p>
--	--

FICHA DE ANÁLISIS DOCUMENTAL	
Nombre del documento	La danza, el movimiento y la salud
Autor	Juan-Diego Abello ^{1,a} , Nicolás Manzano ^{1,a} , Lina Becerra ^{2,a}
Referencia bibliográfica según norma APA	<p>Abello, J., Manzano, N. y Becerra, L. (2018). La danza, el movimiento y la salud. <i>Salutem Scientia Spiritus</i>. 4(1), 65 – 67. Recuperado de:</p> <p>https://revistas.javeriana.edu.co/index.php/salutemscientiaspirit</p>

	us/article/download/1950/pdf/
Palabras clave de la búsqueda	Movimiento y salud mental
Palabras clave de texto	Movimiento, psicomotricidad, terapia, danza, discapacidad, emociones, rehabilitación, cuerpo, mente, autismo, lesión, estímulo, aprendizaje, atención.
Ubicación (dirección electrónica específica) y/o clasificación topográfica de la biblioteca donde se encuentra	https://revistas.javerianacali.edu.co/index.php/salutemscientiaspiritus/article/download/1950/pdf/
Descripción del aporte al tema seleccionado	La danza puede ser usada como una herramienta terapéutica, debido a que trabaja con las múltiples conexiones entre el cuerpo y la mente, las cuales pueden ser utilizadas de manera positiva para producir un movimiento específico, este a su vez puede ser entrenado para ser perfeccionado, lo que al mismo tiempo puede servir como terapia para patologías como el autismo, los problemas de atención, lesiones cerebrales y discapacidades motrices, es aquí donde se puede permitir principalmente al paciente experimentar nuevas sensaciones, expresar emociones

	<p>replegadas, trabajar en la perfección y/o recuperación del movimiento, mejorar la memoria, en la medida que fortalece habilidades motoras, además de la parte psicológica; demostrando que la Danza Movimiento Terapia (DMT) puede llegar a obtener excelentes resultados, presentándose como alternativa a las terapias convencionales.</p>
<p>Conceptos abordados</p>	<p>Así mismo, esta puede ser utilizada como una alternativa y /o herramienta en donde en este estudio como en muchos otros, se ha demostrado que la danzaterapia suele ser muy eficiente al momento de ejecutarla en pacientes que pueden presentar diferentes diagnósticos psicológicos y patologías como lo son las discapacidades mentales o como también los múltiples trastornos motrices que puedan padecer las personas. Gracias a la danzaterapia se estimula en el área que sea necesario para poder mitigar o contrarrestar lo que el paciente esté presentando.</p>

	<p>Debido a que la danza puede mejorar no solo el estado de ánimo de las personas en este estudio se demuestra que la danza como método terapéutico fortalece en todos los aspectos personales, psicológicos y físicos de las personas, así como también la liberación de emociones que pueden estar retenidas por alguna situación específica.</p>
--	---

FICHA DE ANÁLISIS DOCUMENTAL	
Nombre del documento	Aplicación de la danzaterapia para mejorar el estado de ánimo en adultos mayores con depresión leve de 65 a 80 años que asisten al Hogar Geriátrico Plenitud de la ciudad de Quito en el periodo Noviembre 2017- Abril 2018
Autor	Johanna Estefanía Saritama Saritama
Referencia bibliográfica según norma APA	
Palabras clave de la búsqueda	Salud mental y danzaterapia
Palabras clave de texto	Depresión/ Danzaterapia/ Estado De Ánimo/Adultos Mayores/ Medio Terapéutico

<p>Ubicación (dirección electrónica específica) y/o clasificación topográfica de la biblioteca donde se encuentra</p>	<p>http://www.dspace.uce.edu.ec/bitstream/25000/15518/1/T-UCE-0020-CDI-010.pdf</p>
<p>Descripción del aporte al tema seleccionado</p>	<p>Conocer el efecto de la danzaterapia como alternativa de solución frente a la depresión de los adultos mayores del Hogar Geriátrico Plenitud, así como también aplicar la danzaterapia como medio terapéutico para disminuir la depresión logrando llegar a un grado normal es decir ausencia de depresión en los adultos mayores, así como también evidenciar los beneficios que se logró alcanzar con la aplicación de la danzaterapia en los adultos mayores.</p>
<p>Conceptos abordados</p>	<p>Un aporte importante que cabe recalcar en esta investigación es que los autores al trabajar con adultos mayores la danzaterapia obtuvieron como resultados el incremento en los beneficios físicos, psicológicos y sociales los cuales estaban encaminados a mejorar de una manera significativa la salud emocional y psicológica de los adultos. Obteniendo como</p>

	<p>resultados se incrementó los procesos emocionales y psicológicos ya mencionados anteriormente, en la investigación participaron adultos mayores los cuales tuvieron alguna discapacidad psicológica leve, donde se encontró que la danzaterapia benefició de manera positiva estos factores psicológicos.</p>
--	--

FICHA DE ANÁLISIS DOCUMENTAL	
Nombre del documento	Danzaterapia como intervención en problemas de aprendizaje en discapacidad intelectual leve-moderada.
Autor	Belén Maldonado Jiménez
Referencia bibliográfica según norma APA	
Palabras clave de la búsqueda	Aplicaciones de la danzaterapia y salud mental
Palabras clave de texto	N/A
Ubicación (dirección electrónica específica) y/o clasificación topográfica de la biblioteca donde se encuentra	http://riberdis.cedd.net/bitstream/handle/11181/5499/Danzaterapia_intervenci%C3%B3n_problemas_aprendizaje_DI_leve-moderada.pdf?sequence=1
Descripción del aporte al tema seleccionado	Comprobar los efectos de un programa de Danzaterapia en variables cognitivas y en equilibrio dinámico en un grupo

	<p>de usuarios con discapacidad intelectual leve/ moderada.</p> <p>En esta tesis se encontraron resultados muy interesantes como por ejemplo: mejoras significativas tras la intervención, estas mejorías pueden estar relacionadas con el entrenamiento de la técnica específica de la Danza.</p>
Conceptos abordados	<p>Es importante recalcar que las personas en condición de discapacidad y aquellas que se encuentran diagnosticados con Alzheimer presentaron mejorar significativas con la danza como método terapéutico, aquí no solo se fomentó ayuda en las múltiples patologías sino también a quienes se vieron afectados de manera implícita, potencializando así sus habilidades motoras, físicas y motoras, pues es aquí donde se demuestra que los componentes cognitivos aumentaron en especial el equilibrio y un mejor manejo de las emociones y percepciones que tenían las personas dependiendo de su discapacidad.</p>

FICHA DE ANÁLISIS DOCUMENTAL	
Nombre del documento	Las destrezas mentales como atributos protectores frente al riesgo de los trastornos alimentarios en bailarines
Autor	Estanol E, Sheperd C, MacDonald T
Referencia bibliográfica según norma APA	
Palabras clave de la búsqueda	Movimiento y salud mental
Palabras clave de texto	N/A
Ubicación (dirección electrónica específica) y/o clasificación topográfica de la biblioteca donde se encuentra	http://www.scielo.org.mx/pdf/sm/v36n3/v36n3a12.pdf
Descripción del aporte al tema seleccionado	Indagar a cerca de los diferentes riesgos que puede llegar a implicar el ambiente dancístico, sobre todo a quienes ejercen la danza, debido a que se pueden llegar a desarrollar trastornos de la conducta alimentaria, aquí los autores pretenden concientizar y realizar investigaciones en grupos de riesgo para apoyar y brindar a través de su conocimiento las herramientas necesarias para mejorar la salud no sólo física sino también emocional y mental de los bailarines. También se ven implicadas algunas otras

	<p>variables que nacen a través de este comportamiento conductual, como es la depresión y la ansiedad, así como también algunas habilidades de afrontamiento específicamente en el grupo seleccionado por los autores.</p>
<p>Conceptos abordados</p>	<p>Los autores, al evaluar los trastornos alimenticios en las bailarinas, hacen la concientización a que todas las personas se cuiden en todos los aspectos en general, debido a que si estamos fallando en no, se iniciarán a desligar varios altercados, entre ellos, la ansiedad, la depresión, el estrés, el estado anímico disminuirá y todo el sentido de pertenencia y de vida, se verá afectado debido a que todas esas emociones negativas que se presentan, irán somatizando en enfermedades crónicas tanto físicas como psicológicas. Gracias a la danzaterapia se logró nivelar todos los desórdenes que las bailarinas presentaron al iniciar con la investigación. Aquí se refuta la hipótesis que los</p>

	autores plantearon al inicio de la investigación.
--	---

FICHA DE ANÁLISIS DOCUMENTAL	
Nombre del documento	BENEFICIOS FÍSICOS Y PSICOSOCIALES DE LAS DANZAS FOLCLÓRICAS ADAPTADAS EN LOS ADULTOS MAYORES DEL CENTRO DE VIDA SAN SEBASTIÁN DE TERNERA
Autor	Mileidys G. Salcedo Arias Karla Flórez Señá Yaniris Aragón Mosquera
Referencia bibliográfica según norma APA	
Palabras clave de la búsqueda	Efectos de la danzaterapia
Palabras clave de texto	Adulto mayor, beneficios físicos, beneficios psicosociales y danzas folclóricas adaptadas.
Ubicación (dirección electrónica específica) y/o clasificación topográfica de la biblioteca donde se encuentra	http://bibliotecadigital.usbcali.edu.co/bitstream/10819/6594/1/Beneficios%20f%C3%ADsicos%20y%20psicosociales_Mileidys%20Salcedo%20A_2018.pdf
Descripción del aporte al tema seleccionado	Este trabajo de grado tuvo como objetivo analizar los beneficios físicos y psicosociales de las danzas folclóricas adaptadas en los adultos mayores del Centro de vida San Sebastián de Ternera.

	<p>A través de la implementación de los ejercicios dancísticos, los cuales fueron propuestos para analizar el comportamiento de los adultos mayores y sus reacciones tanto físicas como psicológicas, se pudo observar una leve mejora a nivel físico en la población, mejoras en el desempeño de cada una de las tareas y movilidad un poco más armónica; respecto a nivel psicosocial se concluyó, por medio de las entrevistas y grupo focal, que la práctica de la danza adaptada les hizo sentir felices, alegres, con mucha energía, recordaban su juventud y compartían con sus compañeros del centro de vida. Se obtuvo como resultado, que la danza sirvió de apoyo para evaluar aspectos físicos, emocionales y sociales que mostraron los participantes durante este proceso.</p>
<p>Conceptos abordados</p>	<p>En cuanto a esta investigación se puede analizar y observar, primero que la edad no es sinónimo de minusvalía, debido a que la mayoría de los</p>

	<p>participantes varió entre los 60 y 79 años de edad. De la misma manera, las personas demostraron tener habilidades dancísticas muy buenas, expresando así que lograron desechar esas emociones negativas y reprimidas que tuvieron por un periodo de tiempo determinado, mejorando así su comunicación con su círculo social, también encontrándole un nuevo sentido a su vida. En cuanto a lo psicológico, la depresión, la ansiedad, la frustración, la desesperanza, disminuyeron casi por completo gracias al programa de la danza en los adultos mayores.</p>
--	---

FICHA DE ANÁLISIS DOCUMENTAL	
Nombre del documento	Esquizofrenia y danza-expresión corporal: una propuesta de abordaje en salud mental
Autor	Josefina Fernández Lorenzo
Referencia bibliográfica según norma APA	Fernández, J. (2020). <i>Esquizofrenia y danza-expresión corporal: una</i>

	<p><i>propuesta de abordaje en salud mental.</i></p> <p>(Tesis de pregrado).</p> <p>Universidad de Uruguay.</p> <p>https://sifp.psico.edu.uy/sites/default/files/Trabajos%20finales/%20Archivos/tfg_josefina_fernandez.pdf</p>
Palabras clave de la búsqueda	Beneficios de la danzaterapia y salud mental
Palabras clave de texto	N/A
Ubicación (dirección electrónica específica) y/o clasificación topográfica de la biblioteca donde se encuentra	https://sifp.psico.edu.uy/sites/default/files/Trabajos%20finales/%20Archivos/tfg_josefina_fernandez.pdf
Descripción del aporte al tema seleccionado	<p>Se llevó a cabo una intervención para el abordaje de la salud mental dirigido a personas con diagnóstico de esquizofrenia, pertenecientes a un centro de rehabilitación psicosocial de Montevideo, destacando las múltiples fortalezas que cada persona tiene, haciendo un hincapié en los diferentes aspectos saludables de los participantes, los cuales pueden proporcionar y desarrollar herramientas que</p>

	<p>cada uno pueda usar el cuerpo como medio de expresión y comunicación, como también posibilitar las diversas transformaciones dependiendo del entorno en el que se movilizan día a día.</p>
<p>Conceptos abordados</p>	<p>Gracias a la investigación realizada, se puede observar y analizar que evidentemente existió mejoras en indicadores de la salud mental como: estados de ánimo, autoestima, emociones negativas, bienestar, salud autopercebida, confianza en sí mismo, autoimagen corporal, relaciones sociales y un alto incremento en su calidad de vida. Esto dejando a un lado el tipo de esquizofrenia que los participantes padecían, demostrando que la danza puede llegar a ser una herramienta muy eficaz para contrarrestar trastornos, alteraciones y demás padecimientos psicológicos, mejorando e incrementado la salud psicológica y emocional de las personas.</p>

Nombre del documento	BENEFICIOS PSICOLÓGICOS Y EMOCIONALES DE LA DANZA APLICADOS A LA SALUD MENTAL.
Autor	ANA DANIELA HERRERÍA TERÁN
Referencia bibliográfica según norma APA	
Palabras clave de la búsqueda	Beneficios de la danzaterapia y salud mental
Palabras clave de texto	Beneficios de danza, salud mental, practicantes, grupos focales, estrés y ansiedad
Ubicación (dirección electrónica específica) y/o clasificación topográfica de la biblioteca donde se encuentra	https://repositorio.uisek.edu.ec/bitstream/123456789/4248/1/Ana%20Daniela%20Herrer%c3%ada%20Ter%c3%a1n.pdf
Descripción del aporte al tema seleccionado	Describir los beneficios psicológicos y emocionales de la danza aplicados a la salud mental. Demostrando que gracias a la danza no sólo se mejora en el aspecto físico, ya que se le está proporcionando el cuidado necesario al cuerpo, sino también está siendo utilizada como un factor protector para quienes quieren reducir esos aspectos negativos en sus vidas, aquellos que practican la danza, como en este caso, dan fe de que

	<p>realmente se la puede utilizar para tener un equilibrio emocional y psicológico para tener una mejor calidad de vida y empezar a sentirse mejor consigo mismos, mejorando así no solo las relaciones inter sino también las intrapersonales.</p>
Conceptos abordados	<p>La emocionalidad de las personas que participaron en esta investigación mejoró de manera positiva, debido a que todo lo que está relacionado con las emociones, sentimientos y demás aspectos psicológicos incrementaron manteniendo así un equilibrio emocional para que las personas pudieran experimentar una mejor calidad de vida y a su vez, iniciaran una transición consigo mismos para que se sintieran mejor a través de la danza.</p>

FICHA DE ANÁLISIS DOCUMENTAL	
Nombre del documento	Algunos aspectos psicológicos en los profesionales de la danza
Autor	Montse Sanahuja Maymó
Referencia bibliográfica según norma APA	

Palabras clave de la búsqueda	Impactos de la danzaterapia en la salud mental
Palabras clave de texto	N/A
Ubicación (dirección electrónica específica) y/o clasificación topográfica de la biblioteca donde se encuentra	https://www.raco.cat/index.php/EstudisEscenics/article/download/253361/340127
Descripción del aporte al tema seleccionado	<p>Se recolectó información acerca de los factores que, según los participantes, habían influido a lesionarse, sumado a esto se tuvo en cuenta sus percepciones y efectos de las lesiones. Además, también se les indagó sobre la sintomatología o las dificultades que habían experimentado durante los seis meses anteriores y sobre la atención psicológica en el mundo de la danza. Teniendo en cuenta el desarrollo personas y profesional de los bailarines, los cuales se caracterizaron por los constantes retos implican el desajuste en diferentes aspectos a los que se deben enfrentar en su cotidianidad. Se tuvieron en cuenta también las recompensas que puede traer o brindar la danza. Lo resultados que arrojó este artículo en base a lo que la autora indagó y el análisis que</p>

	<p>realizó señalan que los bailarines dentro del grupo de intervención mostraron medidas subjetivas de mejoría en el rendimiento, así como también lo indicaron las evaluaciones de los profesores. En cambio, aquellos estudiantes que se hallaban en un grupo de control sin intervención psicológica no mostraron cambios significativos. Además de mejorar su eficacia y rendimiento antes de que presentaran las lesiones, se evidenció y demostró que a través de la danza las personas pueden potencializar sus habilidades psicológicas y emocionales, demostrando que aunque a veces hayan caídas que afecten la emocionalidad de las personas, siempre podrán iniciar de nuevo con experiencias únicas las cuales fueron incrementando gracias a la disciplina de la danza como método y mecanismo para mejorar su salud física y emocional.</p>
<p>Conceptos abordados</p>	<p>Los resultados que se encontraron al haber hecho la</p>

	<p>comparación que se realizó en este estudio, fue muy interesante debido a que se observa que la información que existe en el mismo es clara y concisa. Lo que a su vez es importante recalcar ya que demuestra que las personas que realizan este tipo de ejercicios ayudan no solo a la vida cotidiana sino también a mejorar de manera considerable en el aula de clases, fomentando los aspectos psicológicos para el aprendizaje y un buen desarrollo educativo, corporal y físico.</p>
--	---

FICHA DE ANÁLISIS DOCUMENTAL	
Nombre del documento	<p>EFFECTO DE LA DANZATERAPIA EN EL NIVEL DE AUTOEFICACIA EMOCIONAL DE CINCO ADOLESCENTES CON TRASTORNO DEPRESIVO; EN PROGRAMA RESIDENCIAL: APORTES PARA UNA INTERVENCION PSICOTERAPEUTICA ALTERNATIVA</p>
Autor	<p>Francheska Esther Ramos Ortiz</p>

Referencia bibliográfica según norma APA	
Palabras clave de la búsqueda	Psicoterapia del movimiento
Palabras clave de texto	N/A
Ubicación (dirección electrónica específica) y/o clasificación topográfica de la biblioteca donde se encuentra	https://www.proquest.com/openview/8605fab8b045bf66a2ddf5866ac2a4c/1?pq-origsite=gscholar&cbl=18750
Descripción del aporte al tema seleccionado	<p>Esta investigación tuvo como objetivo examinar los efectos de la danzaterapia en los niveles de autoeficacia emocional en un grupo de cinco adolescentes entre las edades de 13 a 17 años diagnosticados con el trastorno depresivo o que presentan indicadores asociados a dicho trastorno. Arrojando resultados como: cuatro de cinco sujetos aumentaron su nivel de eficacia emocional. En el sujeto que se detecta disminución se observó un descenso de un punto.</p> <p>Respecto a los niveles de sintomatología depresiva se revela que cuatro de cinco sujetos mostraron disminución de síntomas depresivos. Los resultados cualitativos muestran que el tratamiento de danza terapia genera al participante la reducción de emociones</p>

	negativas, reducción de estrés, incremento en autoconfianza y espontaneidad.
Conceptos abordados	<p>Los resultados obtenidos a través de esta investigación fueron muy interesantes, ya que demuestra que la danzaterapia sí puede ser eficaz para estimular todos los aspectos psicológicos que las personas pueden tener. Así como también la disminución de múltiples aspectos negativo que la persona pueda estar presentando. La confianza, la calidad de vida, la espontaneidad, el bienestar emocional y psicológico aumenta e incrementa mejorando los aspectos mencionados anteriormente.</p>

FICHA DE ANÁLISIS DOCUMENTAL	
Nombre del documento	LA DANZATERAPIA COMO RECURSO PEDAGÓGICO PARA LA INCLUSIÓN EDUCATIVA DE PERSONAS CON DISCAPACIDAD
Autor	Stephany Johana Tarazona Barbetti
Referencia bibliográfica según norma APA	

Palabras clave de la búsqueda	Limitantes y movimiento corporal
Palabras clave de texto	Inclusión, Discapacidad, Educación Artística, Danzaterapia, Pedagogía Holística, Método María Fux
Ubicación (dirección electrónica específica) y/o clasificación topográfica de la biblioteca donde se encuentra	https://repository.unicatolica.edu.co/bitstream/handle/20.500.12237/1923/_DANZATERAPIA_COMO_RECURSO_PEDAG% c3%93GICO_PARA_INCLUSI %c3%93N_EDUCATIVA_PER SONAS_DISCAPACIDAD.pdf? sequence=1&isAllowed=y
Descripción del aporte al tema seleccionado	Analizar los aportes de la danzaterapia como un recurso pedagógico para la inclusión educativa de personas con discapacidad, así como también tratar de identificar qué es discapacidad; reconocer las experiencias en torno a la danzaterapia en los contextos de inclusión educativa de personas con discapacidad; conocer de qué manera la legislación Colombiana reglamenta la inclusión educativa para las personas con discapacidad y finalmente relacionar la danzaterapia en el contexto de

	<p>educación artística como recurso pedagógico para la inclusión educativa.</p> <p>En cuanto a la danza como método pedagógico para las personas con discapacidad se pudo concluir que la encuesta que se utilizó arrojó resultados variados frente a los procesos de inclusión y la implementación de la educación artística. Algunos de estos factores pueden ser debido a la libertad que tienen las instituciones respecto a la implementación de su PEI.</p>
<p>Conceptos abordados</p>	<p>En cuanto al pensamiento errado de que las personas en condición de discapacidad no pueden participar en talleres de danzaterapia, nos damos cuenta de que con un buen plan estudiantil y con la ayuda adecuada de expertos en el área, las personas podrán beneficiarse de los múltiples aspectos positivos que la danza genera como herramienta terapéutica, demostrando que no existen limitantes para mejorar el sentido y calidad de vida de las</p>

	personas que padezcan de una condición de discapacidad.
--	---

FICHA DE ANÁLISIS DOCUMENTAL	
Nombre del documento	DANZA TERAPIA PARA NIÑOS CON CÁNCER ENTRE 5 Y 8 AÑOS
Autor	MARTHA PAOLA CANALES GONZÁLEZ
Referencia bibliográfica según norma APA	
Palabras clave de la búsqueda	Aplicaciones de la danzaterapia y salud mental
Palabras clave de texto	Educación Dancística, Enseñanza de la danza, Especialidad en clásico, Escuela de danza.
Ubicación (dirección electrónica específica) y/o clasificación topográfica de la biblioteca donde se encuentra	http://inbadigital.bellasartes.gob.mx:8080/jspui/bitstream/11271/295/1/343dantnadtnc01.pdf
Descripción del aporte al tema seleccionado	Utilizar la danza como método terapéutico frente a poblaciones con algún tipo de discapacidad ya sea psíquica o física, utilizando los diferentes efectos terapéuticos de la danza y del movimiento. Las investigaciones se realizaron con el fin de comprender mucho mejor cuál es el papel que desempeña la danza frente a los niños que padecen cáncer y a su

	<p>vez identificar qué factores se pueden potencializar en los mismos, se realizó un cuadro comparativo el cual establece similitudes y diferencias entre la Danza Movimiento Terapia y Danzaterapia.</p>
<p>Conceptos abordados</p>	<p>Esta investigación se entrelaza de una u otra manera con la que se planteó anteriormente, debido a que ambas estudiaron los efectos de la danzaterapia en población en condición de discapacidad y también con niños que presentan una enfermedad física crónica, lo que conllevó a demostrar que la danza como método terapéutico es muy efectivo para suplir algunas necesidades que la persona determine, así como también su salud física y psicológica, ya que los niños al padecer una enfermedad como es el cáncer, pueden llegar a tener un concepto diferente frente a la vida y obtener reacciones insanas frente a todo lo que ellos puedan estar percibiendo.</p>

Nombre del documento	Arte-terapia: Un estudio de caso sobre violencia intrafamiliar superado mediante la práctica artística
Autor	Mónica de los Ángeles Jerez Luna
Referencia bibliográfica según norma APA	Jeréz, M. (2017) <i>Arte-terapia: Un estudio de caso sobre violencia intrafamiliar superado mediante la práctica artística</i> . (Tesis de pregrado). Universidad Central Del Ecuador. http://www.dspace.uce.edu.ec/bitstream/25000/10458/1/T-UCE-0002-101.pdf
Palabras clave de la búsqueda	Danzaterapia y conceptualizaciones
Palabras clave de texto	Arteterapia / Violencia Intrafamiliar / Pintura / Escultura/ Catarsis/
Ubicación (dirección electrónica específica) y/o clasificación topográfica de la biblioteca donde se encuentra	http://www.dspace.uce.edu.ec/bitstream/25000/10458/1/T-UCE-0002-101.pdf
Descripción del aporte al tema seleccionado	Comprender cómo funcionan paralelamente una obra de arte, conceptual y formalmente sólida, y el arte-terapia (danzaterapia),

	<p>que a la vez actúa como mecanismo psicológico de sanación en personas que han sido víctimas de violencia intrafamiliar y cómo mediante la práctica del arte, más específicamente la danza, han logrado superar esos episodios traumáticos en sus vidas. El objetivo de este trabajo es comprender cómo funcionan paralelamente una obra de arte, conceptual y formalmente sólida, y el arte-terapia, que a la vez actúa como mecanismo psicológico de sanación. Seguido de estos fundamentos de Arte-terapia revisó el tema de la violencia de género y la violencia intrafamiliar. Por otro lado también se repasó algunos artistas que utilizan el arte como proceso catártico, artistas vinculadas con la violencia, así como personajes pertinentes para entender y ejemplificar hechos parecidos de violencia a los que la autora ha vivido.</p>
<p>Conceptos abordados</p>	<p>Debido a las historias de las personas que han sido víctimas de maltrato intrafamiliar,</p>

	<p>inicialmente se puede observar y analizar las reacciones positivas y la acogida que tiene la danzaterapia frente a los cambios positivos que tienen los participantes. También es posible encontrar e identificar que la confianza en las víctimas aumentó de una manera significativa, ya que por la situación que cada una ha pasado, han ido deteriorando su autoestima y su eficacia como personas. Frente a esto nos damos cuenta que la danza puede ayudar a sanar y cicatrizar heridas del pasado independientemente de su origen. Pues se encontró que la vida de las personas mejoró gracias a la danzaterapia.</p>
--	---

FICHA DE ANÁLISIS DOCUMENTAL	
Nombre del documento	Influencia de la danza-movimiento terapia sobre la percepción de la fatiga y el desempeño ocupacional en adultos mayores de 65 a 80 años
Autor	Maza Estrada Luis Alberto
Referencia bibliográfica según norma APA	

Palabras clave de la búsqueda	Impactos de la danzaterapia en la salud mental
Palabras clave de texto	Adulto Mayor- Danza- Movimiento Terapia - Desempeño Ocupacional – Fatiga
Ubicación (dirección electrónica específica) y/o clasificación topográfica de la biblioteca donde se encuentra	http://www.dspace.uce.edu.ec/bitstream/25000/22630/1/T- UCE-0020-CDI-517.pdf
Descripción del aporte al tema seleccionado	Determinar la influencia que tiene la danza-movimiento terapia frente a la percepción de la fatiga y el desempeño ocupacional en adultos mayores, como también Identificar qué áreas de desempeño ocupacional, son las beneficiadas al utilizar las técnicas de la DMT. Por otro lado, se trató de reconocer que componentes de desempeño ocupacional, son aplicados y beneficiados en la práctica de la DMT. Y por último se optó por determinar las técnicas más utilizadas de la DMT, que funcionarían para la modificación de la fatiga en los adultos mayores.
Conceptos abordados	Gracia a la danza como una herramienta terapéutica frente a los adultos mayores se puede

	<p>evidenciar que estos lograron que la percepción del adulto mayor incremente de una manera considerable, Esto se lo tomó como una explicación razonable, ya que la calidad de vida de los participantes, mejoró y de la misma manera, regularon sus relaciones interpersonales. También disminuyeron los sentimientos de frustración, de tristeza, ansiedad y depresión.</p>
--	--

FICHA DE ANÁLISIS DOCUMENTAL	
Nombre del documento	Danza Primal para el trastorno de estrés post-traumático (TEPT) por abuso sexual en mujeres adultas jóvenes en Ecuador.
Autor	Alexandra Trujillo Tamayo
Referencia bibliográfica según norma APA	
Palabras clave de la búsqueda	Beneficios de la danzaterapia y salud mental
Palabras clave de texto	Danzaterapia, Danza Primal, Trastorno de estrés post-traumático, abuso sexual, arteterapia, performance, autoestima, violencia sexual, danza, mujeres.

Ubicación (dirección electrónica específica) y/o clasificación topográfica de la biblioteca donde se encuentra	https://repositorio.usfq.edu.ec/jspui/bitstream/23000/6043/1/129517.pdf
Descripción del aporte al tema seleccionado	<p>Cómo la danza primal (terapéutica) ayuda a solventar el estrés post-traumático que padecen las víctimas, se encontró que antes de la investigación las mujeres que fueron abusadas, no tenían un adecuado comportamiento, debido a que las secuelas que les dejó la violencia sexual fueron muy fuertes. Para tratar de mejorar su estilo de vida y hacerles recuperar su autoestima, confianza, amor propio y su calidad de vida, se propuso un programa de intervención el cual pudiera devolver todos los factores mencionados anteriormente a las mujeres. Se inició con el proyecto obteniendo muy buenos resultados, pues las mujeres después de experimentar la danza como factor protector frente al estrés post-traumático, lograron recuperar muchos aspectos que creían no volverían a tener nunca más en sus vidas.</p>

	Su emocionalidad mejoró notablemente, así como su confianza, autoestima, su calidad de vida y su amor propio.
Conceptos abordados	Gracias a la danzaterapia, la confianza y el autoestima incrementaron, recuperaron varios aspectos que habían perdido. Contrario a esto, perdieron el miedo y el temor a volver a ser violentadas.

FICHA DE ANÁLISIS DOCUMENTAL	
Nombre del documento	TALLER DE DANZA TERAPIA PARA NIÑOS PREESCOLARES CON DISCAPACIDAD AUDITIVA
Autor	Alicia Miranda Juárez
Referencia bibliográfica según norma APA	Miranda, A. (2015). <i>Taller de danza terapia para niños preescolares con discapacidad auditiva</i> . (Tesis de pregrado). Universidad Autónoma del Estado de México. https://core.ac.uk/reader/132423200
Palabras clave de la búsqueda	Limitantes y salud mental
Palabras clave de texto	N/A

Ubicación (dirección electrónica específica) y/o clasificación topográfica de la biblioteca donde se encuentra	https://core.ac.uk/reader/132423200
Descripción del aporte al tema seleccionado	<p>Describir las habilidades cognitivas, de la vida diaria, sociales y psicomotoras antes y después de la aplicación de un taller de danza terapia a niños y niñas con discapacidad auditiva, que asisten a preescolar en el CAM No. 5 de Toluca, Estado de México. Para desarrollar este objetivo, se tuvo en cuenta algunos criterios como por ejemplo, que los niños y niñas que participan en esta investigación tengan una edad cronológica de 4 a 7 años, y una escolaridad de segundo y tercero de preescolar, también que presenten cierto desfasaje en la mayoría de las áreas de desarrollo.</p>
Conceptos abordados	<p>Los factores cognitivos, de la vida diaria, el ámbito social y todo lo relacionado con el aspecto psicológico y psicomotor en los niños, mejoró e incrementó de manera positiva, más aún en los niños que presentaron discapacidad</p>

	<p>auditiva, sus relaciones interpersonales mejoraron, al igual que su autoestima. La danza terapia ha sido utilizada como método para recuperar varios aspectos en la vida no solo de los niños en condición de discapacidad, sino también a las personas en general.</p>
--	--

FICHA DE ANÁLISIS DOCUMENTAL	
Nombre del documento	<p>LA DANZA TERAPÉUTICA Y EL TRASTORNO ESPECTRO AUTISTA EN ESTUDIANTES DE 11 A 14 AÑOS EN LA ESCUELA DE EDUCACIÓN BÁSICA COMPLETA NELA MARTÍNEZ ESPINOZA</p>
Autor	<p>MAITTE ELIANA CAMPOVERDE CAMPOVERDE</p>
Referencia bibliográfica según norma APA	<p>Campoverde, M. (2019). <i>La danza terapéutica y el trastorno espectro autista en estudiantes de 11 a 14 años en la escuela de educación básica completa nela Martínez Espinoza</i> (tesis de pregrado).</p>

	<p>Universidad Laica Vicente Rocafuerte De Guayaquil, Ecuador. http://repositorio.ulvr.edu.ec/bitstream/44000/3014/1/T-ULVR-2659.pdf</p>
Palabras clave de la búsqueda	Limitantes y salud mental
Palabras clave de texto	Danza terapéutica, trastorno espectro autista, Necesidades educativas especiales, TEA.
Ubicación (dirección electrónica específica) y/o clasificación topográfica de la biblioteca donde se encuentra	http://repositorio.ulvr.edu.ec/bitstream/44000/3014/1/T-ULVR-2659.pdf
Descripción del aporte al tema seleccionado	<p>Conocer la importancia de la danza terapéutica o danza terapia para mejorar las habilidades en los estudiantes de 11 a 14 años con trastorno espectro autista de la Escuela de Educación Básica Completa Particular Nela Martínez Espinoza, en el periodo lectivo 2018 – 2019. Para la realización de este trabajo de grado, la autora refiere que se utilizaron instrumentos de recolección de datos tales como: la ficha de observación, entrevistas y encuestas dirigidas a los involucrados directamente en la problemática, con lo cual</p>

	<p>se pudo tener una idea clara de las causas y consecuencias del problema. Se trabajó en base a una investigación de campo, bibliográfica y descriptiva con lo cual se pudo conocer las dificultades que tienen los adolescentes con TEA de la institución en cuanto a sus áreas cognitiva, social, comunicativa.</p>
<p>Conceptos abordados</p>	<p>Independientemente de la condición psicológica que los niños presenten o padezcan, se pudo identificar que las relaciones interpersonales de los niños con autismo mejoraron significativamente gracias al haber utilizado la danza como una herramienta terapéutica, la cual ayudó a mejorar también la salud emocional y psicológica de los participantes.</p>

<p>FICHA DE ANÁLISIS DOCUMENTAL</p>	
<p>Nombre del documento</p>	<p>LA DANZA COMO TERAPIA DE APOYO PARA REDUCIR LOS TRASTORNOS DE ANSIEDAD POR CONSUMO Y ABUSO DE SUSTANCIAS, DIRIGIDA A MUJERES Y HOMBRES DE</p>

	LA ONG CENTRO DE REHABILITACIÓN Y PREVENCIÓN DE DROGAS EL BUEN PASTOR
Autor	MIRIAM ALEJANDRA GARCIA SOLARES
Referencia bibliográfica según norma APA	García, M. (2013). <i>La danza como terapia de apoyo para reducir los trastornos de ansiedad por consumo y abuso de sustancias, dirigida a mujeres y hombres de la ONG centro de rehabilitación y prevención de drogas el buen pastor</i> . (Tesis de pregrado). Universidad De San Carlos De Guatemala. http://www.repositorio.usac.edu.gt/9684/1/T13%20%282436%29.pdf
Palabras clave de la búsqueda	Salud mental y danzaterapia
Palabras clave de texto	N/A
Ubicación (dirección electrónica específica) y/o clasificación topográfica de la biblioteca donde se encuentra	http://www.repositorio.usac.edu.gt/9684/1/T13%20%282436%29.pdf
Descripción del aporte al tema seleccionado	Comprobar cómo a través de la práctica de la danza terapia se

pueden reducir los trastornos de ansiedad en las personas con problemas de abuso de sustancias psicoactivas. Para este estudio se evaluó los niveles de ansiedad por medio de una entrevista dirigida al inicio, seguida de la aplicación del Test de Hamilton acompañada de una escala de observación, la cual se llevó a cabo por 3 meses obteniendo resultados satisfactorios. Teniendo en cuenta que la ansiedad patológica es resultado de los problemas de diverso tipo a los que se enfrenta la persona en su vida cotidiana, y sobre todo de la forma en que interioriza y piensa acerca de sus problemas. Los síntomas más comunes de esta condición son taquicardias, sensación de ahogo, sensación de pérdida del conocimiento, transpiración, rigidez muscular, debilidad muscular, insomnio, inquietud motora, dificultades para la comunicación, pensamientos negativos y obsesivos, entre otros.

Conceptos abordados	<p>La danzaterapia como herramienta psicoterapéutica en personas que han padecido trastornos de ansiedad por consumo y abuso de sustancias, debido a que la ansiedad que les generaba el no haber consumido la sustancia por un determinado tiempo, fue suplida a través de los movimientos corporales, los cuales ayudaron a reducir la tensión, la depresión y a mejorar la calidad de vida de las personas que participaron en la investigación. Con esto, se puede refutar que la danza sí es un método muy eficaz para combatir necesidades extras fisiológicas y psicológicas que se generan por un manejo inadecuado de acciones.</p>
----------------------------	--

FICHA DE ANÁLISIS DOCUMENTAL	
Nombre del documento	<p>LA DANZA COMO INSTRUMENTO AL SERVICIO DE LA PSICOLOGÍA POSITIVA APLICADA A LA EDUCACIÓN</p>
Autor	<p>Ana María Alises Castillo</p>

<p>Referencia bibliográfica según norma APA</p>	<p>Alises, C. (2018). La danza como instrumento al servicio de la psicología positiva aplicada a la educación. <i>Revista Electrónica</i> 7(2), 12 – 1. Recuperado de: https://revistaseug.ugr.es/index.php/eticanet/article/view/11895/9784</p>
<p>Palabras clave de la búsqueda</p>	<p>Danzaterapia y conceptualizaciones</p>
<p>Palabras clave de texto</p>	<p>Danza, inteligencia emocional, psicología y educación positiva, bienestar, felicidad y salud.</p>
<p>Ubicación (dirección electrónica específica) y/o clasificación topográfica de la biblioteca donde se encuentra</p>	<p>https://revistaseug.ugr.es/index.php/eticanet/article/view/11895/9784</p>
<p>Descripción del aporte al tema seleccionado</p>	<p>Analizar los estudios que se relacionan con la psicología positiva o algún aspecto de ella. Los trabajos confirman la contribución de la danza y su utilidad real como herramienta desde las perspectivas social, psicológica y comunicativa. Por lo que el autor, indaga y sistematiza valiosas aportaciones</p>

	<p>existentes en la literatura, que ponen de manifiesto la importancia de la práctica de la danza y el baile popular como herramientas para fomentar estados emocionales positivos, generadores de bienestar y felicidad en todas las edades y contextos vitales.</p>
<p>Conceptos abordados</p>	<p>La psicología le ha brindado muchos aportes a la danza, no sólo desde lo estético, corporal o físico, sino también a toda la conceptualización de la misma. En este sentido, la danza ha retribuido de manera significativa los aportes a las emociones, percepciones y sentimientos lo cual conlleva a una expresión, esta tiene la capacidad de proporcionar un puente entre la mente y el cuerpo.</p>

<p>FICHA DE ANÁLISIS DOCUMENTAL</p>	
<p>Nombre del documento</p>	<p>Danzando la Psicología Social Comunitaria: revisitando la IAP a partir de un curso de danza en una asociación cultural de barrio</p>

Autor	Alejandra Astrid León Cedeño
Referencia bibliográfica según norma APA	León, A. (2010). Danzando la Psicología Social Comunitaria: revisitando la IAP a partir de un curso de danza en una asociación cultural de barrio. <i>Athenea Digital, Revista de Pensamiento e Investigación Social</i> . 5(17) 255 – 270. Recuperado de: https://www.redalyc.org/pdf/537/53712938016.pdf
Palabras clave de la búsqueda	Impactos de la danzaterapia en la salud mental
Palabras clave de texto	Psicología comunitaria; Danza del vientre; Vida cotidiana; Conocimientos situados
Ubicación (dirección electrónica específica) y/o clasificación topográfica de la biblioteca donde se encuentra	https://www.redalyc.org/pdf/537/53712938016.pdf
Descripción del aporte al tema seleccionado	Potencializar las habilidades de los jóvenes a los que la autora les enseña danza en un barrio de escasos recursos de México, es

	<p>aquí donde se hace énfasis en la importancia de cuidar la emocionalidad de los jóvenes e incentivarlos a que tengan una mejor calidad de vida a través de diferentes estrategias de intervención, en este caso la danza desde la psicología social comunitaria.</p>
Conceptos abordados	<p>Cabe recalcar que en esta investigación se trabajó con aspectos muy interesantes, debido a que los resultados arrojaron la comodidad de las personas al trabajar con la danza como terapia, debido a que gracias a ella pudieron liberarse de diferentes emociones y sentimientos que tenían reprimidos por algún acontecimiento traumático en su vida anteriormente. A través de la danza, del movimiento y de la terapia, lograron mejorar sus estados de ánimo y encontrar el balance entre paz y comodidad.</p>

FICHA DE ANÁLISIS DOCUMENTAL	
Nombre del documento	Efectos de un programa de danza y movimiento terapia sobre el desarrollo motor y

	psicológico de un grupo de niños costarricenses en edad escolar con síndrome de asperger
Autor	Gabriela Dörries Gigirey
Referencia bibliográfica según norma APA	Dörries, G. (2009). <i>Efectos de un programa de danza y movimiento terapia sobre el desarrollo motor y psicológico de un grupo de niños costarricenses en edad escolar con síndrome de asperger</i> . (Tesis de postgrado). Universidad Nacional. Heredia, Costa Rica. http://www.maestriasa.lud.una.ac.cr/documents/EfectosdeunProgrameDanzayMovimientoTerapiasobreelDesarrolloMotoryPsicologicoeunGrupodeNin.pdf
Palabras clave de la búsqueda	Beneficios de la práctica de la danzaterapia
Palabras clave de texto	N/A
Ubicación (dirección electrónica específica) y/o clasificación topográfica de la biblioteca donde se encuentra	http://www.maestriasalud.una.ac.cr/documents/EfectosdeunProgramadeDanzayMovimientoTer

	apiasobreelDesarrolloMotoryPsicologicodeunGrupodeNin.pdf
Descripción del aporte al tema seleccionado	<p>determinar los efectos de un programa de Danza y Movimiento Terapia sobre el desarrollo motor y psicosocial de niños costarricenses en edad escolar con Síndrome de Asperger, obteniendo resultados como la efectividad que el programa de Danza y Movimiento Terapia brinda sobre el desarrollo de la flexibilidad, la ubicación espacial y la función motora de los escolares con Síndrome de Asperger, así como también ayudando a la capacidad de socializar y comunicarse correctamente con su entorno, ya que gracias a la danza deben compartir e interactuar de manera constante con otras personas, logrando desarrollar ese tipo de habilidades para utilizar los avances en el lenguaje expresivo antes y después del programa de Danza y Movimiento Terapia.</p>
Conceptos abordados	Es importante recalcar que gracias a la danzaterapia, se

	<p>recupera no solo el autoestima, sino también las interacciones sociales que las personas perdieron por una situación específica en sus vidas. Las habilidades que desarrollan las personas a través de la danzaterapia son muy importantes, debido a que suelen seguir trabajando con ellas por voluntad propia, obteniendo así mejores resultados frente a los beneficios que la misma les propicia.</p>
--	--

FICHA DE ANÁLISIS DOCUMENTAL	
Nombre del documento	Propuesta de danza como apoyo para una mediación pedagógica que favorezca el desarrollo de las dimensiones corporal y socio-afectiva niños y niñas entre los 5 y 7 años
Autor	Alejandra Sanint Montoya
Referencia bibliográfica según norma APA	Sanint, A. (2019). <i>Propuesta de danza como apoyo para una mediación pedagógica que favorezca el desarrollo de las dimensiones corporal y socio afectiva niños</i>

	<p><i>y niñas entre los 5 y 7 años.</i> (Tesis de pregrado).</p> <p>Corporación Universitaria Lasallista, Antioquia, Colombia.</p> <p>http://repository.lasallista.edu.co/dspace/bitstream/10567/2604/1/Danza_desarrollo_DimensionesCorporalSocioafectiva.pdf</p>
Palabras clave de la búsqueda	Beneficios de la danzaterapia
Palabras clave de texto	Danza, Mediación, Desarrollo corporal, Desarrollo socioafectivo, infancia.
Ubicación (dirección electrónica específica) y/o clasificación topográfica de la biblioteca donde se encuentra	http://repository.lasallista.edu.co/dspace/bitstream/10567/2604/1/Danza_desarrollo_DimensionesCorporalSocioafectiva.pdf
Descripción del aporte al tema seleccionado	<p>En esta investigación se usarán las técnicas de registros de video y fotográficos, pruebas de rendimiento de los estudiantes, círculos de reflexión y notas de campo; dicha información se recogió, se sistematizó y se analizó con el fin de realizar ajustes y mejoras en el plan de acción y evaluar los</p>

	<p>cambios personales logrados en los estudiantes. Se utilizaron diferentes actividades donde los niños fueron los participantes y donde se encontraron resultados donde se puede destacar la importancia que tiene en el desarrollo de los niños las dimensiones socio-afectiva y corporal para tener un crecimiento integral como seres humanos, pues esto les permite una mejor relación con ellos mismos y con los demás, reformar el asunto de experimentar con el mismo cuerpo y avanzar en la capacidad de relacionarse con los otros y lo otro a través de este, hallando así una conexión con ellos mismos y el entorno, mejorando su capacidad de moverse en el espacio y relacionarse con los demás, asumiendo el control y conocimiento de su propio ser, mediante movimientos controlados, espontáneos, fluidos, flexibles y consientes otorgados por la danza</p>
<p>Conceptos abordados</p>	<p>Específicamente en este proyecto se demuestra cómo la</p>

	danzaterapia puede ayudar al desarrollo psicosocial y psicoafectivo especialmente en los niños, gracias a la danzaterapia, pudieron mejorar su estilo y calidad de vida, así como también regular sus emociones y sentimientos.
--	---

FICHA DE ANÁLISIS DOCUMENTAL	
Nombre del documento	Bienestar psicológico en practicantes de la danza contemporánea
Autor	BELÉN ZULAY MEZA LAFÓN
Referencia bibliográfica según norma APA	Meza, B. (2010). <i>Bienestar psicológico en practicantes de danza contemporánea</i> . (Tesis de pregrado). Universidad Católica de Perú. https://tesis.pucp.edu.pe/repositorio/handle/20.500.12404/1217
Palabras clave de la búsqueda	Beneficios de la danzaterapia
Palabras clave de texto	Bienestar psicológico, Danza contemporánea, Psicología positiva.

<p>Ubicación (dirección electrónica específica) y/o clasificación topográfica de la biblioteca donde se encuentra</p>	<p>https://tesis.pucp.edu.pe/repositorio/handle/20.500.12404/1217</p>
<p>Descripción del aporte al tema seleccionado</p>	<p>La presente investigación tuvo como objetivo describir el bienestar psicológico de un grupo de practicantes de danza contemporánea. Con dicho fin, se aplicó la Escala de Bienestar Psicológico (EBP) y se obtuvo descripciones de dicha variable de 31 bailarines que tenían entre 17 y 33 años. A través de prueba y sus subescalas se pudo determinar un alto nivel de la variable en el grupo. Se establecieron, además, comparaciones entre los participantes, hallándose diferencias significativas. Según el sexo, las mujeres presentan puntajes más favorables en metas en la vida; según la edad los mayores tienen un mejor dominio del ambiente en relación a los menores; y según la frecuencia de práctica, los que practican la disciplina más horas a la semana tienen un mayor bienestar y puntajes más elevados en crecimiento</p>

	<p>personal, metas en la vida y auto-aceptación. Del mismo modo, una encuesta permitió recoger información sobre las motivaciones para practicar dicha danza. Así, en las motivaciones iniciales resaltan el gusto por las actividades vinculadas al movimiento, el interés por el cuerpo y la alternativa al ballet. Por su lado, en las motivaciones actuales, lo hacen la experimentación de emociones positivas, el progreso artístico y aspectos relacionados al cuerpo.</p>
<p>Conceptos abordados</p>	<p>La danzaterapia es una herramienta psicoterapéutica para mejorar el bienestar y los beneficios de quienes la practiquen. Demostrando así que la danza puede ser utilizada como una alternativa óptima para cultivar las motivaciones para iniciar con la experimentación de un cambio significativo de la vida de las personas, así como un progreso emocional significativo.</p>

Nombre del documento	Efectos de un programa de danza española en mujeres con fibromialgia
Autor	Chica, A., González-Guirval, F., Reigal, R.E., Carranque, G. y Hernández-Mendo, A.
Referencia bibliográfica según norma APA	Chica, A., González, F., Reigal, R., Carranque, G., Hernández, A. (2019). Efectos de un programa de danza española en mujeres con fibromialgia. <i>Cuadernos de Psicología del Deporte</i> . 19(2), 52 – 69. Recuperado de: https://scielo.isciii.es/pdf/cpd/v19n2/1578-8423-cpd-19-2-52.pdf
Palabras clave de la búsqueda	Elementos de la danzaterapia
Palabras clave de texto	Fibromialgia; danza; capacidad funcional; calidad de vida.
Ubicación (dirección electrónica específica) y/o clasificación topográfica de la biblioteca donde se encuentra	https://scielo.isciii.es/pdf/cpd/v19n2/1578-8423-cpd-19-2-52.pdf
Descripción del aporte al tema seleccionado	En este proyecto, se decidió analizar los efectos de un programa de danza española sobre el nivel sintomático, la

	<p>capacidad funcional, diversas variables psicológicas y la composición corporal en una muestra de mujeres con fibromialgia. Los resultados hallados en este trabajo indican que el programa de danza española produjo mejoras en el estado de ánimo, la depresión y el nivel de ansiedad psíquico y somático. Estos datos contribuyen a considerar que la práctica de actividad física, en concreto la danza, podrían ayudar a las personas que padecen fibromialgia a mejorar su calidad de vida.</p>
<p>Conceptos abordados</p>	<p>La aplicación del proyecto de danza como intervención terapéutica refiere que produce diferentes beneficios positivos frente a quien la ejecute, es por esto que las mujeres que padecen fibromialgia, han disminuido su enfermedad. Gracias al uso de la danza, los músculos, afecciones emocionales físicas y psicológicas se han regulado de una manera positiva, esto ya que el estar en contínuo movimiento y eliminar emociones negativas</p>

	es fundamental en las personas, ya que puede hacerse uso de aquella liberación que se ha buscado por algún tiempo.
--	--

FICHA DE ANÁLISIS DOCUMENTAL	
Nombre del documento	Efecto de un programa de intervención orientado al incremento de la motivación en la enseñanza de la danza en la escuela
Autor	Pablo Molero Navajas
Referencia bibliográfica según norma APA	Molero, P. (2015). <i>Efecto de un programa de intervención orientado al incremento de la motivación en la enseñanza de la danza en la escuela</i> . (Tesis de pregrado). Universidad de Extremadura. https://redined.educacion.gob.es/xmlui/bitstream/handle/11162/133535/TDUEX_2016_Molero_Navajas.pdf?sequence=1&isAllowed=y
Palabras clave de la búsqueda	Efectos de la danzaterapia
Palabras clave de texto	N/A

<p>Ubicación (dirección electrónica específica) y/o clasificación topográfica de la biblioteca donde se encuentra</p>	<p>https://redined.educacion.gob.es/xmlui/bitstream/handle/11162/133535/TDUEX_2016_Molero_Navajas.pdf?sequence=1&isAllowed=y</p>
<p>Descripción del aporte al tema seleccionado</p>	<p>Conocer el efecto que producía sobre la motivación de los alumnos, un programa de intervención aplicado durante la enseñanza de la danza en la escuela, que incorporaba el empleo de destrezas docentes orientadas al apoyo de las necesidades psicológicas básicas (autonomía, competencia y relaciones sociales). Asimismo, fue conocer las relaciones entre estos procesos motivacionales y el fomento de los comportamientos pro-sociales en el alumnado.</p>
<p>Conceptos abordados</p>	<p>Teniendo en cuenta que la investigación se desarrolló en profesores y alumnos de una institución educativa, la aplicación de la danza como método terapéutico fue muy eficaz, ya que se incrementaron los niveles de autoestima, autorreconocimiento, mayor motivación en las áreas</p>

	<p>educativas e institucionales para obtener mejores resultados en sus calificaciones y en los profesores mayor autodeterminación y motivación para dictar sus clases, obteniendo mejor respuesta y acogida por parte de sus alumnos.</p>
--	---

FICHA DE ANÁLISIS DOCUMENTAL	
Nombre del documento	Danza educativa y desarrollo personal de estudiantes en escuelas secundarias de la Ciudad de México
Autor	Maribel Zagaceta Sarmiento
Referencia bibliográfica según norma APA	<p>Zagaceta, M. (2010). <i>Danza educativa y desarrollo personal de estudiantes en escuelas secundarias de la Ciudad de México</i>. (Tesis de pregrado). Universidad Iberoamericana, México D.F. http://www.bib.uia.mx/tesis/pdf/015284/015284.pdf</p>
Palabras clave de la búsqueda	Beneficios de la danzaterapia

Palabras clave de texto	Danza educativa, desarrollo personal, comunicación, afectividad, socialización y práctica pedagógica.
Ubicación (dirección electrónica específica) y/o clasificación topográfica de la biblioteca donde se encuentra	http://www.bib.uia.mx/tesis/pdf/015284/015284.pdf
Descripción del aporte al tema seleccionado	<p>analizar el sentido que los maestros de la asignatura de artes, disciplina de danza, dan a su práctica pedagógica y cómo esta se relaciona con el desarrollo de las capacidades de comunicación, socialización y afectividad de los estudiantes del tercer año de Educación Secundaria Pública de la Ciudad de México, Distrito Federal, obteniendo resultados como el incremento de las notas académicas de los participantes, gracias a que a través de la danza lograron expulsar aquellas emociones y experiencias negativas que tenían acumuladas.</p>
Conceptos abordados	La práctica de la danzaterapia puede condicionarse a través de las enseñanzas de los maestros hacia los alumnos, ya que estas pueden ser enseñadas o

	<p>autónomas. Es aquí donde las habilidades de aprendizaje y enseñanza por parte de los docentes hacia los maestros pueden ser recíprocas, ya que las dos partes, comparten emociones significativas en cuanto al arte disciplinario que es la danza. En este caso se la ha utilizado como un método para fortalecer las habilidades sociales, autónomas y la práctica pedagógica y su relación con la salud mental, más específicamente de las capacidades de comunicación, afectividad y socialización de estudiantes.</p>
--	--

FICHA DE ANÁLISIS DOCUMENTAL	
Nombre del documento	Relación entre la danza libre-creativa y autoestima en la etapa de educación primaria
Autor	Domínguez Cacho, C.L. y Castillo Vera, E.
Referencia bibliográfica según norma APA	Domínguez, C., Castiilo, E. (2017). Relación entre la danza libre-creativa y autoestima en la etapa de educación primaria. <i>Cuadernos de Psicología del</i>

	<p><i>Deporte. 17(1), 73-80.</i></p> <p>Recuperado de:</p> <p>https://revistas.um.es/cpd/article/view/291931/211461</p>
Palabras clave de la búsqueda	Conceptualización de la danzaterapia
Palabras clave de texto	Autoestima, Autoconcepto, Expresión Corporal, Danza libre-creativa.
Ubicación (dirección electrónica específica) y/o clasificación topográfica de la biblioteca donde se encuentra	https://revistas.um.es/cpd/article/view/291931/211461
Descripción del aporte al tema seleccionado	<p>Analizar la relación existente entre la danza y el aumento de los niveles de autoestima en las diferentes dimensiones que la conforman en niños y niñas de educación primaria. Obteniendo como resultados encontrados demuestran la utilidad de este tipo de programas, y cómo la danza libre-creativa favorece el incremento de los niveles de auto concepto de habilidad física, auto concepto de apariencia física, auto concepto social, auto concepto de estabilidad emocional y autoconcepto general, fomentando de esta forma la</p>

	autoestima global del alumnado de tercer ciclo de primaria.
Conceptos abordados	

FICHA DE ANÁLISIS DOCUMENTAL	
Nombre del documento	La danzaterapia y calidad de vida en adultos mayores de la casa -hogar “amor de Dios
Autor	ARACELY YUBIMCA RIVERA CALLISAYA
Referencia bibliográfica según norma APA	Rivera, A. (2020). “ <i>La danzaterapia y calidad de vida en adultos mayores de la casa -hogar “Amor De Dios”</i> ” (Tesis de pregrado). Universidad Mayor de San Andrés. https://repositorio.umsa.bo/bitstream/handle/123456789/24997/T-1290.pdf?sequence=1&isAllowed=y
Palabras clave de la búsqueda	Elementos de la danzaterapia
Palabras clave de texto	N/A
Ubicación (dirección electrónica específica) y/o clasificación topográfica de la biblioteca donde se encuentra	https://repositorio.umsa.bo/bitstream/handle/123456789/24997/T-1290.pdf?sequence=1&isAllowed=y

<p>Descripción del aporte al tema seleccionado</p>	<p>Generar mejora en la calidad de vida mediante la ejecución del programa de Danzaterapia en personas adultas mayores de la Casa Hogar “Amor de Dios” de Corocoro de la ciudad de La Paz. Así como también Se trabajó con dos grupos de adultos mayores de esta institución, un grupo control y un grupo experimental, con esta investigación se intenta verificar si existe mejoras en las dimensiones de calidad de vida que fueron elaboradas por la Organización Mundial de la Salud (OMS). Para evaluar la calidad de vida en población vulnerable elaboro la prueba Whoqol – Bref esta misma es aplicada en la población, tomando un pre y una post – prueba, después de haberse ejecutado el programa de danzaterapia</p>
<p>Conceptos abordados</p>	

<p>FICHA DE ANÁLISIS DOCUMENTAL</p>	
<p>Nombre del documento</p>	<p>Eficacia de la musicoterapia y danzaterapia, para superar la agresividad en niños de tres y cuatro años de edad</p>

Autor	Ángel Fabián Sango Erazo
Referencia bibliográfica según norma APA	Sango, A. (2012). <i>Eficacia de la musicoterapia y danzaterapia, para superar la agresividad en niños de tres y cuatro años de edad.</i> (Tesis de pregrado). Universidad Central de Ecuador. http://www.dspace.uce.edu.ec/bitstream/25000/2254/1/T-UCE-0007-17.pdf
Palabras clave de la búsqueda	Beneficios de la danzaterapia
Palabras clave de texto	N/A
Ubicación (dirección electrónica específica) y/o clasificación topográfica de la biblioteca donde se encuentra	http://www.dspace.uce.edu.ec/bitstream/25000/2254/1/T-UCE-0007-17.pdf
Descripción del aporte al tema seleccionado	Comprobar la eficacia de la musicoterapia y la danzaterapia para superar la agresividad en niños de tres y cuatro años de edad. El comportamiento escolar inadecuado de estos niños motiva a probar que la musicoterapia y la danzaterapia son eficaces para superar la agresividad. El enfoque histórico-cultural de Vigotsky, explica teóricamente, en base a

	<p>los tres principios de la psicología: de determinismo, del desarrollo de la psiquis y de la actividad, reflejada en las técnicas propuestas; tratado en cuatro capítulos: psicología del desarrollo, agresividad, musicoterapia y danzaterapia. Investigación cuali-cuantitativa no experimental.</p>
Conceptos abordados	

 <p>UNIVERSIDAD CESMAG NIT: 800.109.387-7 VIGILADA MINEDUCACIÓN</p>	CARTA DE ENTREGA TRABAJO DE GRADO O TRABAJO DE APLICACIÓN – ASESOR(A)	CÓDIGO: AAC-BL-FR-032
		VERSIÓN: 1
		FECHA: 09/JUN/2022

San Juan de Pasto, 22 de junio de 2022

Biblioteca
REMIGIO FIORE FORTEZZA OFM. CAP.
Universidad CESMAG
Pasto

Saludo de paz y bien.

Por medio de la presente se hace entrega del Trabajo de Grado / Trabajo de Aplicación denominado la práctica de la danza terapia y salud mental en países de habla hispana en el periodo 2000 – 2020 presentado por el autor Carlos David Muñoz Romero, del Programa Académico Psicología al correo electrónico trabajosdegrado@unicesmag.edu.co. Manifiesto como asesor(a), que su contenido, resumen, anexos y formato PDF cumple con las especificaciones de calidad, guía de presentación de Trabajos de Grado o de Aplicación, establecidos por la Universidad CESMAG, por lo tanto, se solicita el paz y salvo respectivo.

Atentamente,

Yesenia Zúñiga Guerrero.

YESENIA ZÚÑIGA GUERRERO

1085302241

3184331549

yesy9200@hotmail.com

 UNIVERSIDAD CESMAG <small>NI: 800.109.387-7 VIGILADA MINEDUCACIÓN</small>	AUTORIZACIÓN PARA PUBLICACIÓN DE TRABAJOS DE GRADO O TRABAJOS DE APLICACIÓN EN REPOSITORIO INSTITUCIONAL	CÓDIGO: AAC-BL-FR-031
		VERSIÓN: 1
		FECHA: 09/JUN/2022

INFORMACIÓN DEL (LOS) AUTOR(ES)	
Nombres y apellidos del autor: Carlos David Muñoz Romero	Documento de identidad: 1.233.189.201
Correo electrónico: Carlos9745@hotmail.com	Número de contacto: 314-749-40-98
Título del trabajo de grado: La práctica de la danza terapia y salud mental en países de habla hispana en el periodo 2000 – 2020	
Facultad y Programa Académico: Facultad de Ciencias Sociales y Humanas, Programa de Psicología.	

En mi (nuestra) calidad de autor(es) y/o titular (es) del derecho de autor del Trabajo de Grado o de Aplicación señalado en el encabezado, confiero (conferimos) a la Universidad CESMAG una licencia no exclusiva, limitada y gratuita, para la inclusión del trabajo de grado en el repositorio institucional. Por consiguiente, el alcance de la licencia que se otorga a través del presente documento, abarca las siguientes características:

- a) La autorización se otorga desde la fecha de suscripción del presente documento y durante todo el término en el que el (los) firmante(s) del presente documento conserve(mos) la titularidad de los derechos patrimoniales de autor. En el evento en el que deje(mos) de tener la titularidad de los derechos patrimoniales sobre el Trabajo de Grado o de Aplicación, me (nos) comprometo (comprometemos) a informar de manera inmediata sobre dicha situación a la Universidad CESMAG. Por consiguiente, hasta que no exista comunicación escrita de mi(nuestra) parte informando sobre dicha situación, la Universidad CESMAG se encontrará debidamente habilitada para continuar con la publicación del Trabajo de Grado o de Aplicación dentro del repositorio institucional. Conozco(conocemos) que esta autorización podrá revocarse en cualquier momento, siempre y cuando se eleve la solicitud por escrito para dicho fin ante la Universidad CESMAG. En estos eventos, la Universidad CESMAG cuenta con el plazo de un mes después de recibida la petición, para desmarcar la visualización del Trabajo de Grado o de Aplicación del repositorio institucional.
- b) Se autoriza a la Universidad CESMAG para publicar el Trabajo de Grado o de Aplicación en formato digital y teniendo en cuenta que uno de los medios de publicación del repositorio institucional es el internet, acepto(amos) que el Trabajo de Grado o de Aplicación circulará con un alcance mundial.
- c) Acepto (aceptamos) que la autorización que se otorga a través del presente documento se realiza a título gratuito, por lo tanto, renuncio(amos) a recibir emolumento alguno por la publicación, distribución, comunicación pública y/o cualquier otro uso que se haga en los términos de la presente autorización y de la licencia o programa a través del cual sea publicado el Trabajo de grado o de Aplicación.
- d) Manifiesto (manifestamos) que el Trabajo de Grado o de Aplicación es original realizado sin violar o usurpar derechos de autor de terceros y que ostento(amos) los derechos patrimoniales de autor sobre la misma. Por consiguiente, asumo(asumimos) toda la responsabilidad sobre su contenido ante la Universidad CESMAG y frente a terceros, manteniéndola indemne de cualquier reclamación que surja en virtud de la misma. En todo caso, la Universidad CESMAG se compromete a indicar siempre la autoría del escrito incluyendo nombre de(los) autor(es) y la fecha de publicación.
- e) Autorizo (autorizamos) a la Universidad CESMAG para incluir el Trabajo de Grado o de Aplicación en los índices y buscadores que se estimen necesarios para promover su difusión. Así mismo autorizo (autorizamos) a la Universidad CESMAG para que pueda convertir el documento a cualquier medio o formato para propósitos de preservación digital.

NOTA: En los eventos en los que el trabajo de grado o de aplicación haya sido trabajado con el apoyo o patrocinio de una agencia, organización o cualquier otra entidad diferente a la Universidad CESMAG.

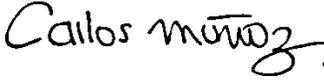
 <p>UNIVERSIDAD CESMAG NIT: 800.109.387-7 VIGILADA MINEDUCACIÓN</p>	<p>AUTORIZACIÓN PARA PUBLICACIÓN DE TRABAJOS DE GRADO O TRABAJOS DE APLICACIÓN EN REPOSITORIO INSTITUCIONAL</p>	CÓDIGO: AAC-BL-FR-031
		VERSIÓN: 1
		FECHA: 09/JUN/2022

Como autor(es) garantizo(amos) que he(hemos) cumplido con los derechos y obligaciones asumidos con dicha entidad y como consecuencia de ello dejo(dejamos) constancia que la autorización que se concede a través del presente escrito no interfiere ni transgrede derechos de terceros.

Como consecuencia de lo anterior, autorizo(autorizamos) la publicación, difusión, consulta y uso del Trabajo de Grado o de Aplicación por parte de la Universidad CESMAG y sus usuarios así:

- Permiso(permitimos) que mi(nuestro) Trabajo de Grado o de Aplicación haga parte del catálogo de colección del repositorio digital de la Universidad CESMAG, por lo tanto, su contenido será de acceso abierto donde podrá ser consultado, descargado y compartido con otras personas, siempre que se reconozca su autoría o reconocimiento con fines no comerciales.

En señal de conformidad, se suscribe este documento en San Juan de Pasto a los 22 días del mes de junio del año 2022

	
Firma del autor	Firma del autor
Nombre del autor: Carlos David Muñoz Romero	Nombre del autor:
 <hr style="width: 30%; margin: auto;"/> Nombre del asesor: Yesenia Zúñiga Guerrero	