



**USAL**  
**UNIVERSIDAD**  
**DEL SALVADOR**

*Ciencia a la mente y virtud al corazón*

“Musicoterapia receptiva: experiencia vibroacústica  
en la variabilidad del nivel de estrés”

D'Alessandro, Gonzalo Enrique & Soto Lopetegui, Hernán



USAL  
UNIVERSIDAD  
DEL SALVADOR

Tutores: Pfeiffer, Camila P. (tutora)

DNI: 26.096.101

Zaín Jorge M. (tutor adjunto)

DNI: 25.998.708

Díaz Abrahan, Verónica. (tutora metodológica)

DNI: 31.148.662

## AGRADECIMIENTOS

Agradecemos a nuestras familias y amigos por estar siempre incondicionalmente.

A los docentes y directores de la carrera de musicoterapia que nos acompañaron durante toda la cursada de la carrera universitaria, invitándonos a desarrollar nuestro pensamiento crítico, nuestro interés y vocación por la disciplina, la ciencia y la construcción del conocimiento.

Al Lic. Jorge Zaín por acercarnos sus conocimientos sobre la terapia vibroacústica, entre muchas otros saberes que pudimos aprender compartiendo horas de trabajo, reflexión y debate. También agradecerle el acompañamiento durante este proceso de conclusión de nuestra carrera universitaria de licenciatura en musicoterapia.

A las Lic. en Musicoterapia Marina San Martín y Maite Arana, quienes fueron compañeras del equipo del Centro Vibro, con quienes junto a Jorge Zaín comenzamos la construcción de un equipo de trabajo generando un diálogo disciplinar entre la musicoterapia y la terapia vibroacústica.

Al Centro Vibro por prestarnos sus instalaciones especialmente acondicionadas para llevar a cabo las experiencias necesarias para esta investigación.

A Camila Pfeiffer por aceptar amablemente ser nuestra tutora de tesis y acompañarnos en este largo camino.

A la psicóloga Sofía Escudeiro por asesorarnos y asistirnos en todo momento, sobre todo en aquellos momentos donde el problema a resolver nos paralizaba el avance y no encontrábamos el rumbo claro.

A la PhD. en Biomedicina Ana María Oliva por asesorarnos y asistirnos virtuosa y amablemente.

Por último, y no por ello menos importante, un agradecimiento especial a Verónica Díaz Abraham, musicoterapeuta y doctora en neurociencias, por asistirnos incansablemente con una calidad y calidez humana remarcable, brindándose en pos de su vocación, con sus aportes siempre claros y enriquecedores.

# Índice

<b>Introducción.....</b>	<b>Pág. 4</b>
<b>Síntesis de los contenidos.....</b>	<b>Pág. 6</b>
<b>1. Planteamiento del Problema de Investigación.....</b>	<b>Pág. 8</b>
1. 1. Objetivos de la Investigación.....	Pág. 9
1. 2. Justificación de la Investigación.....	Pág. 9
1.3. Hipótesis.....	Pág.11
<b>2. Marco Teórico.....</b>	<b>Pág.12</b>
2.1. Musicoterapia.....	Pág. 12
2.2. Abordaje vibroacústico.....	Pág. 13
2.2. 1. Terapia Vibroacústica.....	Pág. 13
2.2. 2. Baño Sonoro.....	Pág. 15
2.2. 3. Experiencia Vibroacústica.....	Pág. 16
2.2. 4. Sonoridad batiente.....	Pág. 17
2.2. 5. Música Ansiolítica e Improvisación Musical Ansiolítica (AMI).....	Pág. 18
2.2. 6. Escucha Somática.....	Pág. 19
2.3. Neurociencias.....	Pág. 20
2.3. 1. Fundamentos teóricos de la Teoría Polivagal.....	Pág. 21
2.3. 2. Estrés y Teoría Polivagal.....	Pág. 23
2.3. 3. Teoría Polivagal y su relación con la Musicoterapia.....	Pág. 24
2.3. 4. Neurocepción en el contexto de la presencia terapéutica.....	Pág. 25
2.4. Procesos Fisiológicos y sus implicancias.....	Pág. 27
2.4. 1. Estrés y Homeostasis. Definición e implicancias.....	Pág. 28
2.4. 2. Estrés y Musicoterapia.....	Pág. 29

<b>3. Metodología de Investigación.....</b>	<b>Pág. 30</b>
3.1. Diseño de investigación.....	Pág. 30
3.2. Muestra.....	Pág. 30
3.3. Materiales.....	Pág. 31
3.3.1. Setting Instrumental.....	Pág. 31
3.4. Instrumento y técnica de medición. ....	Pág. 32
3.5. Procedimiento.....	Pág. 36
3.5. 1. Consideraciones generales .....	Pág. 36
3.5. 2. Descripción del proceso.....	Pág. 37
<b>4. Resultados.....</b>	<b>Pág. 41</b>
4.1. Vitalidad.....	Pág. 41
4.2. Humor.....	Pág. 41
4.3. Relajación.....	Pág. 42
4.4. Estado General.....	Pág.43
4.5. Nivel de estrés (Visualización de Dispersión de Gases).....	Pág. 44
<b>5. Conclusiones .....</b>	<b>Pág. 45</b>
<b>6. Discusión y consideraciones finales .....</b>	<b>Pág. 47</b>
<b>7. Referencias Bibliográficas .....</b>	<b>Pág. 48</b>
<b>8. Anexos.....</b>	<b>Pág. 57</b>

## Introducción

Este trabajo representa un proceso de exploración a lo largo del cual se mantuvo un diálogo entre la bibliografía consultada y los datos relevados del trabajo de campo. Siendo un desafío integrar los nuevos hallazgos y las tendencias que han comenzado a consolidarse en el campo de las neurociencias, junto con la investigación bibliográfica acerca de la terapia vibroacústica y el estrés, para poner a tono nuestro conocimiento sobre el tema y analizar los fenómenos desde la perspectiva de nuestra disciplina.

El planteamiento de dicha investigación se inscribe dentro del marco del Método Receptivo en Musicoterapia (Bruscia, 2007), indagando particularmente en la Terapia Vibroacústica con el fin de elaborar una integración teórica desde la Musicoterapia y las Neurociencias en un intento de brindar una explicación más detallada a la existente sobre el potencial terapéutico de este tipo particular de abordaje.

Esta inquietud nace de la experiencia directa y del enriquecimiento progresivo desde el año 2013, tiempo en el que hemos participado en experiencias musicales donde se hace foco en el uso del sonido y la música producida con cuencos sonoros - entre otros instrumentos - combinados con la aplicación de sonidos de baja frecuencia. Este proceso se dió en principio en un marco de formación coordinado por el Licenciado en Musicoterapia Jorge Zaín, y luego se desarrolló a través de talleres, seminarios y sesiones didácticas. En este tiempo pudimos nutrirnos lo suficiente de la experiencia directa y el material teórico brindado como para indagar más profundamente en algunas áreas de investigación e intentar comprender mejor por qué este tipo de experiencias combinadas con la aplicación de vibraciones de baja frecuencia (experiencias vibroacústicas) produce los efectos que Wigram y Dileo enumeran.

Por otro lado, comprendemos que el estrés fisiológico es un problema cotidiano y creciente a nivel mundial, provocando vulnerabilidad a distintas enfermedades médicas conocidas y tornándose un problema epidemiológico de creciente importancia. Por lo que integrar estrategias adecuadas para lidiar con estas problemáticas es un tema atinente a las disciplinas de la salud, y de injerencia particular dentro de los potenciales efectos terapéuticos de la Musicoterapia en distintos ámbitos de la Salud.

Para poner a prueba nuestra hipótesis e indagar en las temáticas pertinentes a nuestra investigación nos propusimos emprender dos acciones sistemáticas: por un lado llevamos a cabo un experimento diseñado para el relevamiento de datos sobre un biomarcador de estrés medidos antes y después de una experiencia vibroacústica en un grupo pequeño de participantes; y por otro lado nos propusimos realizar una elaboración y articulación teórica entre el modelo Receptivo en Musicoterapia, la Terapia Vibroacústica, y algunas perspectivas y conceptos provenientes de las Neurociencias.

Para explorar el área desde una mirada integradora se hizo hincapié en la Teoría Polivagal (Porges, 2012), que consiste en una reconceptualización innovadora sobre la forma en que interactúan los estados autonómicos, que forman parte del sistema nervioso, y el comportamiento. La teoría enfatiza una relación jerárquica entre tres subsistemas del sistema nervioso autónomo que evolucionó para soportar comportamientos adaptativos en respuesta a las características ambientales particulares de seguridad, peligro y amenaza vital.

La misma se encuentra en auge a nivel mundial y describe explícitamente los mecanismos de comunicación bidireccional que ocurren entre el cerebro y los órganos viscerales en nuestro cuerpo durante las respuestas de estrés, además de relacionarlo con la inhibición de conductas espontáneas de socialización.