



UNIVERSIDAD ANDRES BELLO
FACULTAD DE CIENCIAS DE LA REHABILITACIÓN
ESCUELA DE TERAPIA OCUPACIONAL

Aportes de Danzaterapia a la visión holística de Terapia Ocupacional en el área de rehabilitación física

SEMINARIO DE TÍTULO

Integrantes

Cynthia Araneda S.
Constanza Fernández D.
Camila Herrera M.

Docente Guía

María de Los Ángeles Zúñiga

Docente Metodológico

Iván Torres

Fecha: 16 de diciembre de 2016

ÍNDICE DE CONTENIDOS

I.- INTRODUCCIÓN	6
II.- PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA	7
1.- Formulación del problema de investigación	7
2.- Pregunta de investigación	16
III.- OBJETIVOS	
1.- Objetivo general.	17
2.- Objetivos específicos.	17
IV.- MARCO TEÓRICO	18
1.- Acercamiento al concepto de Danzaterapia	18
1.1 Definiciones y comprensiones.	18
1.2 Técnicas de trabajo de la disciplina.	19
1.3 Experiencia de Danzaterapia a lo largo de la historia.	21
1.3.1 Experiencia de Danzaterapia en Chile.	22
2.- Terapia Ocupacional y rehabilitación física.	24
2.1 Acercamiento al concepto de discapacidad	24
2.2 Terapia Ocupacional: disciplina tradicional y terapias complementarias	25
2.3 Importancia de Desempeño Ocupacional en salud física.	27
2.3.1 Componente sensorio-motor	28
2.3.2 Componente cognitivo/perceptivo	28
2.3.3 Componente psicológico y psicosocial.	29
3.- Re-significación del cuerpo	30
3.1 Concepto de cuerpo y significación de este.	30

3.1.1 Imagen inconsciente del cuerpo.	31
3.1.2 Relación mente-cuerpo.	32
3.2 Proceso de una nueva concepción de cuerpo en discapacidad. marco me	34
V.- MARCO METODOLÓGICO	35
1. Diseño metodológico	35
1.1 Tipo de estudio	
1.2 Alcance de la investigación	
1.3. Enfoque de investigación	
2. Diseño muestral	36
3. Técnicas de producción de información	37
4. Técnicas y procedimientos de análisis de información	38
5.- Consideraciones éticas	39
VI.- PRESENTACIÓN DE RESULTADOS	40
VII.- CONCLUSIONES	57
VIII.- REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS	60
IX.- ANEXOS	64

DEDICATORIAS

Cynthia Araneda

“En este proceso que da fin a nuestra formación como profesionales quiero dedicarle este trabajo principalmente a mi familia que hizo posible mi ingreso a la universidad.

A mi madre por ser quien me apoyó en todo momento de principio a fin, dando siempre una palabra de aliento, un abrazo en el momento indicado, siendo este el impulso para perseverar en el proceso. A mi padre y hermano quienes confiaron en mí y me brindaron apoyo de distintas formas en este largo camino. A mis compañeras y amigas que estuvieron desde un comienzo junto a mí y que perduraron en el tiempo, con quienes compartimos buenos y malos momentos, de los cuales supimos salir adelante. Hacer mención especial a Constanza Fernández y Camila Herrera con quienes viví todo este proceso el cual estuvo lleno de aprendizajes tanto teóricos como personales”

Constanza Fernández

“Quiero expresar mi agradecimiento a todas las personas que de alguna manera han sido parte de este largo y arduo proceso, en el cual viví alegrías, tristeza, rabia, miedo, pero por sobre todo mucha gratificación. A mi padre quien siempre me ha demostrado que a través del esfuerzo, sabiduría y dedicación se logran las metas. A mi madre por su amor incondicional, su cariño inigualable y su eterna paciencia. A mis amigas Cynthia y Camila quienes fueron parte fundamental en el desarrollo de esta etapa nos apoyamos mutuamente y logramos llevar a cabo este lindo trabajo de investigación. Y por último dedicarlo a todas las personas maravillosas que conocí durante este proceso formativo, terapeutas ocupacionales, usuarios y amigas/os quienes me ayudaron a crecer como persona”

Camila Herrera

“Quiero dedicar el fruto de este trabajo a todas las personas que me dieron su apoyo incondicional en mi proceso de formación como profesional, comenzando por mi padre que gracias a su diario esfuerzo, me dio la oportunidad de estudiar y de confiar en mí en este camino. A mi madre, quien me acompañó y me alentó cada día de mi vida universitaria. A mis hermanos por su apoyo y hacerles saber que con esfuerzo siempre podemos llegar a ser quien nos proponíamos ser. A mis abuelas, quienes gracias a su cariño me acompañaron e hicieron mucho más grato en este proceso.

A mis amigos y amigas, especialmente Carolina, por contenerme en los momentos difíciles y darme el aliento necesario para poder seguir adelante.

A las personas que conocí en el camino de la universidad, a los docentes por ser la base y guías de todos los conocimientos aprendidos en estos años.

A las amistades que formé en el camino Karen, Camila, Daniela y Ángelo por los memorables momentos compartidos. Y por último, mis compañeras y amigas de tesis Cynthia y Constanza, por formar parte importante de mi vida, por su alegría y apoyo incondicional en todos estos años”

AGRADECIMIENTOS

Queremos agradecer a nuestra profesora teórica María de los Ángeles por guiarnos en este proceso y su gran compromiso en el desarrollo de la investigación. Y a nuestro profesor metodológico Iván Torres por su amplio conocimiento y experiencia que fue relevante en nuestro trabajo.

A nuestras entrevistadas, por su disposición y abrir un espacio de sus vidas para aportar a esta investigación.

A María Ignacia Navarrete, Terapeuta Ocupacional y Danzaterapeuta que fue clave en el inicio de esta investigación y nos otorgó la oportunidad de conocer de cerca la experiencia de Danzaterapia.

A Loreto San Juan y Lorena Zúñiga, grandes profesionales de la Danzaterapia por sus buenas vibras y relevante colaboración en esta investigación.

Por último, a nuestras familias y amistades, quienes nos brindaron apoyo, aliento y contención emocional durante este proceso de investigación.

I.- INTRODUCCIÓN

La presente investigación surge a partir de nuestras incertidumbres personales y compartidas como estudiantes respecto a la disciplina de Danzaterapia como un posible complemento a una intervención tradicional de Terapia Ocupacional con personas en situación de discapacidad física.

Considerando los conceptos de discapacidad que han surgido a lo largo del tiempo, como investigadoras es pertinente dar a conocer la mirada contemporánea, ya que visualizamos un cambio en la visión de personas en situación de discapacidad en donde se reclama el respeto a la dignidad, integral, de la persona humana. (Agustina Palacios, 2008). En conjunto con lo anterior, hay diferentes disciplinas que realizan una práctica basada en rehabilitación, una de ellas es la Terapia Ocupacional, que tiene una mirada holística, inclusiva y orientada en la intervención a partir de las ocupaciones para que sean efectivas en el ambiente (Kielhofner, 2004).

Dentro de las distintas disciplinas, nuestro foco de interés apunta hacia un estudio sobre las técnicas, significados y práctica de Danzaterapia, en donde la American Dance Association (1999) lo define como “el uso psicoterapéutico del movimiento como un proceso que fomenta la integración emocional, cognitiva, social y física del individuo” (p. 148-156) la cual pudiese ser una alternativa de intervención holística e integral dirigida hacia los usuarios/as, considerando esta definición la cual se ve reflejada en los análisis realizados en el proceso investigativo los cuales en su transcurso fueron dando como resultado distintos aportes en el ámbito físico, psicoemocional y de participación social que se irán dilucidando en el transcurso de la investigación.

II.- FORMULACIÓN DE PROBLEMA DE INVESTIGACIÓN

Dentro del registro de las diversas terapias complementarias que se ejercen en la contemporaneidad, la Danzaterapia es una de las disciplinas que tiene un escaso desarrollo teórico investigativo en nuestro país, pero que dada su mirada holística sobre las personas es relevante su investigación para llevarla a cabo como herramienta de intervención desde Terapia ocupacional, la cual posee una mirada similar de las personas. Abordando esto consideramos el concepto de la American Dance Therapy Association (1999) que define como “el uso psicoterapéutico del movimiento como un proceso que fomenta la integración emocional, cognitiva, social y física del individuo.” (p. 148-156) como estudiantes dicha definición nos aproxima al objetivo de investigación donde no sólo se comprende lo emocional o social, sino también el impacto físico que genera en las personas.

A nivel mundial se han realizado diversas investigaciones que abordan la Danzaterapia como tratamientos alternativos; en Estados Unidos, a pesar de ser el país pionero en esta disciplina, son pocos los estudios que se han realizado, por una parte existen estudios en niños con diagnóstico de autismo, donde se revela que la Danzaterapia mejora la regulación de actividades e impulsos, además de generar una mejora en la capacidad de concentración, atención y en la capacidad de interactuar con los demás. (Dane Redman, 2007, p. 88) siendo específicos en relacionar la danza terapia como un facilitador para generar mejoras en las habilidades cognitivas superiores.

Siguiendo con esto, C. Kosh y D. Fishman (2011) hacen un estudio respecto a personas con desórdenes cognitivos, afirman que la Danzaterapia genera en el cuerpo un beneficio, donde este cuerpo se observa como la base del pensamiento y del afecto sin dejar de lado su función kinésica; sin embargo, para los investigadores de ciencias cognitivas esta conclusión significa replantear algunas de sus bases teóricas y probar la

utilidad de sus enfoques en los dominios que refiere la salud. En este estudio, se plantean los beneficios que se obtienen a nivel cognitivo y afectivo.

En conjunto con lo anterior, Earhart (2009), hace mención que las personas con enfermedad de Parkinson (trastorno progresivo del movimiento) que practicaron Danzaterapia, presentaron una mejoría respecto al equilibrio y función de la marcha, así como también en su calidad de vida (p. 231 - 238) sin embargo, destaca que esta investigación alude sólo a intervenciones de Danzaterapia a corto plazo, dejando abierta la indagación de esta misma disciplina a largo plazo.

Respecto a estudios realizados en España, hacemos referencia a un estudio de Sarah Rodríguez C. (2009) Licenciada en Psicopedagogía quien ve la Danzaterapia (danza movimiento terapia) como una alternativa en psicoterapia, considera el cuerpo como mediador de experiencia, herramienta de comunicación, expresión de sentimientos en la relación que existe entre psicoterapeuta y paciente en esta situación, considerando la creatividad que se da en la Danzaterapia como elemento curativo. Por otro lado, P. de Tord Figueras (2013) alude a que “la danza movimiento terapia es una técnica corporal que logra un mayor ‘enraizamiento’ del individuo, para ayudarlo a conectar con su cuerpo, con sus emociones y con su realidad” (p. 63), considerando a esta disciplina como una gran ventana de posibilidades que, para que pueda tomar mayor fuerza o impulso, se debe aplicar de forma regular extendiendo el tiempo de ejecución de esta.

A nivel Latinoamericano, en Costa Rica se realiza una investigación que refiere que para mejorar conductas desadaptativas o que no son adecuadas se utiliza una técnica que es estímulo-respuesta-consecuencia (Franks, 1991; Skinner 1975) donde pudieron observar que la música y la danza si lograba el manejo o cambio conductual en la población especial (Berrol, 1978; et al). Se observó que durante la sesión las conductas desadaptativas no se presentaron tan frecuentemente como era antes, ya que en este espacio se olvidaban de estas conductas; la danza y la música era un estímulo agradable

que daba espacio para realizar otras actividades igual consideradas “importantes para ellos”. Sin embargo, se ha encontrado en esta población especial que la ganancia obtenida en diferentes aspectos medidos (de aptitud física y motriz), se pierde entre los quince días y los tres meses después de haber concluido el tratamiento (Mora y Salazar, 1997; Silliman et al. 1992), además otros estudios encontrados revelan que la Danzaterapia 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, autoimagen y estados internos del paciente (Sebiani S., Leonardo, 2005, pp. 49-56). Dada la creciente evidencia de la investigación se recomienda trabajar la Danzaterapia como medio integral de salud somática en conjunto con los tratamientos tradicionales, dando a conocer los beneficios que genera esta disciplina tanto en personas con diagnóstico de salud asociado, ya sea situación de discapacidad u otra, así como también en personas con una condición de salud considerada sana, mejorando así aspectos físicos fundamentales para el desempeño cotidiano del sujeto.

Cabe destacar en este documento que, un estudio con niños y jóvenes con distintos tipos de cáncer, se garantiza que la Danzaterapia 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 de trabajo para incluir a profesionales en los campos de la psico-oncología, tales como la Danzaterapia, que enfatiza la visión holística de cuerpo- mente, y la cual ofrece un nuevo camino para explorar las complicadas interrelaciones de factores involucrados en el cáncer (Cohen y Walco, 1999). Siendo este el objetivo clave para encontrar medios que mejoren la calidad de vida de las personas con enfermedades crónicas o infecciones letales.

En una investigación realizada en Ecuador de Danzaterapia en niños/as con tendencia a la agresividad, relató que ellos “incrementaron su imaginación y su creatividad aumentando la socialización con sus pares superando así el problema de agresividad”

(A. Sango, 2012, p. 85), sin embargo, dicha investigación no entregó mayores antecedentes sobre beneficios físicos, cognitivos, etc. Otro estudio deja en evidencia el uso de la ‘‘Bailoterapia’’ en un contexto de personas mayores que utilizan esta herramienta como una medida terapéutica y preventiva en cuanto a la aparición de enfermedades, siendo una actividad que es rítmica y que ejerce mayor motivación en quienes lo practican y a la vez obtienen resultados positivos, tal como una musculatura tonificada, mejora en la postura, orientación espacial, coordinación de movimientos y también busca el beneficio a nivel social, ya que existe intervención junto a otras personas y familiares, dando lugar al fortalecimiento de los lazos entre ellos. En este contexto, se habla de una terapia creativa y expresiva que se diferencia de la Danzaterapia, ya que existe una pauta de movimientos a seguir, pero cada persona es libre de desempeñarlo según su necesidad. En este caso, la investigación se desarrolla con Personas Mayores en una institución Geriátrica. Los resultados en la investigación dejan en evidencia que luego de 12 sesiones, usuarios con Parkinson y/o Alzheimer, obtuvieron resultados positivos, dando mayor movilidad, flexibilidad, ritmo, y coordinación. El objetivo principal de la Bailoterapia es la recuperación y mantenimiento de las funciones físicas y mentales en donde se deja en evidencia que se utilizaron funciones cognitivas y capacidades instrumentales que habían quedado en el olvido por parte de los usuarios de este estudio.

En Brasil, también se han hecho estudios de Danzaterapia, uno realizado en niños con autismo donde se tenía como objetivo de la investigación observar los efectos de la terapia de baile en el rendimiento nivel motor, gestual, el equilibrio del cuerpo, la marcha y la calidad de vida, obteniendo resultados positivos en la práctica de esta disciplina. Además, contribuyó a la mejora de la calidad de vida de los adolescentes con Trastorno Espectro Autista (TEA). Hubo una mejora en las habilidades motoras, tanto estáticas como en movimiento, mostrando la importancia de un movimiento rítmico del desarrollo de las habilidades motoras olvidadas debido a la condición del TEA.

El equilibrio del cuerpo y alteraciones de la marcha se redujeron al mínimo después de las sesiones de terapia de baile en los jóvenes, probablemente debido a los incentivos ofrecidos por el baile y ejercicios alternativos en diferentes direcciones. La terapia de la danza también ha contribuido a la mejora de la calidad de vida y la reducción de la severidad del espectro autista, lo que indica la importancia fundamental de la aplicación y el cumplimiento de los proyectos con este perfil para favorecer mejoras importantes en los trastornos vislumbrados en jóvenes participante de este estudio. (L. Teixeira-Machado, 2015).

En este mismo país, un estudio realizado a pacientes Laringectomizados, proporcionó el establecimiento de un progreso en el desarrollo de la comunicación verbal y no verbal entre los participantes, además de un aumento de la interacción posible entre un grupo de apoyo, los pacientes y sus familias. La técnica ha ayudado a los pacientes para convertirse en personas conscientes de la verdadera relación que existe entre el cuerpo, mente y las emociones (A. Peto, 2000)

En Argentina, se han realizado diversos estudios, uno de los cuales refiere M. Casullo, D. Dulicai y D.Fishman (2005) que la modalidad psicoterapéutica emerge en la confluencia de dos campos: la danza y la psicoterapia, hace relación con los estudios realizados en la ciudad de Buenos Aires que tienen como conclusión que la Danzaterapia incluye como parte de sus recursos técnicos la exploración, la autoconciencia del movimiento, el uso de patrones de tensión-relajación, patrones posturales, gestuales, espectro de cualidades del movimiento, modalidades de uso del espacio, ritmos como ordenadores, condiciones facilitadoras del desarrollo del movimiento espontáneo.

La práctica de Danzaterapia llegó a Chile formalmente el 2011, de la mano de Loreto San Juan de nacionalidad chilena, profesión bailarina coreógrafa, docente y terapeuta, iniciando su formación en el teatro Municipal de Santiago y en el conservatorio de

música y danza de la Universidad de Chile; el método desarrollado por ella está basado en su trayectoria profesional de más de 30 años en danza, expresión, movimiento y nació con personas no videntes en la Organización Nacional de Ciegos de España (ONCE). Ha impartido su táctica en Alemania, Suiza, Austria y España. Loreto se especializó en la disciplina danza de la vida, que busca integrar todos los niveles del ser entendiendo a este como físico, emocional, mental y espiritual.

En este mismo año, la Danzaterapia llegó específicamente a Curicó; luego se realizó cursos en la ciudad de Viña del Mar en el 2012, llegando el año 2013 a Talca y a Santiago. Actualmente, Chile posee una Asociación de Danzaterapeutas, que es ADMT Chile la cual se constituye en mayo del 2012 obteniendo su personalidad jurídica y número de registro en el ministerio de Economía. Desde esta fecha, el grupo fundador crea asambleas generales y reuniones de directorios que buscan la difusión del movimiento y la disciplina. Actualmente, en nuestro país, el objetivo de la Danzaterapia pasa por incrementar el nivel de percepción del cuerpo, incentivando al individuo a expresarse auténticamente mediante el movimiento, gracias a la integración del inconsciente.

En Chile, son escasos los estudios realizados a Danzaterapia; sin embargo, estudiantes de la Universidad de Chile realizan una investigación a personas con trastorno psiquiátricos. Parte de dicho estudio comprende el cuerpo según L. Pizarro y M. Marín (2014) como medio de expresión y de comunicación no verbal, en donde las personas con diagnóstico de salud mental, rompen este esquema, teniendo como consecuencia una represión de su ser que se expresará en un cuerpo enfermo. Refieren que la Danzaterapia otorga beneficios de movilidad inmediata, en donde este cuerpo considerado enfermo comienza a aparecer y a expresarse, dejando de lado su represión y negación de su ser. Por otro lado, logra modificar su imagen corporal traspasando las barreras mentales y limitaciones auto-impuestas, generando un impacto positivo en la calidad de vida.

Se concluye a grandes rasgos que en el ámbito físico:

El movimiento es capaz de liberar la mente de sus límites; a través de la percepción sensorial, del trabajo físico concreto, del cumplimiento de metas, de hacer real un cuerpo que para el enfermo mental sólo existe en su mente y logra lo que él enfermo cree que puede lograr solamente. (L. Pizarro y M. Marín, 2014, pp. 91-92).

Siguiendo con los estudios realizados en Chile, específicamente en la ciudad de Santiago en la Universidad Andrés Bello, investigación que considera las artes como elementos fundamentales a la hora de intervenir, habla específicamente de la danza como una herramienta terapéutica otorgándole un significado propio del ser, donde concluyen que la pasión es el sentimiento que motiva el desempeño de la ocupación. (F. Aguirre, J. Campos y E. Quintana, 2013).

Sin embargo, respecto a Danzaterapia no hay estudios ni investigaciones como complemento a la práctica tradicional de la Terapia Ocupacional. Algunas de las áreas de Terapia Ocupacional donde es más utilizada la Danzaterapia son visual, discapacidad auditiva, entre otros. (Lavandez G, 2009). Es por esto que consideramos relevante poder indagar en esta disciplina para conocer los fundamentos de la Danzaterapia y como se puede complementar con la práctica de la Terapia Ocupacional, en donde esta tiene una mirada que se enfoca en recuperar la funcionalidad y normalizar un cuerpo para realizar una ocupación que sea efectiva en el ambiente (Gary Kielhofner).

La Terapia Ocupacional tiene distintas maneras de ejercer la práctica; un área es la rehabilitación en Salud Física, en donde el profesional se desempeña abordando problemáticas tales como alteraciones en el desarrollo motor normal (debilidad muscular, disminución de destrezas, de coordinación, alteraciones reflejas, etc.) así como también, alteraciones sensitivas (pérdida de sensibilidad discriminatoria, alteraciones perceptivo-cognitivas, etc.) (Begoña Polonio, 2010).

Actualmente, en nuestro país, la disciplina de la Terapia Ocupacional utiliza diversas terapias complementarias para su intervención en la rehabilitación física a los usuarios, en donde una de ellas es la Hipoterapia que se utiliza al caballo como herramienta terapéutica aprovechando los movimientos multidimensionales del caballo para estimular los músculos y articulaciones del paciente (Renate Bender, 2011). La Hipoterapia está siendo cada vez más utilizada, ya que es una opción de terapia para complementar los procesos de rehabilitación habituales de personas con problemas físicos y mentales. También se destaca a la Arte Terapia, en donde la Asociación Británica de Arte Terapeutas (1969) lo comprende como una forma de psicoterapia que usa medios artísticos como modo primario de comunicación, en donde además de desarrollar habilidades de expresión, se trabaja habilidades físicas que pueden involucrar al cuerpo para la realización de diferentes actividades. Entre otros como Mecanoterapia, Canoterapia, Ludoterapia, Ergoterapia, Crioterapia, etc.

Respecto al quehacer del Terapeuta Ocupacional, se puede reflexionar que utiliza a la danza como estrategia para llevar a cabo una intervención integral que aborde aspectos tanto físicos como psicológicos y sociales. Schwartzman V. (2008) refiere que:

“Con el movimiento se activan procesos neurológicos, fisiológicos y emocionales que permiten despertar funciones disminuidas o deterioradas. Además implica la participación activa y psicodinámica de la persona como protagonista de su tratamiento en un encuadre terapéutico” (p.17)

En conjunto con lo anteriormente mencionado consideramos que utilizar la danza como estrategia de intervención podría ser beneficiosa en cuanto a la resignificación del esquema corporal, socialización, expresión de sentimientos, estimulación cognitiva y actividad física.

Los Terapeutas Ocupacionales utilizan al desempeño ocupacional como fin de su intervención, en donde este se entiende como a la capacidad de la personas de elegir, organizar y desarrollar de forma satisfactorias ocupaciones significativas y culturalmente adaptadas, en búsqueda del cuidado personal, del disfrute de la vida y de la contribución a la sociedad, en donde el objetivo final va más allá de la ausencia de enfermedad, sino que alude al disfrute de la vida en plenitud. Es un proceso dinámico que incluye a la persona, las ocupaciones y al ambiente (Simó S. 2007. pp 11).

Como estudiantes, vamos a comprender que la repercusión que tiene la discapacidad física en el desempeño ocupacional a nivel funcional es divisada en: El aspecto motor, a nivel neuromuscular podemos encontrar los reflejos, arco de movimiento, tono muscular, fuerza, resistencia, control postural e integrar de los tejidos blandos; respecto a desempeño motor se considera a la tolerancia a la actividad, la coordinación motora gruesa, lateralidad, integración bilateral, praxias, coordinación y destreza motora fina.

Siguiendo con lo antes mencionado, tiene también repercusiones en el significado de vida de las personas, el comportamiento, la autodeterminación, potencial de cambio, habilidades y participación en el medio social, cultural e institucional, donde la actuación, organización, elección y satisfacción de las ocupaciones viene determinada por la relación en el medio. (Simó S. 2007. pp 10)

Registros de la historia muestran que los orígenes de la Danzaterapia y Terapia ocupacional, nacen debido al alto impacto que tuvo la Segunda Guerra mundial en cuanto al aumento del número de personas en situación de discapacidad y la repercusión que esta tenía en el desempeño ocupacional, producto de alteraciones a nivel físico, emocional y cognitivo.

Considerando nuestros antecedentes ambas disciplinas coinciden en el fin de su práctica e intervención, yendo en pro de la aceptación de una nueva condición física, viendo a la

persona en ambas disciplinas (Terapia Ocupacional y Danzaterapia) desde un enfoque holístico las cuales conciben al individuo de forma global, se pueden relacionar en qué utilizan la ocupación como un medio terapéutico comprendiendo a este como “vehículo que transporta la posible solución al conflicto que se presenta de manera de crisis o como elemento disruptivo de la vida cotidiana de las personas. El medio terapéutico va a representar la manifestación de la atención y preocupación por el otro” (Rueda L. N.D). En base a los antecedentes, podemos ver la Danzaterapia como una opción de ocupación y a la vez como el medio terapéutico que puede ser ligado a Terapia Ocupacional.

En conjunto con lo anterior, podemos destacar que para los Terapeutas Ocupacionales, la Danzaterapia establece una herramienta de gran apoyo y utilidad, ya que se trata de una técnica que nos sirve para conocernos más como personas de manera íntegra, debido a que no sólo basta con conocer el funcionamiento de nuestro cuerpo y mente, sino que también es necesario alinearlos con nuestros procesos emocionales y la imagen de nuestro cuerpo donde Dolto (1986) define a la imagen inconsciente de este como “la representación inconsciente que cada uno se hace de su cuerpo de ayer y de hoy vibrante de deseos, lenguaje y ternura”, refiriendo como síntesis viva de nuestras experiencias emocionales, en donde en cuestión el individuo pueda nombrarse “yo” y donde menciona que esta imagen corporal se hace a través de la comunicación e interacción con las otras personas. En conjunto con esto Bartenieff (1982) considera que esta técnica, la Danzaterapia provee al individuo de cierta consciencia de sí mismo y de su relación con otros, siendo diseñada para integrar sensaciones corporales con sentimientos, emociones y la expresión en donde considerando lo mencionado anteriormente nos surge la siguiente pregunta:

¿Cuáles son los posibles aportes de la Danzaterapia a la intervención de Terapia Ocupacional en personas en situación de discapacidad física?

La relevancia de formular esta pregunta reside en, que a partir de nuestra experiencia como estudiantes, la práctica de Terapia Ocupacional es una disciplina versátil y creativa, es decir, puede rescatar y utilizar herramientas de otras disciplinas para complementar de manera integral su intervención con el fin de alcanzar el óptimo desempeño ocupacional de las personas a partir de la ocupación.

En nuestro país son escasos los estudios respecto a la disciplina de Danzaterapia, que podría dar la opción a Terapeutas Ocupacionales de utilizar esta como una herramienta que concede ampliar las opciones de intervención para usuarios que requieran rehabilitación en salud física, otorgando un abordaje holístico, que considera mente-cuerpo, las emociones, la expresión y la resignificación de la imagen corporal del cuerpo.

Debemos ser conscientes de las situaciones en que existe la pérdida brusca o paulatina de una capacidad física o un cambio en la estructura, en la mayoría de los casos es un momento traumático y de crisis en la vida de la persona, el cual comprende un proceso de duelo y luego aceptar la nueva condición. Es importante considerar que cuando una persona se encuentra en situación de discapacidad, existe un cambio respecto a la interpretación sobre el propio cuerpo y a las emociones, donde puede repercutir en el desempeño ocupacional de este; es por eso que la Danzaterapia como complemento puede otorgar a las personas la oportunidad de ampliar sus posibilidades de rehabilitación en salud física fomentando la expresión de dichas emociones y pensamientos trabajando en la relación mente-cuerpo más allá de una intervención basada netamente en el desempeño funcional (físico).

III.- OBJETIVOS

OBJETIVO GENERAL: Conocer posibles aportes de la Danzaterapia como complemento a la Terapia Ocupacional en la rehabilitación de personas en situación de discapacidad física.

OBJETIVOS ESPECÍFICOS:

- Indagar los aportes de la disciplina de Danzaterapia en la rehabilitación de personas en situación de discapacidad física a través de relatos de Terapeutas ocupacionales con experiencia en la disciplina de Danzaterapia.

- Identificar los aportes a nivel físico de la disciplina de Danzaterapia a través de experiencias de usuarios en situación de discapacidad física que la practican.

- Explorar la utilización de la disciplina de Danzaterapia como un aporte a la resignificación del cuerpo y la repercusión en el desempeño ocupacional en personas en situación de discapacidad física.

IV.- MARCO TEÓRICO

1.- Acercamiento al concepto de Danzaterapia

1.1 Definiciones y comprensiones.

La Danzaterapia está definida según la Asociación de Danza Terapia (1999) como “el uso psicoterapéutico del movimiento con un proceso que tiene como meta integrar al individuo de manera física y emocional” (p.16) siendo este un método que surgió en los Estados Unidos en la década de los años '40 técnica fundada por Marian Chace, Trudi Schoop, Lilian Espenak y Mary Whitehouse dando a conocer las distintas modalidades de la danza como terapia.

Esta técnica 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 (Mary Whitehouse, 1950).

Por otro lado, existen variados fundamentos de distintos autores, uno de ellos es el de Bartenieff (1982) quien argumenta que la Danzaterapia implica proveer al individuo de cierta consciencia de sí mismo y de su relación con otros; su técnica está diseñada especialmente para integrar sensaciones corporales con sentimiento, emociones y su expresiones en donde refiere y concluye que los aspectos funcionales como los aspectos expresivos del movimiento apuntan al mismo fin (Bartenieff y Lewis, 1982), además en su diseño metodológico, tiene como objetivo posibilitar la unificación perceptual de tres actividades simultáneas: la respiración, la fluctuación muscular y el sentir.

Es relevante mencionar que dentro de la gama que imparte la Danzaterapia existen distintas líneas, siendo una de estas el método Danza de la Vida, el cual está basado en la conexión de los cuatro elementos de la naturaleza: tierra, agua, aire, fuego y los

cuatro niveles del ser: físico, emocional, mental, espiritual. El sistema se nutre e integra conceptos y principios de la sabiduría espiritual universal de oriente y occidente. Concibe al ser humano completo: con su dimensión terrestre y celeste a la vez. Establece un equilibrio entre todos los niveles del ser (Loreto San Juan, N.D).

Otra forma de comprender o conocer la Danzaterapia es a través del concepto DanceAbility, que se entiende según Alito Alessi (1987) como “método de improvisación en danza que permite que personas con y sin discapacidades físicas se reúnan para la experimentación artística.” (p. 8). Los objetivos que plantea esta técnica se orientan principalmente en ayudar a explorar y desenraizar prejuicios y concepciones erróneas que las personas con y sin discapacidades tienen mutuamente, con el propósito de construir una comunidad que incluya a todas las personas, más allá de su discapacidad, experiencia o cultura que esta posea.

La DanceAbility intenta ofrecer una experiencia no sólo estética y artística, sino también ética y humanizadora; aspirando a altas expectativas con el propósito de contribuir a una sociedad más justa con oportunidades para todos.

1.2 Técnicas de trabajo de la disciplina.

Dentro de la comprensión del concepto de “técnica” se entiende como el conjunto de procedimientos prácticos en vista al logro de uno o varios resultados; las usadas en Danzaterapia son variadas, en donde a grandes rasgos su técnica es diseñada especialmente para integrar sensaciones corporales en conjunto con sentimientos, emociones y expresiones.

Por una parte, la técnica de danza según Fischman (2001) tiene distintas finalidades que son reproducir los movimientos incorporando nuestro mundo interior, percibir mejor los

sentimientos corporales, ampliar el repertorio de los movimientos y hacer énfasis a la fusión entre un estado de ánimo y el movimiento. La elección del estilo de baile dependerá netamente del estado de ánimo y la situación general de la persona, y a su vez, el estilo de baile que escoja, es como expresará sus emociones.

La técnica de improvisación alude a dejarse llevar por lo imprevisto o por lo no planificado. A través de ésta uno se expresa por los impulsos, realiza lo que desea y lo representa con el movimiento. En la improvisación, no existen movimientos planeados, pues con ésta uno decide cómo utilizar el cuerpo, el espacio, el tiempo, la fuerza y el ritmo. Con la improvisación no se realiza algún movimiento para lograr un estado definido, la persona que danza puede expresar sus sentimientos, vivencias e ideas a través del movimiento.

Respecto a la técnica de creación, se entiende como la combinación entre las dos técnicas anteriores, es decir, la conjunción entre danza e improvisación. Durante la creación, las personas logran expresar sentimientos, estados de ánimo y emociones con movimientos controlados que van al ritmo de un estilo de música determinado y a partir de esto, la persona tiene la libertad de elegir qué sentimiento desea representar según lo que siente en la melodía que está escuchando.

En conjunto con lo anterior, Vella (2014) la utilización de las técnicas de Danzaterapia permite, además de un reconocimiento propio, un reconocimiento profundo del valor de lo social, grupal y comunitario como necesidad y posibilidad de encuadre terapéutico apuntando a la curación y/o mejoramiento de la calidad de vida. Es importante tener en cuenta que la Danzaterapia es accesible para todos, ya que los beneficios que aporta dicha terapia la convierte en una técnica que, de una u otra forma, guía y ayuda a encontrar un equilibrio y armonía de manera holística, siendo un instrumento eficaz a la hora de incrementar el nivel de percepción personal, para incentivar al individuo a expresarse de manera auténtica a través de la integración con su entorno y en su interior.

A través de la música y de la danza, encontramos el movimiento que permite lograr la integración de los procesos corporales y emocionales del individuo, lo que podría ser un aporte al Desempeño Ocupacional de la persona.

1.3 Experiencia de Danzaterapia a lo largo de la historia.

La Danzaterapia, comienza en Estados Unidos en la década del 40 y 50 del siglo XX, con el fin de utilizar la danza y el movimiento como medio terapéutico en el área de Salud Mental a personas que regresaban de la II Guerra Mundial, ya que los Hospitales Psiquiátricos se encontraban sobre-poblados. Marian Chace, una de las pioneras en esta disciplina, realizaba talleres de danza y movimiento improvisado, que posteriormente se llamaría “Danzaterapia” en pacientes de la unidad psiquiátrica del Hospital Federal St. Elisabeth en Washington D.C. donde posteriormente se visualizaban los efectos positivos que estas prácticas evidenciaban.

Irmgard Bartenieff fue una danzaterapeuta que utilizó la disciplina con un objetivo educativo y con el propósito del desarrollo eficiente y expresivo del movimiento, enfatizando los aspectos espaciales del mismo, incorporándose a una organización motora competente. Luego de graduarse como terapeuta física en la Universidad de New York en 1943, comenzó a trabajar con víctimas de poliomielitis en el Willard Parker Hospital. Fue allí donde desarrolló su práctica que posibilitó su conceptualización, los fundamentos y filosofía basada en el uso del movimiento para promover salud mental.

Rudolph Laban, coreógrafo austro-húngaro junto con Warren Lamb en 1970 desarrollaron una recopilación teórica llamada “Método Laban de Análisis Corporal” en donde describen la aptitud de los cambios en el movimiento y la habilidad para

adaptarse en el espacio. A su vez consideraban que los sentimientos y pensamientos de las personas implicaban en el movimiento, del mismo modo que la manera de moverse afectaba el raciocinio. Laban (1987) clasifica el movimiento en términos de “esfuerzos y de formas, en relación al uso de ejes y coordenadas espaciales que los consideraban para comprender el comportamiento de las personas (...)” (p. 2)

Bartenieff (1980) realizó un trabajo con niños que estaban deprimidos debido a sus limitaciones físicas, con el fin de atender las necesidades de sus movimientos. Ella hizo énfasis en las formas de movimiento que ellos requieren desarrollar para satisfacer ciertas necesidades emocionales, motivacionales y física.

Siguiendo con lo anterior, el desarrollo de la Danza Moderna permitió liberar el potencial expresivo de las personas al bailar, siendo prioridad la liberación de las emociones y deseos, a diferencia de la Danza clásica que requiere de cierta técnica y movimientos específicos. Considerar los aportes antes mencionados y cómo estos influyeron en parte en la creación de la Danza Movimiento Terapia (DMT), la cual ofrece un método alternativo para trabajar dentro del contexto de cualquier teoría que aborde de forma sistemática la conducta humana (Chaiklin, 1975).

También, existen prácticas que han sido llamadas de distintas formas, pero que tienen objetivos en común con la Danzaterapia, refiriendo en este caso a DanceAbility (DA) que tiene sus orígenes en Estados Unidos con la propuesta de Alessi y su compañera de danza Karen Nelson, donde realizan los primeros talleres en contexto de danza inclusiva donde asisten todas las personas interesadas, lo que posteriormente lo llevó a desarrollarse a nivel global, llevando a cabo la realización de distintos espectáculos en las calles de Alemania. Luego en el año 2007 la DanceAbility recibe una donación por parte de Marisa de León fundadora de la escuela Franklin Delano Roosevelt en Uruguay, lugar al que asisten niños en situación de discapacidad, este aporte permitió el desarrollo de Dance Ability en Latinoamérica.

1.3.1 Experiencia de Danzaterapia en Chile.

Durante la década de los 80 y 90 varios profesionales viajaron a distintos países a formarse profesionalmente como Danzaterapeutas, pero hacia el año 2009 es cuando se realiza la primera convocatoria oficial de profesionales de la disciplina, logrando formar lo que es conocido el día de hoy como la Asociación de Danza Movimiento Terapia (ADMT Chile). En este mismo año se realiza el “Primer Encuentro DanceAbility” dirigido por Alessi, que permitió concretar el proyecto de esta disciplina en nuestro país.

El 2010 se realiza el Taller DanceAbility en CETRAM (Centro de Trastornos del Movimiento), siendo su objetivo principal promover la experiencia, la reflexión y la diversidad en la danza, además buscaba que estas personas tuvieran el espacio de construir y reflexionar sobre un cuerpo atento, despierto, capaz de comunicar, expresar y generar una conexión con otros cuerpos por medio del movimiento, siempre respetando las capacidades de cada persona.

Otros aportes a la Danzaterapia en Chile, fueron llevados a cabo por la bailarina, coreógrafa, docente y terapeuta Loreto San Juan, de nacionalidad Chilena, quien inició su formación profesional en el Teatro Municipal de Santiago y el conservatorio de Música y Danza de la Universidad de Chile. Loreto, comienza la práctica de la danza, el movimiento y la expresión con personas ciegas de la Organización Nacional de Ciegos de España (ONCE) y luego en el año 2011 trae la disciplina a Chile dándola a conocer como Danzaterapia con el nombre de “Danza a la Vida”, definiéndolo como un sistema que genera el desarrollo de la creatividad, la conciencia corporal y el estudio de los cuatro niveles de expresión del ser orientado a lo físico, emocional, mental y espiritual.

La ADMT Chile, con su personalidad jurídica adquirida, lleva a cabo la disciplina en el ámbito laboral, pedagógico, artístico y terapéutico, donde se ha visto reflejado en cursos a trabajadores de empresas públicas y privadas, con el fin de fomentar el autocuidado, el manejo de estrés, las relaciones humanas y también como medida de relajación y prevención de riesgos. Además, la Danzaterapia, se imparte desde centros de cultura, mediante la realización de cursos a todo tipo de público y también en Centros de Rehabilitación para adultos y niños en situación de discapacidad tanto física como mental.

2.- Terapia Ocupacional y rehabilitación física.

2.1 Acercamiento al concepto de discapacidad

Estamos inmersos en una sociedad basada en la diversidad, ya sea de ideologías, culturas, funcionalidad, etc, y es aquí donde entra la categoría de personas en situación de discapacidad. A lo largo del tiempo, el concepto de discapacidad ha evolucionado en su comprensión y noción, en donde Agustina Palacios (2008) refiere tres modelos que han entendido la discapacidad de distinta manera, los que corresponden al de prescindencia, rehabilitador y social.

En los inicios, se visualizaba a la discapacidad como un castigo de Dios, en donde la justificación de la discapacidad era netamente de origen religioso, refiriendo que era un castigo de los dioses por pecados cometidos por los padres; incluso refería que podría ser señal de parte de los dioses de una futura catástrofe (Palacios, 2008, pp. 37). Con el transcurso del tiempo, específicamente en la década de la primera Guerra Mundial, el concepto de discapacidad sufre un cambio de paradigma debido a las necesidades

visualizadas en las personas mutiladas, en donde los impedimentos físicos y mentales dejaron de ser considerados como castigos divinos y comenzaron a entenderse como enfermedades que podrían recibir tratamientos, donde se buscaba normalizar a la persona, recuperando su máxima funcionalidad para que ellos pudieran adaptarse a la sociedad. (Palacios, 2008, pp. 66). Sin embargo, surgen críticas a este modelo, principalmente porque dicha rehabilitación terminaba institucionalizándolas, dejando como consecuencia la exclusión de las personas en situación de discapacidad, y es aquí donde surge un nuevo paradigma: El modelo social.

El modelo social entiende que la discapacidad la genera las barreras sociales, agregando que las personas con discapacidad tienen mucho que aportar a la sociedad, o que, al menos la contribución será en la misma medida que el resto. (Palacios, 2008, pp. 103) Se resalta el término de dignidad, este modelo parte de la premisa de que toda vida humana es igualmente digna sosteniendo que los aportes a la sociedad de las personas en situación de discapacidad están relacionados con la inclusión y la aceptación de la diferencia y así mismo busca cambios en la política social y en la legislación de los derechos humanos.

Considerando los modelos y concepciones de discapacidad que han surgido a lo largo del tiempo, es pertinente dar a conocer otras miradas que en lo contemporáneo existe en nuestro país. Servicio Nacional Discapacidad (2009), define discapacidad como “personas que pueden reconocer su condición de sujetos de derechos civiles, políticos, económicos, sociales y culturales. La discapacidad no está en la persona sino en la relación con las barreras del entorno.” (pp. 2-3) en donde se toma en consideración el contexto en que se desenvuelven las personas, logrando comprenderlas bajo una visión holística e igualitaria.

En consiguiente, la Fundación Nacional de Discapacitados (2006) define la discapacidad a partir de la Convención sobre los Derechos de las personas con Discapacidad como un concepto genérico, amplio, que lo relaciona a “una condición física, sensorial, mental, intelectual, psiquiátrica o un multidéficit, que limita actividades y restringe la participación, determinando por lo general, una relación negativa entre quienes presentan una o más deficiencias y los factores contextuales que los rodean”, en donde enfoca a una mirada biopsicosocial del concepto de la discapacidad considerando todas las dimensiones que están involucradas en esta, ya que muchas veces el contexto social es quien limita y coloca barreras a las personas en situación de discapacidad.

2.2 Terapia Ocupacional: disciplina tradicional y terapias complementarias.

Son diversas las definiciones que apuntan a la Terapia Ocupacional, en donde según la Organización Mundial de la Salud (OMS), como “el conjunto de técnicas, métodos y actuaciones que, a través de actividades aplicadas con fines terapéuticos, previene y mantiene la salud, favorece la restauración de la función, suple los déficit invalidantes y valora los supuestos comportamentales y su significación profunda para conseguir la mayor independencia y reinserción posible del individuo”. (p.3) en donde da énfasis a que la persona restablezca las habilidades necesarias para poder desenvolverse de manera autónoma e independiente en su vida cotidiana y en todos los aspectos de esta, ya sea en el ámbito laboral, educacional, recreativo, etc. rompiendo obstáculos y barreras que la sociedad y cultura en la que está inmerso le impone.

Otro autor reconocido en el área, es Gary Kielhofner, visionario y pionero en la Terapia Ocupacional (T.O), quien define la Ocupación como una la actividad principal del ser humano, fruto de un proceso evolutivo que culmina en el desarrollo de sus necesidades

biológicas, psicológicas y sociales. La Terapia Ocupacional entonces estudia la ocupación de las personas en las áreas de autocuidado, productividad, ocio, tiempo libre y juego.

Por su parte, el Comité Europeo de Terapeutas Ocupacionales (COTEC 1996), define la Terapia Ocupacional como una profesión de la salud que se basa en el conocimiento y las relaciones que existen entre la salud, la ocupación y el ambiente otorgando el bienestar de las personas en situación de discapacidades físicas, cognitivas, sociales y/o ambientales haciendo alusión a “que alteran su potencial de desarrollo y su desempeño ocupacional; que utiliza actividades significativas para la persona teniendo como objetivo final restaurar, mantener y/o desarrollar habilidades necesarias para integrarse y participar en su esfera biopsicosocial” (p.11)

Sin embargo, a partir de nuestra experiencia como estudiantes, la Terapia Ocupacional se reconoce como una disciplina versátil que se vincula con la cotidianidad del sujeto y sus significados y entre otros asuntos que las personas le podrían atribuir a estas disciplinas complementarias, es decir puede rescatar y utilizar herramientas de otras disciplinas para complementar de manera integral su intervención, siendo algunas de estas disciplinas la hipo-terapia, cano-terapia, musicoterapia, arte-terapia y la Danzaterapia, etc. No solo la Terapia Ocupacional puede intervenir en una persona de forma unificadora, si no que a su vez existen diversas disciplinas que se pueden adicionar apuntando a un mismo fin, entregando beneficios y/o favoreciendo la participación en distintos ámbitos de la vida cotidiana, abriendo alternativas para desempeñarse en distintos contextos a través de sus propios intereses y motivaciones, ayudando a potenciar o desarrollar nuevas habilidades que la persona necesita para un satisfactorio desempeño ocupacional.

2.3 Importancia de Desempeño Ocupacional en rehabilitación física.

Se puede afirmar que el comportamiento ocupacional es un fenómeno complejo que demanda una amplia posibilidad de análisis de este mismo, que pudiese abarcar lo biológico, psicológico, social, cultural, etc. en donde observamos la importancia del desempeño ocupacional de una manera dinámica.

La Terapia Ocupacional, basa su intervención a partir del desempeño ocupacional, considerando a este como eje principal de trabajo y como componente esencial en el desarrollo de la práctica. El desempeño ocupacional se entiende a partir de la AOTA (2008) como “la capacidad de la persona para elegir, organizar y desarrollar de forma satisfactoria ocupaciones significativas y culturalmente aceptadas, en búsqueda del cuidado personal, del disfrute de la vida y para contribuir a la sociedad...” (p.51), lo cual en contexto de rehabilitación, permite que las personas puedan integrarlo en el ambiente físico, social y cultural al cual afecta y por el cual es afectado.

El desempeño ocupacional según lo refiere Trujillo A. (2002) es: “el actuar de las personas en ambientes específicos, proceso durante el cual la persona se motiva, inicia y completa distintas ocupaciones, interviniendo capacidades personales, exigencias ocupacionales y demandas ambientales”. (p.73) donde lo concibe como un proceso durante el cual las personas se motivan y realizan ocupaciones, de acuerdo con una trayectoria en la que intervienen sus capacidades, las exigencias ocupacionales y los estímulos (favorables y/o desfavorables) del medio ambiente y por el cual se construyen significados de vida.

Se puede decir que los imbalances o disrupciones ocupacionales tienden a influir de manera negativa en todos los órdenes de la vida de las personas, que puede repercutir en las cualidades personales (sociales, mentales, físicas, espirituales), áreas ocupacionales (autocuidado, esparcimiento y trabajo/estudio) y características del contexto, temporal

y social. Es por eso que el quehacer del Terapeuta Ocupacional reside en otorgar oportunidades que permitan desarrollar comportamientos eficaces y significativos para las personas, como por ejemplo, estructurando una rutina que además de desarrollar estrategias, le permitirán a la persona ejercer roles deseados promoviendo la socialización y participación activa en la comunidad para crear una identidad con el fin de lograr una ocupación significativa en el humano, donde Wilcock (2002) comprende a este como el fomentar sus potenciales y su historia personal - sociocultural (el ser), la forma en que expresa su individualidad, transforma y es transformado por su entorno (el que hace) y cumplir expectativas y propósitos propios de cada persona (lo que puede llegar a ser).

2.3.1 Componente sensorio-motor

Chapparo, C. & Ranka, J. (1996) comprenden el componente de integración sensorial como el proceso de recibir y diferenciar los estímulos sensoriales donde interactúa el input sensorial y las respuestas motoras del cuerpo durante la ejecución de la tarea, por ejemplo, el color, textura, temperatura, movimiento, sonido, olor y sabor, poniendo a prueba todos nuestros sentidos. Respecto a lo neuromuscular, va en relación a los estímulos sensoriales, que reflejan en una respuesta motora mencionada a partir del tono, fuerza, control postural, etc. Y por último, al hacer énfasis en lo motor se observara que, en el desempeño ocupacional, se utilizan grupos musculares grandes y pequeños que permiten realizar distintos movimientos de los miembros tanto superiores e inferiores para llevarlo a una acción concreta para realizar una tarea o actividad.

2.3.2 Componente cognitivo/perceptivo

Este componente según Chaparro, C., y Ranka, J. (1997) hace referencia a “la operación e interacción de y entre los procesos mentales empleados durante la ejecución de la tarea” (p.143) que considera el pensar, percibir, reconocer, recordar, juzgar, aprender, saber, atender y la solución de problemas. Esto último está ligado a las funciones cognitivas que nos permiten estar alerta y orientados hacia las actividades,

entendiendo a ésta como mediador entre la competencia y función ocupacional (Margallo P, 2005) que las personas realizan, además de organizar dichas actividades con un inicio, una planificación y una resolución de problemas, según los requerimientos de la situación que se esté llevando a cabo.

2.3.3 Componente psicológico y psicosocial.

Chaparro, C., y Ranka, J. (1997) orienta estos componentes con el propósito a que la persona pueda recuperar sus capacidades psíquicas perdidas y/o desarrollar nuevas capacidades que le permitan desenvolverse adecuadamente en su entorno, relacionadas o no a una actividad, es más, si se producen actividades con propósito, dará lugar a una mejor adaptación de la persona hacia el cambio positivo en su desempeño ocupacional. A su vez, se puede trabajar con este entorno antes mencionado para generar recursos y apoyos que faciliten el desempeño y la integración del individuo mediante la construcción de nuevas formas de relación.

En el proceso de rehabilitación, estas habilidades permiten procesar los pensamientos y emociones, además de interactuar con la sociedad pudiendo poner en práctica los roles que las personas asumen o adquieren con el tiempo, fomentando las habilidades personales y sociales. Cabe destacar que las personas son seres sociales por naturaleza. Los individuos están inmersos en un campo de relaciones que los va determinando como tal (Vygotsky, N.D) por lo que se favorece la participación social de las personas, en donde Wandersman (1984) lo comprende como el proceso mediante el cual los individuos toman parte en la toma de decisiones de instituciones, programas y ambientes que los afectan (p.339). De acuerdo con esta última definición la participación puede darse en cualquier campo, laboral, educativo, de salud, tanto en referencia a un agente externo como dentro de una misma organización o comunidad. En cualquier caso, la finalidad es la misma: actuar para garantizar congruencia entre decisiones y necesidades.

Estos componentes forman parte fundamental dentro de la propia persona siendo esenciales para la construcción de su propia identidad, en donde la percepción cambia cuando algunos de los componentes se ve afectado ante los prejuicios que se encuentran en la sociedad, como también las propias limitaciones que las personas se auto imponen.

3.- Re-significación del cuerpo

3.1 Concepto de cuerpo y significación de este.

Dentro de las distintas comprensiones que existen sobre cuerpo, desde una objetivación biológica, se comprende como una constitución orgánica, es decir, de todo lo vital que abarca órganos, tejidos, sistemas, etc. Se ve al cuerpo como un objeto que va dirigido a cumplimiento de tareas vitales para mantener y prolongar la vida, apuntando hacia una mirada más bien analítica. El cuerpo es ante todo materia, distinta y opuesta a la no materia entendida como razón, amor, inteligencia, espíritu, alma, etc., en suma, a entender al cuerpo como mero organismo, como la porción animal del humano. (Carballo C. 1998. pp 230-234)

Autores dirigen su mirada a cierto estudios del cuerpo, dando distintas propuestas como lo hace David Le Breton (2002) donde refiere que del cuerpo nacen y se propagan las significaciones que constituyen la base de la existencia individual y colectiva, comprendiendo el existir como concepto que implica moverse en un determinado espacio y lugar. Dirigiendo esto a que el cuerpo funciona como emisor o como receptor, que produce sentido continuamente y de este modo la persona se inserta activamente en un espacio social y cultural comprendiendo estas dimensiones. No sólo existe el cuerpo como un concepto o una estructura física sino que este cuerpo existe gracias a la interacción entre medioambiente y comportamiento.

Siguiendo con el sentido de la concepción anterior de cuerpo, se hace alusión a lo planteado por Leder (1990), que emplea el término "cuerpo vivido" y lo describe de la siguiente manera:

La experiencia humana está encarnada. Yo recibo el mundo circundante a través de mis ojos, mis oídos, mis manos... Mis piernas me llevan hacia un objetivo deseado observado a la distancia. Mis manos se alargan para tomar herramientas... Mis acciones están motivadas por las emociones, necesidades, deseos que surgen del yo corporal. Las relaciones con otros se basan sobre nuestra reciprocidad de miradas y tacto, nuestras palabras, nuestras resonancias de sentimientos y perspectiva. (p.94)

Debemos considerar que nuestros cuerpos están en constante actividad, por lo tanto la experiencia de nuestros cuerpos está dada por la interacción que posee con el ambiente, ya sea por la información que recibe de éste, además de lo que es capaz de hacer en él, teniendo la capacidad de crearse y transformarse en el hacer, es decir, al ocupar el espacio, el tiempo, los objetos, las personas y a sí mismos. Tampoco debemos dejar fuera las necesidades básicas, los intereses y las emociones que tenemos como seres humanos, ya que son todas estas en conjunto las que nos motivan a ser individuos activos dentro del mundo, independiente de la situación que posea.

3.1.1 Imagen inconsciente del cuerpo.

Según Dolto,F (1986) refiere que la imagen del cuerpo es la compilación de nuestras experiencias emocionales y relacionales que repetitivamente fueron vividas. Se puede considerar a ésta como la representación simbólica inconsciente del sujeto en relación con el cuerpo ya existente desde la concepción. A favor de nuestra imagen del cuerpo adquirida por nuestro esquema corporal, podemos entrar en comunicación con un otro.

Todo contacto con un otro, sea de comunicación o de evitamiento, se establece en la imagen del cuerpo.

Por otro lado, el esquema corporal está relacionado al cuerpo actual en el espacio y a la experiencia inmediata. Puede ser independiente del lenguaje, entendido como historia relacional del sujeto. El esquema corporal es evolutivo en el tiempo y en el espacio. La imagen del cuerpo refiere el sujeto del deseo a su gozar, mediado por el lenguaje y memorizado por la comunicación entre sujetos. No netamente la imagen del cuerpo está conectada con el esquema corporal, en ocasiones este es independiente.

Relacionando lo anterior, se puede inferir que la imagen inconsciente del cuerpo en personas en situación de discapacidad, se ve alterada porque la sociedad se encarga de limitar acciones y la existencia de estas personas, enfocándose más en su discapacidad que en su capacidad de ser sujetos (Tobar, A. y Elizabeth, S, 2010) lo que finalmente repercute en la imagen tanto inconsciente como consciente de las personas.

3.1.2 Relación mente-cuerpo.

Existen variaciones en cuanto a la relación mente y cuerpo, por un lado existe la posición Dualista que sostiene que lo mental y lo físico constituyen dos ámbitos separados y la Monista que plantea que lo físico y lo mental constituye un solo ámbito.

Descartes (1596-1650), plantea la existencia del Dualismo, considerando que mente y cuerpo están por separado y son totalmente diversos en su actuar, además, considera a la mente como un ente pensante, sin un espacio definido y que puede decidir por sí solo, a diferencia del cuerpo que se encuentra situado en un espacio, sin pensamiento y es gobernado por las leyes del movimiento.

Dualismo Sustancialista, ve mente y cuerpo como sustancias las cuales son independientes uno del otro, pero eventualmente unidos. Filósofos modernos se adhieren a esta línea con distintas versiones, tales como el Interaccionismo en el cual mente y cuerpo interactúan casualmente; Epifenomenismo, refiere que lo físico causa fenómenos mentales; Paralelismo, niega la interacción casual y el ocasionalismo, apela a un agente supremo el cual interviene dentro de una interacción Psicofísica.

Filósofos Empiristas del Siglo XVII y el XVIII, consideraron las nociones Aristotélicas, que refieren que la mente no tiene ningún contenido al nacer y que las ideas y pensamientos se van adquiriendo a través de la experiencia a lo largo de la vida de las personas. Otro aporte es realizado por Freud, quien postula que los procesos psíquicos inconscientes gobiernan la vida psíquica de los sujetos y ejercen ciertos condicionamientos sobre sus conductas.

Por otra parte, se ha dado a conocer el Monismo, del cual hay distintas ramas de pensamiento, siendo la posición más aceptada el Monismo materialista, el cual plantea que mente y cuerpo es uno solo, con una explicación del actuar mental a nivel físico y biológico (p.20). Los avances científicos ponen en manifiesto que las funciones orgánicas están reguladas por el cerebro y hay un permanente flujo de información entre los órganos y el cerebro, Por ejemplo, el Fisiólogo Walter B. Cannon (1915), descubre la "respuesta ataque o escape", que refiere a una reacción del cuerpo frente al miedo y al peligro, en donde estas ocasiones existe un aumento de adrenalina y otras hormonas, además de aumento del latido cardíaco, aumento de tensión muscular, entre otros efectos a nivel físico. Esto deja en evidencia que a través de las emociones y la manifestación visible en el cuerpo existe una interacción mente y cuerpo.

En 1940 el Bioquímico Hans Selye, estudia las respuestas al estrés y muestra como el desajuste emocional provoca reacciones que causan lesiones físicas; por su parte el Cardiólogo investigador Herbert Benson en 1970 descubre un conjunto de reacciones

fisiológica que tranquilizan y esto lo llamó “respuesta de relajación”, esto consiste en una disminución en la respiración, el latido cardiaco y presión arterial.

En otras investigaciones, tal como la que realiza el Psicólogo Robert Ader y el inmunólogo Nicolás Cohen, ellos encuentran una cantidad de enlaces entre el sistema nervioso y el sistema inmunológico, otros investigadores han demostrado que las células nerviosas interactúan directamente con los órganos del sistema inmunológico, como la adrenalina y otras hormonas asociadas al estrés, lo cual tendría un efecto sobre el cuerpo físico.

3.2 Proceso de una nueva concepción de cuerpo en discapacidad

La conciencia es un fenómeno que ocurre en primera persona, es decir, es un proceso íntimo y propio que es mayormente conocido como “mente”. Este fenómeno se comparte a partir de nuestro propio autoanálisis y nuestra tendencia de analizar a terceros, haciendo que para una consciencia de nuestro cuerpo, deba existir una triangulación entre mente, conducta y cerebro. (Damasio, 2000. p.29). No se debe dejar de lado que no se puede separar conciencia y emoción y que estas van de la mano a elaborar un *self*, en donde Damasio (2000) entiende a éste como “una identidad y una persona, tú, yo, nada menos” (p. 32) y que instala a la persona en una historia individual haciendo conexión entre el pasado vivido y el futuro previsto, tomando en cuenta a los hechos únicos y maneras de ser que caracterizan a una persona.

El *self* respecto a la discapacidad está influenciado por diversas variables críticas que impone la sociedad y este juega un papel fundamental en la autoestima de estas personas, ya que las personas están constantemente evaluándose en comparación a otras, en las cosas que pueden y las que no pueden hacer. Las connotaciones negativas en base a limitaciones en el funcionamiento de algunas de las habilidades terminan

siendo una amenaza en la autoestima y posteriormente un riesgo para la salud, que repercute en estados de ánimos depresivos y angustiantes. (Pérez, J. y Garaigordobil, M. 2007, pp 343-357).

Es importante considerar la auto-concepción que pueda tener la persona al estar en un cuerpo con discapacidad, pero también es relevante considerar la sociedad en la que se desenvuelve y cómo esta influye en dicha auto-concepción, ya que se debe distanciar de la definición de cuerpo con discapacidad como un problema médico, sino como el resultado de desigualdad impuesta por ambientes con barreras a un cuerpo con limitaciones (Diniz, et.al, 2009, p.21) y es a partir de aquí la relevancia de que las personas se empoderen como sujetos de derecho e inquietarse a la formulación de políticas públicas y sociales que resguarden dichos derechos y se intervenga en la población para cambiar la noción de persona “discapacitado/a” a persona en situación de discapacidad.

V.- MARCO METODOLÓGICO

Diseño metodológico

Para el presente proyecto de investigación, el tipo de estudio realizado fue de tipo Cualitativo, donde Pérez Serrano (1994) define a este “como un proceso activo, sistemático y rigurosos de indagación dirigida en el cual se toman decisiones sobre lo investigable en tanto está en el campo de estudio” (pp. 465), además atraviesa y vincula diversas disciplinas ya sea humanidades, ciencias sociales y físicas (Denzin y Lincoln, 1994. p 9), lo que fue clave en nuestro estudio para considerar las subjetividades de las personas en situación de discapacidad física y de los distintos profesionales, y cómo damos una característica personal, analizando las experiencias a las que nos fuimos enfrentando.

El alcance de esta investigación fue de tipo exploratorio, comprendiendo a este que tiene como principal objetivo el examinar un tema o un problema de investigación poco estudiado del cual se tienen muchas dudas o no se ha abordado antes. Es decir, cuando existen solo ideas vagamente relacionadas con el tema (Hernández, 2006, p.100) debido a que la intervención de Terapia Ocupacional a partir y considerando las diversas terapias complementarias, se busca no solo indagar en la representación de la Danzaterapia como tal (como disciplina), sino como se expresa y se representa en personas en situación de discapacidad física que la practicaron, aludiendo a la significancia de este y sus cambios a nivel físico, emocional y ocupacional.

En conjunto con lo anterior, la investigación fue realizada a partir de un paradigma fenomenológico, primero destacar que un paradigma epistemológico refleja el enfoque que es tomado hacia la investigación de un problema en particular y considerando el resultado (Murray & Lawrence, 2000) junto con la conceptualización la cual sigue la

metodología. Esto ilustra la posición del investigador, ya que los procedimientos de la investigación fueron determinados dentro del paradigma elegido (Murray & Lawrence, 2000). Este paradigma busca estudiar la esencia de las cosas o experiencias y de las emociones, además explicitar el sentido de dicha experiencia y vivencia de los actores, en donde Heidegger M. (1976) refiere que la fenomenología debe poner de manifiesta qué hay oculto en la experiencia común diaria, describiendo la “estructura de la cotidianidad” o forma de “ser en el mundo”

Diseño muestral

Dentro de la muestra que se escogió para este estudio fue distribuido en tres perfiles; el primero fue de personas en situación de discapacidad física, específicamente mujeres que habían practicado Danzaterapia como parte de su proceso de rehabilitación. En este caso, se obtuvo contacto con mujeres que habían vivido la experiencia y asistieron a talleres de Danzaterapia con distintas profesionales que impartían la disciplina de forma particular y otras que asistieron a un Centro Comunitario de Rehabilitación. Además, en nuestro segundo perfil, se escogió a Danzaterapeutas que ejercieran y/o hayan ejercido la disciplina de Danzaterapia a personas en situación de discapacidad, ya sea en sector público o privado. Por último, en nuestro tercer perfil se escogió a Terapeutas Ocupacionales que tuvieran experiencia como Danzaterapeutas y que lo hayan utilizado como herramienta de intervención.

Es por esto, que la muestra es cualitativa intencional u opinática, por que como investigadoras escogimos de manera específica quienes eran pertinentes para este estudio. Taylor y Bogdan (1987) definen a la metodología cualitativa en su más amplio sentido a la investigación que produce datos descriptivos: las propias palabras de las personas, habladas o escritas, y la conducta observable”. Esta metodología se utilizó para descubrir y refinar las preguntas de investigación.

Como estrategia de nuestra investigación, fue relevante hacer contacto de manera presencial con el informante clave, que es una persona capaz de aportar información sobre el elemento de estudio y constituye un nexo de unión entre dos universos simbólicos diferentes (Monistrol, 2007, p.2). Esta persona nos permitió un acercamiento hacia sujetos caracterizados en la muestra, además nos orientó en el proceso para obtener información verídica en nuestra investigación. Dicha persona corresponde a Loreto San Juan que se contactó previamente mediante vía telefónica en primera instancia, para obtener información y posteriormente nos derivó a María Ignacia Navarrete que es Terapeuta Ocupacional, además de Danzaterapeuta con experiencia en personas con situación de discapacidad física.

Como tipo de muestreo utilizamos, en primera instancia para las personas en situación de discapacidad, el tipo homogéneo ya que se centró en el trabajo grupal y correspondiente a miembros de una misma institución que comparten y/o han compartido las mismas experiencias. Por otro lado, el tipo de muestreo que utilizamos para los Danzaterapeutas, fue a través de bola de nieve, ya que se identificó a actores claves que compartían un mismo interés, en este caso, profesionales de la misma disciplina.

Técnicas de producción de información

Para la obtención clara y relevante de información se utilizó la Entrevista semi-estructurada con cuestionarios acordes a cada perfil, siendo estos los de Terapeutas ocupacionales, Danzaterapeutas y usuarios; estas se basaron en establecer una guía y orden a través de preguntas abiertas, aportando flexibilidad, profundidad, facilitando la cooperación y la empatía entre entrevistador-entrevistado, evitando así direccionar las respuestas. Sabino, (1992) comenta que la entrevista, desde el punto de vista del

método, es una forma específica de interacción social que tiene por objeto producir información para una investigación. (pp. 116).

Como investigadoras formulamos preguntas a las personas capaces de aportar datos de interés, estableciendo un diálogo peculiar, asimétrico, donde una de las partes busca recoger informaciones y la otra es la fuente de esas informaciones. Por razones obvias, sólo se emplea, salvo raras excepciones, en las ciencias humanas. La ventaja esencial de la entrevista reside en que son los mismos actores sociales quienes nos proporcionan los datos relativos a sus conductas, opiniones, deseos, actitudes y expectativas, cosa que por su misma naturaleza es casi imposible de observar desde fuera. Nadie mejor que la misma persona involucrada para hablarnos acerca de todo aquello que piensa y siente, de lo que ha experimentado o proyecta hacer.

Técnicas y procedimientos de análisis de información

El análisis de la información se hizo mediante la codificación de los datos obtenidos a partir del método cualitativo de la realización de entrevistas a las personas en situación de discapacidad física, Danzaterapeutas y Terapeuta Ocupacional con experiencia en Danzaterapia, para así poder identificar y comparar las diversas interpretaciones de cada una de estas fuentes. Las categorías se fueron definiendo según nuestros objetivos planteados y según los discursos que fueron recopilados en el proceso de investigación.

La codificación se fue nutriendo a partir de las ideas principales que nacieron en el camino, siendo estos los datos mas relevantes e influyentes en nuestra investigación dadas por los entrevistados. A su vez la codificación tuvo por objeto sistematizar y simplificar la información procedente de las entrevistas, considerando que en una investigación cualitativa, este procedimiento es parte del análisis de datos. Una vez codificados los datos, pudimos comenzar a plantearlos de otra manera. Pero este trabajo interpretativo requiere pasar a la recontextualización de los mismos (Tesch, 1990, en Coffey y Atkinson, 2003 y Creswell, 1994b). Es decir, de los datos divididos a partir de

su codificación en distintas categorías y subcategorías, debimos pasar a datos significativos para proceder a su interpretación. Luego de realizar el proceso de codificación de la información, fue pertinente clasificar esta en categorías y dominios relacionados con las líneas estratégicas de análisis del estudio observado en las entrevistas. El procedimiento de codificación que se llevó a cabo fue de tipo axial, el cual Strauss (1987) refiere que se realiza un enlace de manera coherente en torno a categorías específicas, esto nos permitió construir una trama de relaciones que giran alrededor del eje de la categoría sobre la cual se está centrando (p. 64)

El enfoque de análisis de este estudio fue a partir de la aproximación a la Teoría Fundamentada donde, como investigadoras, se realizamos una interpretación de los diferentes relatos que obtuvimos a partir de las entrevistas realizadas a las personas en situación de discapacidad que han practicado Danzaterapia y a Danzaterapeutas que ejercen la disciplina y la Terapeuta Ocupacional con experiencia en esta disciplina. Se plantea según De La Garza (2012) como un método inductivo de construcción de teoría, que va de los datos a la teoría. Los aspectos básicos que se deben seguir para generar una teoría son los sugeridos por Anselm Strauss (p.41), quien considera la codificación y categorización de la información, el muestreo teórico y finalmente, la comparación constante entre las categorías; según Strauss, si se cuenta con estos tres aspectos se tiene la Teoría Fundamentada. Sin embargo, la saturación teórica fue de suma importancia ya que indicó cuándo se debía detener la investigación para proceder a formular las teorías sustantivas que expliquen las relaciones entre la data. Fue de mucha importancia entender que no puede llegarse a formular una teoría formal en la investigación sin previamente establecer, al menos, una teoría sustantiva para la misma.

Consideraciones éticas

Tomando consideración de que las decisiones metodológicas concretizadas en técnicas como la entrevista sobre relatos de vida, se hizo necesario garantizar que cada participante tenga pleno conocimiento del proceso del cual formo parte, es por esto que en la investigación realizada fue de suma importancia otorgar un consentimiento informado a los participantes de ésta, que clarifican cuáles eran los objetivos de la investigación y cómo ellos iban a ser partícipes de este proceso, dando a conocer su experiencia a través de relatos y de sus vivencias en los temas abordados en la investigación. También, se consideró resguardar el bienestar del entrevistado a través de un ambiente acogedor y confiable para generar una atmósfera que facilita la entrega de experiencia, además que resguardará la identidad de la persona si es que desea no otorgar información que considere privada, a su vez, la confidencialidad se resguardaba bajo el anonimato según lo solicitado por la persona

Fue relevante comunicar que la información entregada es solo para fines académicos y no será publicada en blogs, portales, páginas web y/o redes sociales.

Si un participante hubiera desistido de participar en la investigación, la información se resguarda y no se considera en la investigación. También se consideró otorgar una devolución de los resultados a los partícipes entregando una retroalimentación desde la mirada de la Terapia Ocupacional. La información obtenida al finalizar la investigación, se compartirá con los participantes y con la Biblioteca de la Universidad Andrés Bello para que futuros colegas puedan tener acceso a la investigación.

CAPÍTULO IV –PRESENTACIÓN DE RESULTADOS DE INVESTIGACIÓN

En esta etapa de la investigación, analizaremos aspectos relevantes para el estudio, los que han sido obtenidos de las entrevistas realizadas a los usuarios, a las Danzaterapeutas y a la Terapeuta Ocupacional con experiencia en disciplina de Danzaterapia.

Es pertinente mencionar que los temas abordados fueron escogidos en relación a los objetivos de la investigación, y a la repetición de conceptos a lo largo de las entrevistas realizadas, las cuales fueron transcritas y posteriormente categorizadas, donde se obtuvo información con la que se llevó a cabo el análisis.

En primera instancia la categorización se dividió en conceptos de Danzaterapia donde se pudo identificar los significados, visiones, técnicas y herramientas de trabajo de la disciplina, para posteriormente identificar los aportes de Danzaterapia donde se reconoció la armonización del cuerpo, equilibrio psicoemocional y la participación social de las personas, en donde hicimos el vínculo con los supuestos aportes a Terapia Ocupacional y se identificó conceptos como el reconocimiento del cuerpo, el espacio para resignificar y visualizar a la danza como una ocupación significativa que hace relación al desempeño ocupacional de las personas.

Finalmente, las categorías seleccionadas han sido organizadas y agrupadas en relación a sus similitudes que existen tanto a nivel teórico como también el que le atribuyen los entrevistados, con el fin de facilitar la explicación y análisis de las categorías.

1.- Esquema Categorical

Los temas que más se repitieron en las entrevistas entran en este ítem de esquema categorial, las cuales fueron analizadas para llevar a cabo esta investigación. La relación de estas categorías ayudó a comprender y responder el tema central de la investigación. Considerando esto, se continuó analizando cada categoría con su subcategoría y dimensiones, con sus respectivas definiciones y citas textuales de las entrevistas realizadas. Estas son presentadas en el esquema a continuación:



A partir de este esquema se refleja la información obtenida a lo largo de la investigación y el mayor número de saturaciones observadas en este, las cuales fueron aludidas a que la Danzaterapia es un contexto terapéutico en el cual las profesionales de la disciplina lo comprenden como un espacio para resignificar lo que compete a la conexión entre cuerpo y mente; a su vez, se observa gran número de saturación en lo que corresponde a el reconocimiento y armonización del cuerpo. Las personas a su vez, dentro de las mayores saturaciones, visualiza a la Danzaterapia como una ocupación significativa en su cotidianidad que además favorece su participación social y sentido de pertenencia a un grupo determinado.

Categoría n°1: Aportes de Danzaterapia a Terapia Ocupacional a partir de relatos de profesionales

Como investigadoras, nos fue relevante en primera instancia identificar cuáles fueron los diferentes aportes de la disciplina de Danzaterapia a partir de los relatos de las profesionales entrevistadas, en donde se puede destacar como gran aporte el reconocimiento del cuerpo y espacio para resignificar durante las sesiones de Danzaterapia; estos se fueron desarrollando a partir de las sub-categorías de nuestro esquema categorial y que permitieron dar a conocer que la disciplina más que una “danza”, pudo ser una herramienta terapéutica utilizada dentro de los ámbitos de la Terapia Ocupacional siendo una ocupación significativa para las personas.

Es importante haber identificado estos conceptos para posteriormente hacer el nexo con la intervención de Terapia Ocupacional, ya sea a nivel de individuo o como ser social y cómo esta disciplina influyó en la construcción de identidad de las personas en situación de discapacidad física.

A partir de los diferentes supuestos aportes recopilados de los relatos de las profesionales, se pudo identificar a) el reconocimiento del cuerpo y b) espacio para la resignificación que la disciplina otorga, tomando en cuenta los aportes de manera integral considerando mente y cuerpo sin segregar a la persona.

1.- Reconocimiento del cuerpo

El cuerpo es en la danza, una vía para poder dar el primer impulso de comunicar y de expresar de manera primaria, mucho antes que el lenguaje hablado. A través de este lenguaje corporal, en donde el cuerpo se escribe en conjunto con la danza, permitió dar a conocer diferentes aspectos; este movimiento que se da en el cuerpo, es dado por muchas habilidades y capacidades. Una de las acciones que el movimiento maneja, es la

función que cumple cada uno de sus huesos, articulaciones y músculos, y este movimiento puede tomar diversas formas. Sin embargo, en la cotidianidad no se dan los espacios para permitir esta concientización de nuestro cuerpo, y es a partir de aquí que se visualizó que unos de los cambios a nivel físico fue el mayor reconocimiento del cuerpo.

E7: "... a nivel físico básicamente, desde el método de Danzaterapia, lo que se produce por la manera de trabajar es una toma de conciencia del cuerpo, o sea como en el fondo el cuerpo es un vehículo que me transporta..." (p.3)

E7: "...La Danza de la Vida permite que la persona empiece a dialogar con su cuerpo (silencio), el hecho de dialogar, lo que te permite es detectar cuando algo te duele, cuando algo no funciona, cuando tienes la guata apretada, cuando tienes dolor en las cervicales porque estas súper tensa o porque estas con estrés... (Silencio)" (p.3)

E8: "...uno de los beneficios tiene que ver con la percepción corporal, trabajar con la imaginería, desde esa parte de su cuerpo, inculcar la seguridad" (p.2)

Según los relatos obtenidos de las Danzaterapeutas, se consideró el reconocimiento del cuerpo como el principal proceso en el cual la persona logró la conexión con su ser físico y se hizo consciente de su estado, visualizando sus potencialidades y distintas habilidades, siendo este el motor de partida para una nueva percepción de su cuerpo, en el cual obtuvo mayor seguridad para su desempeño. Esto a la vez forma parte de un primer paso para la construcción de identidad de las personas, al reconocerse en un cuerpo que es propio y sagrado para cada una de las personas.

1.1 Armonización del cuerpo

Se comprendió la armonización del cuerpo a partir de los relatos de las profesionales como el proceso sanador en el cual la persona encontraron el equilibrio entre lo físico, social y emocional, sin embargo, dimos relevancia al aspecto físico, en donde dentro de las consignas entregadas en las sesiones, se logró visualizar que a través de la improvisación, el movimiento espontáneo y fluido da cabida a una mayor movilidad y mejor postura corporal.

E1: "...tiene como objetivo el buscar la armonización del cuerpo, buscar la sanación también de aspectos que la persona quiera enviar hacia lo más sagrado de ese momento entonces, y para también lo que visualizo y visualice en este grupo fue que era muy significativo como corporalmente cambiaban". (p.9)

Dado los relatos concluimos que los usuarios al poner en práctica la disciplina, lograron esta conexión con su ser interno, proceso el cual se vio facilitado por el tipo de consignas otorgadas y que permitieron los cambios corporales mencionados, es decir, esta mayor movilidad y postura corporal posibilitó también que los usuarios poseyeran seguridad en sus movimientos, equilibrio, mayor facilidad y libertad de movimientos.

Esta armonización del cuerpo, en las personas en situación de discapacidad física, permitió mayor libertad de movimientos y libertad de expresión utilizando su cuerpo, cumpliendo con la finalidad de la danza de reproducir los movimientos incorporando nuestro mundo interior, percibiendo mejor los sentimientos corporales, ampliando el repertorio de los movimientos y haciendo énfasis a la fusión entre un estado de ánimo y el movimiento. Este estado de armonía entre el cuerpo y las emociones y/o sentimientos, hace que las personas construyan una nueva forma de verse a sí mismo en

un cuerpo que de a poco comienzan a aceptar y que van integrando las nuevas capacidades y habilidades dentro de su quehacer cotidiano.

1.2. Aceptación y consciencia del cuerpo

A través de la música y de la danza, se encontró el movimiento que permitió lograr la integración de los procesos corporales y emocionales de los individuos. La aceptación y consciencia fueron procesos internos de las personas que les concedieron procesar esta nueva etapa. A su vez surgió que la aceptación va de la mano con el autoestima, ya que si nos aceptamos podemos desempeñarnos de manera autónoma y con mayor eficacia.

En este proceso de sesiones de Danzaterapia, las personas en situación de discapacidad se dieron cuenta que no son lo que creían ser, puesto que las dificultades dadas por sus esquemas mentales no permitían otras posibilidades de pensar y actuar. La auto-aceptación a pesar de ser un enfoque más interno en la persona, infiere que los individuos lograron hacer las paces consigo mismos a pesar de las diferentes problemáticas que afectaban en su cotidianidad.

E1: "...yo también daba muy exacto la consigna de que cada uno se estirara lo que cada uno pudiera llegar, sin sobre exigirse, o sea si puedo llegar hasta aquí hasta aquí no más llevo, si yo puedo hasta acá será hasta acá pero no había que llegar a una meta, o sea tratando siempre de, todo el rato, de que la persona tome consciencia de hasta dónde puede llegar cuidándose a sí mismo..." (P.10)

En conjunto con lo anterior, la aceptación va de la mano de un proceso de concientización, en donde en este progreso, existe también un desbloqueo de limitaciones corporales, que se fue facilitando a partir de las consignas entregadas por las Danzaterapeutas.

E7: *“... lo que la danza de la vida permite que haya una conexión en donde la persona pueda dialogar desde conocer el cuerpo pero también sus emociones y también su mente y desde ahí trabajar los 4 niveles y de ahí volviendo al cuerpo lo que más se beneficia es la conciencia de este y el diálogo que se empieza a establecer desde esa conciencia. (p.3)*

E8: *“... inculcar la Danzaterapia como forma terapéutica, de poder desarrollar el movimiento, la autoestima, la confianza, el autovalerse, de decir que uno puede.” (p.2)*

Las técnicas de trabajo que tiene la disciplina de Danzaterapia permitió a las personas percibir mejor los sentimientos corporales, ampliar el repertorio de los movimientos y hacer énfasis a la fusión entre un estado de ánimo y el movimiento (Tifatino, E. 2009) haciendo la articulación entre mente y cuerpo considerando a las personas de manera integral, en donde volvemos a destacar que esta autoaceptación favorece la autoestima de las personas y a su vez, mejora su calidad de vida y forma de desenvolverse en las personas, construyéndose a sí misma como personas mas capaces.

2.- Espacio para re-significación

En las sesiones de Danzaterapia, se abrió un espacio terapéutico en el cual las personas se pudieron desenvolver de una forma libre y a la vez lúdica, fomentando la creatividad y generando instancias de interrelaciones personales entre los participantes, en un clima de respeto y empatía.

E7: *“...desde lo creativo, desde el juego, desde el simular mucho la creatividad hasta como diría yo la locura el hacer cosas fuera de lo común como ir rompiendo esquemas. ” (p.8)*

E1: *“...tomar consciencia de ese espacio y decir ya, este espacio para mí para relajarme para lo que cada uno quiera, entro al espacio terapéutico con otra disposición...”* (p.9)

Este espacio terapéutico se transforma en el contexto donde se desarrolló el proceso de dar una nueva significación, es decir, las personas lograron adquirir una nueva representación de sí mismas en lo que corresponde a la construcción de su identidad, agregando un nuevo significado al que ya tenían o generando uno nuevo por completo, siendo un espacio de gran importancia para la personas, ya que es el momento en el que se preocuparon y se ocuparon de sí mismas.

Respecto a la resignificación del cuerpo, este se construyó a partir de la interacción que poseyeron con el ambiente, teniendo la capacidad de crearse y transformarse, en el hacer, al ocupar el espacio, el tiempo, los objetos, las personas y a sí mismos, en donde David Le Breton (2002) refiere que del cuerpo nacen y se propagan las significaciones que constituyen la base de la existencia individual y colectiva, comprendiendo el existir como concepto que implica moverse en un determinado espacio y lugar. El espacio para la resignificación estuvo influenciado por dos componentes como base que son el equilibrio psicoemocional y la libertad de expresión.

2.1 Equilibrio Psicoemocional

Las personas en situación de discapacidad física, durante su proceso de rehabilitación vivenciaron una fase de duelo y aceptación de su nueva condición física y/o patológica, en donde sufrieron una oscilación de emociones que repercutieron en su bienestar y en la forma de enfrentarse en su cotidianidad. En las sesiones de Danzaterapia, donde el

contexto permitió al cuerpo moverse, Schwartzman V. (2008) refiere que “con el movimiento se activan procesos neurológicos, fisiológicos y emocionales que permiten despertar funciones disminuidas o deterioradas. Además implica la participación activa y psicodinámica de la persona como protagonista de su tratamiento en un encuadre terapéutico” (p.17), en donde las Danzaterapeutas mencionaron que en este espacio terapéutico las personas lograron mayor identificación y a la vez control de las emociones que fueron surgiendo durante el transcurso de las sesiones a partir de las consignas entregadas por estas, las cuales en ocasiones facilitaron el movimiento, mediante la utilización de elementos concretos a los cuales se les otorgó un significado simbólico que permite mayor elocuencia de la emoción, la cual se vio reflejada en el movimiento.

E1: “... la persona que ha vivido muchos años con un dolor, hay miedo a moverse o sobre exigirse, a mover más de lo que hacen porque duele obviamente, pero ahí puedo mirar como el dolor puede disminuir cuando también logro darme cuenta que cuando estoy como en un estado de armonía, eso también va a favorecer mis subjetividades...” (p.6)

Este estado de armonía se comprendió como el equilibrio entre lo físico, emocional, psicológico y energético que influyen en la base de identidad y de autoestima de las personas, que favoreció a la vez, el campo de las propias expectativas respecto a sus capacidades.

E7: “... la diferencia con nuestro método es que nosotros concebimos al ser como una totalidad y que todo está comunicado con todo y que si yo me conecto con esa imagen, el pájaro volando me va a dar alegría, me va a dar entusiasmo, me va a abrir mi imaginación para algo positivo, una imagen positiva que es un pájaro volando en libertad, es viajar es todo lo que esa persona no puede hacer...” (p.5)

El conectar con diferentes consignas de manera simbólica, permitieron que las personas hicieran un cambio en su mentalidad respecto a su concepción, su sentir y su expresar, abriendo la posibilidad de poder en este espacio terapéutico, identificar sus propias emociones y poder hacerse cargo de ellas. En este equilibrio psicoemocional, también se dio cabida al ser espiritual, componente muy nombrado y de gran importancia para las personas y en el cual las profesionales también lo tomaron en cuenta dentro de sus sesiones de Danzaterapia.

E1: "...ahí está el proceso de resignificación de la situación y también hay un impacto a nivel espiritual, porque conectas también con ello... porque cuando invito a trabajar desde el juego, también hay una invitación a conectar con valores que son humanos y que son transversales" (p.6)

E7: "...entonces es necesario también activar y dar espacio también para lo espiritual, pero de una manera libre, donde uno se sienta conectado con lo sagrado desde su corazón y desde esta manera es como concebimos lo espiritual.(p.4)

Con esto se hace alusión a la conexión interna de las personas, ayudando así al reconocimiento de sus emociones y en efecto a la libre expresión, lo que favoreció el proceso de aceptación de su situación y potenció, y en algunos casos desarrolló, el autoestima y la seguridad de los participantes.

2.1 Libertad de expresión

En la Danzaterapia, esta técnica 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 (Mary Whitehouse,

1950). Dentro del discurso de las profesionales ellas definieron la libertad de expresión como la base de la disciplina.

E1: “En la parte como de definir Danzaterapia, es el que uno se pueda conectar sin parámetros y cómo sin un molde, te permite un sentir genuino de lo que quieres hacer, si? yo hago lo que siento y lo que quiero hacer, bien autónoma, bien libre y el poder expresarte libremente también permite que tú fluyas en lo que estás sintiendo y lo que estás viviendo”. (p.1)

E7: “... La Danzaterapia da la posibilidad a las personas de comunicarse y conectarse consigo misma de la forma más profunda que pueda ocurrir y a partir de ahí da la posibilidad de dialogar desde el arte en este caso la danza con aspectos que están en el subconsciente” (p.2)

Se puede visualizar que dentro de las sesiones de Danzaterapia se permitió esta libertad de expresión que favoreció la autonomía de las personas y esto a la vez dio el primer paso de autodescubrimiento de ellas. Las personas en situación de discapacidad física, comprendieron a la libertad de expresión como el poder realizar movimientos de manera autónoma cumpliendo el objetivo de explorar y desenraizar prejuicios y concepciones erróneas que las personas con y sin discapacidad tienen mutuamente, desenvolviéndose en este contexto que les permitió conectarse consigo mismas siendo guiadas por las distintas consignas otorgadas por las Danzaterapeutas.

Categoría n°2: Aportes de Danzaterapia a Terapia Ocupacional a través de experiencias de usuarios en situación de discapacidad física que la practican.

En la categoría previa, se analizó respecto a los relatos de las Danzaterapeutas y ahora se dió énfasis a los supuestos aportes de la disciplina a la mirada holística de Terapia Ocupacional a partir de los relatos de las personas que se entrevistaron en la investigación. Si bien el foco de la investigación estaba en los aportes a nivel físico de usuarios que usaban la disciplina como un complemento a su proceso de rehabilitación, se dieron a conocer otros aportes que fueron posteriormente comentados y analizados.

1.- Participación social

Las personas son seres sociales por naturaleza; los individuos están inmersos en un campo de relaciones que los va determinando como tal (Vygotsky, N.D) y supone la participación del sujeto en los acuerdos y convenciones en dichas interacciones con los diversos individuos, reflexionando sobre sus relaciones sociales.

Desde la disciplina de Terapia Ocupacional, los profesionales velan por la participación activa de los usuarios dentro de un contexto determinado otorgando espacios que le permitirán desempeñar roles significativos promoviendo la socialización y participación activa en la comunidad, y a su vez crear su propia identidad con el fin de lograr una ocupación significativa en este.

E5: "...se daba este lugar que era para todos y que no hacía diferencia y permite todo tipo de movimiento, incluso un día la terapeuta dijo que hasta el no moverse estaba permitido, así que como grupo fue súper enriquecedor porque cada uno se movía como podía y como quería, nadie se comparaba, solo éramos, además el vernos y compartir nuestras experiencias te hacía ser más consciente" (p.6)

La Danzaterapia desarrolló un sentido de pertenencia a un grupo de personas en donde este se creó a base de objetivos en común. Esto repercutió de manera positiva en las personas sosteniendo la integración, favoreciendo la adaptación al medio y participación activa del individuo en el entramado social y cultural que pertenece, donde se visualizó una mejora en la calidad de vida a través de la participación social y el aprendizaje de la vida en sociedad, contribuyendo a la organización temporal de la adaptación al medio pudiendo estructurar el discurrir del tiempo alrededor de esquemas regulados por la ocupación. También se observó como una ocupación que favoreció los procesos de inclusión en las personas en situación de discapacidad y en donde Vigostky L.(1917) menciona que las instancias de aprendizaje se dan de manera fructífera cuando son de manera colectiva, dando importancia a la construcción social.

Dentro de la participación social, nos es relevante mencionar que dentro de esta, a partir de las relaciones se van generando redes de apoyo en donde Guzmán, Huenchuan y Montes de Oca (2002) las define como un conjunto de relaciones interpersonales que vinculan a las personas con otras de su entorno y les permiten mantener o mejorar su bienestar material, físico y emocional. Las personas se relacionaron con otras variando el grado de intensidad de las relaciones en tiempo y espacio, en donde a partir de las distintas interacciones entre las personas se fueron desencadenando nuevas redes de apoyo. Los diferentes tipos de redes sociales pueden ser más influyentes y significativos en distintas etapas de la vida.

E2: “Pero de a poco voy conociendo a las personas del grupo y después te hace sentido el por qué lloró... es bacan eso de contar lo que uno pasa, y saber que tenía un grupo de personas que te van a contener y entender también, al final de las sesiones te day cuenta de que no eres única ni único en el mundo viviendo X problema, si no hay muchas más personas viviendo problemas similares o quizás peores, entonces también te ayuda a reflexionar eso” (p.4)

E3: “...pa’ mí también fue gratificante que las personas me miraran y me tendieran un brazo y me dijeran hueon, en serio valoro tu valentía... y yo como que pensaba ¿soy valiente? si los demás miran eso ¿por qué yo no? yo creo que el compartir esta experiencia con las otras personas también fueron ayudando a esta nueva construcción de mi misma (silencio)”... (p.5)

E4: “... en el tiempo con el paso de las sesiones se fue convirtiendo más significativo porque claro yo iba me sentía mejor, era un espacio para compartir con más personas de mi edad y además era grato, era un lugar, momento y espacio muy grato y agradable...” (p.6)

En la Danzaterapia se pudo observar que a pesar de que, la esencia de las sesiones es común entre los diferentes grupos en los cuales se aborda la danza; cada uno tiene hasta cierto punto, su propia percepción de la realidad según las temáticas que se fueron dando durante las sesiones. Se observó que cuando se inició el grupo, muchas veces el intercambio de apoyo comenzó siendo una aproximación a los distintos temas de la disciplina en donde el espacio reflexivo final permitió el intercambio de experiencias y sentimientos, lo que favoreció el vínculo y posteriormente la cohesión grupal, transformándose a intercambio de apoyo de tipo afectivo/emocional entre las personas.

Esto da cuenta de cómo las instancias de Danzaterapia, además de los distintos aportes a nivel físico, emocional y de aprendizaje individual, benefició a su vez la socialización en las personas que les permitió poder ampliar sus redes de apoyo en lo que corresponde a su proceso de rehabilitación

2.- Danzar como ocupación significativa

Desde Terapia Ocupacional se considera que ocupación es el “que hacer a través del cual el ser humano se distingue y se expresa” (Miralles 2006) en su incesante búsqueda de otorgar propósito y significado a la experiencia cotidiana. Se define como una actividad principal del ser humano, fruto de un proceso evolutivo que culmina en el desarrollo de sus necesidades biológicas, psicológicas y sociales

Al utilizar la danza como ocupación con propósitos terapéuticos, se proveen a las personas oportunidades para el desarrollo, mantenimiento y/o recuperación de sus habilidades funcionales de sus intereses y se otorgaron nuevos significados propios, que implicaron interpretación personal pudiendo variar notablemente de una persona a otra, pero que el propósito es común.

E2: “...en un principio para mí era rellenar mi espacio de tiempo libre que tenía, pero cuando ya estaba metia’ y me gustó tanto, empezó a hacer algo más significativo, que ya tenía un horario establecido para ir cachai, no me daba lata ir al contrario me motivaba, iba contenta...” (p.4)

E3: “...me gustó tanto que pa’ mí era una actividad que significaba más que pasarlo bien, era mi espacio pa’ mí, donde yo sabía que me iba a relajar, y sabi’ qué mejor? qué nadie me iba a mirar en menos po’ por mi silla de ruedas, entonces todo eso tenía el plus de que terminó siendo una actividad significativa.” (p.7)

E6: “..en realidad uno puede hacerlo parte de su vida pero también para mí es un espacio de relajo, de desconectarse de otras cosas entonces para mí eso también es como (silencio)... como ocio te fijas, como tiempo libre pero es algo que forma parte de ti después de que lo has trabajado en un tiempo..” (p.2)

Como investigadoras concluimos que la ocupación es un proceso activo de vida, desde el comienzo al final de esta; nuestras ocupaciones son todos los procesos activos de cuidarnos a nosotros mismos y de cuidar a otros, disfrutando la vida en los diferentes contextos. En este caso la Danzaterapia como ocupación significativa constituye a dar sentido a la existencia de las personas, construyen su identidad personal, cultural y también social, la cual da respuesta a las necesidades trascendentales, influyendo en un bienestar psicológico y también espiritual del ser humano.

2.1 Base de bienestar

Las personas refirieron que al desempeñarse en las sesiones de Danzaterapia y al ser esta una ocupación significativa en su cotidianidad, esta formaba parte de una base de bienestar, en donde este se comprende como el sentimiento de satisfacción y tranquilidad, además es el proceso de adaptar los patrones de conducta que llevan a una mejora y a una mayor satisfacción vital (Optas, 1985). Ann A. Wilcock, en su texto *An Occupational Perspective of Health* (1998), defiende que el bienestar psicológico y social, son aspectos esenciales en el concepto actual de salud, está vinculado a la capacidad del ser humano de desarrollar ocupaciones socialmente valoradas.

E3: *“...me gustó tanto que pa’ mi era una actividad que significaba más que pasarlo bien, era mi espacio pa’ mí, donde yo sabía que me iba a relajar, y sabi’ qué mejor? qué nadie me iba a mirar en menos po’ por mi silla de ruedas, entonces todo eso tenía el plus de que terminó siendo una actividad significativa.” (p.7)*

E6: *“...como yo digo esto es un espacio como un regalo el ir a las clases de danza porque tú te desconectas de tu trabajo, de tu familia, de los problemas, de las dificultades que tú puedas tener y vas a un espacio que es tuyo po..” (p.2)*

Siguiendo con nuestro análisis concluimos que el bienestar implica una integración y equilibrio de las dimensiones de la vida humana que representan la totalidad de la mente y el cuerpo desde perspectivas física, mental espiritual y social. En las personas se vio que el bienestar es tanto una meta como un proceso y no un estado o una condición; tener una actitud positiva fue esencial e importante en la búsqueda de un óptimo estado de salud y satisfacción de las personas que va de la mano con el propio autoconocimiento, como también la aceptación de la condición física de las personas que les permitió desempeñarse en lo que es importante para ellas, teniendo en cuenta que el bienestar fue subjetivo en estas y que las personas se hacen protagonistas de su nueva propia construcción.

2.2 Desempeño ocupacional

Se pudo observar en las personas que al desempeñarse en las sesiones de Danzaterapia en un ambiente en específico, lograron iniciar y motivarse con lo que corresponde a la ocupación de bailar, en donde a su vez intervinieron las capacidades y exigencias personales, construyendo así nuevos significados de vida.

E2: *“... No sé, pero todo lo haci mejor po, la interacción con las otras personas es mejor, tu cuerpo se siente bien así como estable entonces rendí en todo... estai hasta más proactivo cachai? Y eso es solamente porque te conoci mas a ti mismo, haces como una conexión entre tu cabeza y tu cuerpo esa onda, todo parece más fácil y en relación a la pregunta si po favorece ene mi desempeño...” (p.5)*

E3: *“...yo después de la Danzaterapia se abrió un mundo en el cual pude ver otras oportunidades, otra forma de ver la vida y de vivirla, ya no me centraba en lo que no podía hacer, sino que en lo que sí podía hacer, y si me costaba buscaba la manera más adecuada hasta lograrlo.” (p.7)*

Además se pesquisó que el componente volicional de las personas se vio favorecido posterior al proceso de la disciplina de Danzaterapia, en donde Kielhofner refiere que “cuando las personas se sienten capaces y eficaces buscan oportunidades, utilizan la retroalimentación para corregir el desempeño y perseveran para lograr los objetivos” (2004), en donde esto se vio vinculado al proceso de autoconocimiento de las personas.

E4: “... *pero como que me siento más capaz y sin tanto dolor, entonces yo igual lo hago a veces cuando puedo, o no me siento con tanto dolor, pero sí, me ayudó harto de todas maneras...*” (p.6)

Dentro de los componentes del desempeño ocupacional, se observó que en las personas cambian ciertas dimensiones en su quehacer, tales como la percepción del dolor que permitió potenciar la causalidad personal, la confianza y la productividad.

E5: “... *ahora distribuyo mis tiempo, sigo cuidando a mi marido, pero durante el día igual paro de repente y descanso, ahora soy más consciente de eso y por lo tanto no ando tan cansada, logro tener un espacio para mi durante el día..*” (p.7)

En las diversas áreas de ocupación, se contempló que las personas tomaron conciencia de tener un espacio propio, significativo y productivo, dando como resultado el enriquecimiento de su área de autocuidado, influyendo de manera positiva en los órdenes de la cotidianidad de las personas. Por último, las personas pudieron ejercer roles deseados promoviendo la socialización y participación activa en la comunidad creando una identidad con el fin de lograr una ocupación significativa en el humano.

CAPÍTULO V: CONCLUSIONES

A lo largo de este capítulo se pretende dar una visión general del estudio realizado en donde nuestra investigación estuvo dirigida a analizar los posibles aportes de la disciplina de Danzaterapia a la mirada holística de Terapia Ocupacional en personas en situación de discapacidad física.

Pudimos reconocer que respecto a la Danzaterapia hay poco conocimiento de utilizar esta técnica como complemento a la rehabilitación en personas en situación de discapacidad física, ya que en nuestro país dentro de las terapias complementarias más usadas en la intervención del profesional se encuentran la Ergoterapia, Arteterapia, Musicoterapia, entre otros.

En primer lugar, respecto a nuestro objetivo general de conocer los diversos aportes de la Danzaterapia a la mirada holística de Terapia Ocupacional, abarcan diferentes esferas, es decir, involucran por una parte al cuerpo, en donde a partir de consignas específicas y diversos elementos simbólicos durante las sesiones, se fomenta la creatividad a partir del trabajo con lo corporal, influyendo en el autoconocimiento y facilitando a la aceptación de la condición física de las personas en situación de discapacidad física. Esto a su vez, favoreció la resignificación del cuerpo, pero además tuvo relevancia en el equilibrio psicoemocional de las personas, en donde ellas lograron conectarse, identificar y controlar sus propias emociones proceso que dió cabida a un estado de armonía y toma de mayor discernimiento del aspecto espiritual. En conjunto con lo anterior se vió favorecido el sentido de pertenencia al grupo, los cuales tuvieron objetivos en común, lo que fomentó la participación social de estas.

Es importante mencionar que dentro de los objetivos específicos realizados al comienzo de la investigación se enfatizó en los beneficios a nivel físico y a la resignificación del cuerpo; como investigadores, nos sorprendió los diversos aportes

mencionados anteriormente que tiene la disciplina y que pueden ser herramientas de gran utilidad como complemento a la intervención de Terapia Ocupacional en el área de Salud Física Adultos. Esto es ya que, durante el proceso de investigación, nos hicimos conscientes de que es complejo disgregar a la persona ya que es un ser holístico e integral y es importante cómo Terapeutas Ocupacionales considerarlo en nuestro quehacer durante las intervenciones en los procesos de rehabilitación.

Esto nos permite concluir que los aportes de la Danzaterapia se complementan con la Terapia Ocupacional a partir de la mirada holística que ambas disciplinas tienen hacia las personas desde la conexión mente-cuerpo que considera la consciencia corporal y las emociones, además de visualizar las propias capacidades y habilidades individuales. Por otra parte, ambas disciplinas consideran a las personas como seres espirituales, que tienen la necesidad de trascender y conectar con algo que no es tangible, pero es significativo y sagrado. Por último, toma en cuenta que también son seres sociales, visualizan que las personas tienen la necesidad de vivir en comunidad y de socializar para sentirse parte de un contexto social determinado, y que como seres sociales están inmersos en un campo de relaciones que los va determinando como tal.

Dentro de los discursos producidos, se pudo visualizar que la Danzaterapia permitió que las personas tuvieran la capacidad de influir en una nueva construcción de su identidad respecto a sus propias capacidades y destrezas, en donde en conjunto a la Terapia Ocupacional se promueve la creación de nuevos significados de vida abriendo caminos alternativos que potencien este proceso, siendo las profesionales facilitadoras de este.

Además, se destaca como la danza se termina convirtiendo en una ocupación significativa para las personas, en la cual toman relevancia en su cotidianidad ganando mayor dominio sobre sus vidas, siendo agentes activos en sus procesos de rehabilitación a partir de la motivación y del interés en las actividades, promoviendo la autonomía y

un óptimo desempeño ocupacional, en donde Turner, Foster & Johnson refieren que las ocupaciones significativas tienen un significado particular para cada persona y por tanto no pueden existir ocupaciones significativas universales (2003, pg.26) por lo cual a través la danza para las personas fue proceso de aprendizaje y de distintos significados a nivel personal e individual en el cual van surgiendo nuevos roles los cuales se vuelven significativos para ellas.

El proceso de investigación fue complejo ya que la disciplina de Danzaterapia es de gran desconocimiento en nuestro país por la población en general, como también para los distintos profesionales del área. Como investigadoras nos hicimos partícipes activamente de la experiencia de la disciplina a través de sesiones de Danzaterapia realizados por una profesional, la cual nos permitió vivenciar e interiorizarnos desde la base y técnicas del método.

Desde nuestra pregunta de investigación, nosotras como investigadoras podemos estipular que la Danzaterapia sí es un aporte a la intervención de Terapia Ocupacional en personas en situación de discapacidad física respecto a lograr mayor conciencia y reconocimiento del cuerpo, además de otros factores personales como identificación de distintas emociones para lograr un estado de armonía, y por último, mayor sentido de pertenencia a un grupo que favorece la participación social de las personas dentro de un contexto social determinado.

Sin embargo, nuestro problema de investigación nos quedó amplio para conocer los aportes y observamos la necesidad de precisar en cuanto a implementación, forma, contexto, etapa del diagnóstico de las personas en la que se podría realizar esta disciplina, por lo cual dejamos abierta la invitación a seguir realizando investigaciones que complementen este estudio, ya que las técnicas de Danzaterapia involucran a todas las personas, sin hacer distinciones de género, situación de discapacidad, cultura, religión, entre otros.

VI.- REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

A. Estay, C. Hurtado, G. Lavadenz, M. Pérez (2009). Danza Terapia. Tipos de Terapia. Chile. Recuperado de: <http://tiposdeterapias.blogspot.cl/>

Ángel Sango (2012), Eficacia de la musicoterapia y Danzaterapia para superar agresividad en niños. Ecuador: Universidad Central de Ecuador.

American Dance Therapy Association (1999), ¿What is dance/movement therapy?, ADTA, recuperado de: <https://adta.org/>

A. Peto (2000). Terapia a través da danca com laringectomizados. *Rev. Latino - an. enfermagem - Ribeirao Preto* 8(6): 35-39.

A.O.T.A. (Asociación Americana de Terapia Ocupacional) (2002). «Marco de trabajo para la práctica de la Terapia Ocupacional. New Cork: Ed. AOTA..

Begoña Polonio (2010). Terapia Ocupacional en daño cerebral adquirido. Madrid: Panamericana.

Bellido J.R. Berrueta L. Arrasco L (2004). Los principios éticos de intervención de Terapia Ocupacional. *Revista Gallega de Terapia Ocupacional* 1(1) pp. 11-15. Recuperado de: <http://www.revistatog.com/num1/pdfs/num1art1>

Brogna, Patricia (2000). Visiones y revisiones de la discapacidad. Guadalajara: FCE.

Carballo C. (2003). Aproximaciones al concepto de cuerpo. *Perspectiva*. Florianópolis, v.21, n.01, p. 229-247

C.Barros (2011). La Bailoterapia y su influencia en el estilo de vida del centro geriátrico Nueva esperanza. Guayaquil: Universidad Politécnica Salesiana.

Cohen, S. y Walco, G. (1999). Dance/Movement Therapy for Children and Adolescents with Cancer, *Cancer Practice*, Vol 7, N. 1 :34-41.

Chaparro, C., y Ranka, J. (1997) Occupational Performance Model (Australia): Monograph 1. The University of Sydney. Sydney: OP Network.

- Chaparro E.Rosa (2005). La Terapia Ocupacional en la intervención en salud comunitaria: el modelo educativo. *Revista chilena de Terapia Ocupacional* 5. pp 2-3.
- Czerlowski, M. (2008). Revista académica Hologramática. *Bases epistemológicas para entender la relación mente y cuerpo*. pp 18-23. Recuperado de:
http://www.cienciared.com.ar/ra/usr/3/600/hologramatica08_v5pp15_27.pdf
- D. Mora, W. Salazar y R. Valverde (2001). Efectos de la música - danza en conducta de personas con discapacidad múltiple. *Revista de ciencias del ejercicio y la salud*, 1 (1).
- Dane Redman (2007), *The Effectiveness of Dance/Movement Therapy as a Treatment for Students in a Public Alternative School Diagnosed with Attention Deficit Hyperactivity Disorder*. Chicago: Drexel University.
- Diana Fischman, (2001.) *Danzaterapia: orígenes y fundamentos, ADTR*. (Internet). Recuperado de: http://www.brecha.com.ar/danzaterapia_origenes_fundamentos.pdf
- Diniz, D. Barbosa, L y Wederson, R.(2009). Discapacidad, Derechos Humanos y Justicia. *Revista Sur - revista Internacional de los DD.HH.* 6(11) pp 65-77
- Dolto, F. (1986). *La Imagen Inconsciente del Cuerpo*. Barcelona, España: Paídos.
- Earhar G. (2009). *Dance as Therapy for individuals with Parkinson Disease*. *European Journal of Physical Rehabilitation Medicine*. June 45(2): 231-238.
- F. Aguirre, J. Campos y E. Quintana (2013). *Danza y discapacidad en Terapia Ocupacional: dos disciplinas, muchos significados*. Universidad Andrés Bello. Santiago.
- J. D. Nasio (2008) - *Mi Cuerpo y Sus Imágenes*. Barcelona: Paidos.
- Quintana, A. y Montgomery, W. (Eds.) (2006). *Psicología: Tópicos de actualidad*. Lima: UNMSM.
- Kielhofner G. (1992). *Conceptual foundations of occupational therapy*. Philadelphia: FA Davis.

Kielhofner G. (2004). Terapia ocupacional: modelo de ocupación humana: teoría y aplicación. Buenos Aires: Panamericana.

Lavandez, G. (01 de noviembre de 2009). Danzaterapia. [Mensaje de Blog]. Recuperado de: <http://tiposdeterapias.blogspot.cl/>

Le Breton David. (2002). La Sociología del cuerpo. Buenos Aires: 1er ed.

L. Pizarro y M. Marín (2014). Elaboración de un programa de intervención para ser aplicado en comunidad terapéutica con pacientes psicóticos chilenos en base a elementos de la danza educativa y de la danza movimiento terapia. Universidad de Chile. Santiago

L. Teixeira-Machado (2015). Dance Theraphy in autismo. Fisioterapia e Pesquisa. 22(2).

M. Casullo, D. Dulicai y D. Fishman (2005), La mejora de la capacidad empática en profesionales de la salud y la educación a través de talleres de Danzaterapia. Universidad de Palermo, Buenos Aires.

Simó S. (2007). El Modelo Canadiense del desempeño ocupacional. Revista Gallega de Terapia Ocupacional (3) pp 3-27.

Organización Mundial de la Salud (2011). Informe mundial de la discapacidad.. Ginebra: Avenua Appia.

Palacios A. (2006). El modelo social de discapacidad: orígenes, caracterización y plasmación en la Convención Internacional sobre los Derechos de las Personas con Discapacidad. Barcelona: Reprografía Noroeste.

P. de Tord Figueras (2013). Máster en Danza Movimiento Terapia. Universitat Autònoma de Barcelona, Barcelona.

Perez, J. y Garaigordobil, M. (2007) Physical dissability: self-concept, self-steem and psychophysical symptoms. *Estudios de Psicología*, 28(3). p. 343-357

Polonio López B, Durante Molina P, Noya Arnaiz B. (2001) Conceptos fundamentales de Terapia Ocupacional. Madrid: Médica Panamericana

Schvartzman V. (2008). Neurociencia de la danza. *Investigación y Ciencia* 383(6) p. 17-20.

S. Koch y D. Fishman (2011). Embodied Enactive Dance/Movement Therapy, ADTM, pág 67-68 doi 10.1007/s10465-011-9108-4

S. Rodriguez Cigaran (2009). Danza movimiento terapia: cuerpo, psique y terapia. *Revista Internacional On-Line / An International On-Line Journal. Vol (8)*

Sebiani S. (2005) Uso de la Danza-Terapia en la adaptación psicológica a enfermedades crónicas. (Cáncer, Fibrosis, Sida). *Reflexiones*, 84 (1), 2005, pp. 49-56

Tifatino E. (n.d). Danzaterapia. Salud-Terapia, recuperado de:
<http://www.saludterapia.com/glosario/d/18-danzoterapia.html#axzz4AXFeC13y>

Trujillo A. et al (2011). Ocupación: sentido, realización y libertad. Diálogos ocupacionales en torno al sujeto, la sociedad y el medio ambiente. Universidad Nacional de Colombia. Bogotá

Rueda L. (N.D). La ocupación: ciencia y técnica de la Terapia Ocupacional. Escuela de Terapia Ocupacional, Centro Interdisciplinario de Estudios en Bioética. Universidad de Chile. Santiago.

Vargas Martín y Touriño R.. (2010). Evaluación del funcionamiento ocupacional. En ev. en rehabilitación PS (pp 135-147). Madrid: Ed. FEARP.

Vella G. y Torres E.(2012). Desarrollo de un instrumento de observación en Danza Movimiento Terapia. *Revista Papeles del Psicólogo. Vol 33 (2) pp. 148-156*

ANEXOS

ANEXO 1: María Ignacia, Terapeuta Ocupacional

Fecha de entrevista: 23 de septiembre

Duración de entrevista: 1 hora y 20 minutos.

Entrevistada: E1

... (Silencio) Bueno ya le habíamos contado respecto nuestros objetivos en el seminario de título...

E1: Sí, sí...

En relación al primer objetivo, en cuanto a los aportes de Danzaterapia y personas en situación de discapacidad física: queríamos comenzar por ¿Que entiendes por Danzaterapia?

E1: Me gustaría contarte más de mi experiencia, más que de una definición que se lo pueden encontrar hasta en una página web de danza a la vida o alguna otra... Para mi primero lo enmarcaría dentro de las terapia creativas, porque ahí pueden caber varias, desde Danzaterapia, Arteterapia, musicoterapia, líneas de dramaterapia o de varias técnicas...si? y que lo que conlleva es vincular a la persona a conectar (silencio) con ella misma desde diferentes aristas, no tan solo desde lo mental, sino que también a conectar y a unir mente y cuerpo, si? entendiendo que el cuerpo también tiene mucha información, muchas veces que está a nivel inconsciente y que se manifiesta de diferentes maneras y las terapias artísticas lo que hacen o las creativas mejor dicho es que esa información emerja al consciente, si? y que, cual es el beneficio finalmente de que emerja al consciente es que la persona pueda visualizar qué información es la que aparece y si esa información se vincula o no con su cotidianidad y con sus problemas, si?... el poder volver al cuerpo, por así decirlo, para mi es una manera de poder mirarte, de poder tomar un camino de autoconocimiento y desde ahí el conocerte, el saber que es lo que sientes, que es lo que piensas también y como lo vive el cuerpo, es una vía también de bienestar, si? (silencio) porque cuando uno está un poco dissociado de lo que está pensando y de lo que está sintiendo y de lo que está haciendo, claramente eso genera tensiones... eso es lo que a uno le pasa por ejemplo cuando hace algo, sintiendo no querer hacerlo y que nos pasa mucho. Yo tengo una idea sobre algo, estoy sintiendo,

pero por abc motivo lo hago de otra manera, si? y estoy todo el rato con este ruido de que no estoy siendo coherente conmigo misma... entonces cuando yo logro poder conectarme conmigo desde una manera libre, sin parámetros también, que eso creo también lo pondría si o si en la parte como de definir arte terapia, es el que uno se pueda conectar sin parámetros y cómo sin un molde, te permite un sentir genuino de lo que quieres hacer, si? yo hago lo que siento y lo que quiero hacer, bien autónoma, bien libre y el poder expresarte libremente también permite que tú fluyas en lo que estás sintiendo y lo que estás viviendo, entonces distinto a lo que es una clase de danza más académica por ejemplo: en lo que tu vas a aprender una técnica, que tienes que moverte de cierta manera, que hay unas expectativas que hay que lograr, objetivos claros... (silencio) en cambio acá el contexto es terapéutico, es sanador, por ende la base es que tú puedas ser tú, si?... ser tú con tu vestimenta, con tus ideas, ser tú con tu movimiento, ser tú en plenitud y eso también dejó otra característica de Danzaterapia en general... (silencio) que permite el acceso a todos de una manera más universal, entonces para mí es una técnica que trabaja con la unidad del ser humano... en este cuerpo que va a importar lo que la persona piensa, lo que la persona sienta y lo que la persona haga de manera integral y como la manera de trabajar con todo el cuerpo, podemos llegar al bienestar y apuntar hacia la calidad vivida de las personas, eso es como a grandes rasgos, porque después es meternos en los aspectos específicos de cómo llegan esta generalidad a la práctica, porque la Danzaterapia, va a trabajar distinto a la Danzaterapia, danza a a vida o desde la Danzaterapia del método de Maria Fux y así. (Silencio) Yo siempre he visto esta conexión que ve al ser humano bajo este paragua como íntegro... por ejemplo, en danza a la vida que es la que yo me forme, trabajamos con los cuatro elementos de la naturaleza y con los niveles del ser... tierra el cuerpo físico, agua el nivel más emocional, aire el nivel más mental y fuego lo espiritual, si? entonces desde ahí yo les voy a contar siempre desde mi formación, desde danza a la vida para darle ese contexto, pero para mí así lo definiría, les cuento desde mi práctica misma.

¿Y en ese aspecto, desde el significado, lo que ha sido para ti esta experiencia?

E1: uuuuy (risas) para mí ha sido transformador, ha sido maravilloso, como cuando te encuentras con ese espacio que cuando llegas a él, dices esto es lo mío, esto me mueve, esto tiene un potencial tan tan grande que yo entré siendo una en febrero y salí siendo otra en enero del 2015... porque te metes en un viaje de descubrimiento y de aceptación de muchas cosas tuyas... de poder ver algunas partes que son más difíciles y

de que hay maneras de poder trabajarlas, siempre complementarias a otras técnicas igual, no? ósea la Danzaterapia para mí es un complemento súper importante a otros tipos de tratamiento igual, porque como lo habíamos conversado en algún momento aparecen material que uno quizás le es más difícil ver... quizás temas familiares, temas en fin como traumas que van a aparecer o cosas que tú sabes que son difíciles y que aparecen desde un material simbólico... porque todo lo que aparece en Danzaterapia emerge como símbolos o emerge como sensaciones o como ideas, sí? y símbolo es que tú puedas ver ideas mientras danzas, o que te aparezcan ideas o recuerdos, o que físicamente sientes más tu pecho, más apretado por ejemplo hechos más concretos, aquí claramente lo que desarrollas es como las antenitas de poder decir, ok, esto no me lo puedo sola y necesito de alguien que me acompañe en este proceso como para poder descifrar todo este material que aparece y de ahí si necesitamos psicoterapia, vamos a psicoterapia o con la terapeuta que a mí más me resuene según mis creencias o etc. pero a mí lo que más me permitió como gran herramienta, fue el conocerte, el poder sentirme y el saber cómo se expresan las emociones es mí, cómo se manifiestan en mi cuerpo y la importancia de estar en equilibrio con este pensar sentir y hacer, como la honestidad contigo y el amor, la aceptación también de quien tu eres y así como eras está bien, cachai? (silencio) no es necesario ser y pretender alguien que no eres, sino que todas estas herramientas, todas estas terapias como que te devuelven a ti, sí? Estamos tan acostumbrados a este sistema capitalista, en el que todo está fuera, tenemos que producir, tenemos que cumplir metas en el trabajo, tenemos trabajo con números, tenemos que atender, siempre fuera fuera, siempre la producción... entonces uno está todo el día en cosas, nunca hay tiempo para uno, entonces cuando vuelves a ti, es como chucha estoy acá, y estoy po y que mi dolor de cabeza de cabeza no nace porque si... o si ando con este resfriado pegado hace cuánto tiempo o porque n o puedo salir de este estado como mas emocional más bajo... que pasa así también con gente que no encuentra respuesta a veces desde lo farmacológico y que yo ahí veo que hacen falta toda esta mirada que trasciende a la medicina tradicional, pero con que lo otro sea la panacea misma tampoco, sino que es como un complemento desde técnicas o métodos que miran a un ser humano como un todo, sí? no es una mirada segmentaria del ser humano... hay cosas que como es una mirada unitaria como decirlo desde el lado opuesto, caben todas las posibilidades para atender un problema, si? y desde ahí la mirada es hacia uno, como lo sientes, cómo lo vives y qué herramientas también hay como para poder salir de ahí... Entonces que me permitió, yo que trabajo en salud mental, de partida fue un viaje de autoconocimiento súper profundo, donde pude sanar varias cosas de mí y también conocerme y eso me permitió a mí saber varias cosas, saber cuándo un espacio para mí es tóxico y tengo que salir de ahí, si? o cuando yo no

me siento bien con algo y son como estas antenitas de alerta, de poder entender que hay como una influencia directa con el también, influencia directa en el que tan honesta estoy siendo conmigo y con lo que quiero y que hay que tomar formas de cuidado personal si o si cuando uno trabaja con personas... entonces yo creo que es tan como que termine viendo la importancia del cuidarte a ti mismo como algo base en la vida y el poder también poder tener estos espacio como de vaciamiento de lo que estoy viviendo, también de poder volver como a tu espacio a tu rincón por así decirlo y que desde ahí vas a encontrar muchas respuestas también, que no están afuera y que están en uno... entonces para mí fue descubrir muchas formas de cómo quería trabajar, desde donde me iba a parar para hablar de salud por ejemplo, desde donde me iba a parar al momento de intervenir y de lo que quería yo trabajar... tuve que tomar varias decisiones ese año, porque me fui de mi pega, porque yo creo que cuando uno vuelve al uno y te conectai con las cosas que realmente quieres, te das cuenta que no sintonizan con lo que realmente estás haciendo y lo que tu contexto te está ofreciendo, entonces entrai como en varios conflictos... (Silencio). Entonces desde tu interior viene algo que te dice que aquí hay que tomar decisiones po... hacer lo que el resto quiere que tu hagas o vamos por lo que tu quieres... y el tomar ese carro es un desafío importante porque dejai atrás cosas, teni que romper con esquemas tuyos, que por abc motivo ya no son funcionales a tu vida de ahora y ser valiente no mas po... y uno se muere de miedo y se muere de miedo... pero cuando tú cruzas y das ese primer pasito de verdad que es un regalo y una satisfacción tan grande, que no termina nunca, porque cuando yo deje mi trabajo anterior y dije yo no quiero este sistema para mi, o sea no quiero estar viendo niños cada media hora, no quiero estar con un equipo que está tan contaminado, que ya perdí la esperanza de hacer cambios, que son tan cuadrados que no se puede entrar, que hay que trabajar en un box casi sin ventanas, o sea cosas que yo decía como tolero todas estas cuestiones... entonces fue un decir no más, o cuando voy a buscar un trabajo voy a estar súper consciente de las cosas que quiero y de lo que voy a tolerar o no para mí, sí? y eso fue danza y también parte de conocer lo que quería de lo que no... y fue también dar un cambio, porque yo en un momento tampoco me sentía tan T.O (silencio), como lo llevo también varias crisis porque sentía que me faltaban cosas y cuando entro a danza dije chuta, llegó un momento en este viaje y llegó el momento en que puede fusionar ambas miradas y dije chuta Terapia Ocupacional tiene harto que compatibiliza con Danzaterapia y con estas terapias creativas en general...

De hecho, eso le quería preguntar, que usted también habla como de esta disciplina integral y todo eso... Como haría la relación con Terapia Ocupacional, siendo que también tiene esta mirada holística de la persona y todos sus ejes...

E1: sí, mira yo he llegado a la conclusión de que para mí la Terapia Ocupacional y que las bases de la T.O tiene la mismas bases que estas terapias creativas, de que primero estamos mirando al ser humano desde una manera holística integral y desde ahí los t.o nos posicionamos desde una mirada de salud que no todos profesionales comparten, ósea yo diría que somos los únicos que podemos mirar quizás al ser humano desde todas sus realidades y que todo va a impactar en el proceso de salud de un niño o una persona adulta y que nos quedamos cortos si vemos solo al niño y que tenemos que ver también a la familia y que está hasta el vecino que quizás es significativo o quién sabe quién o quizás es... no se... creo que está dentro de las premisas de T.O y como la ocupación es una base de bienestar para las personas... (silencio) y es ahí donde digo esto es coherente, porque desde terapia ocupacional también buscamos el bien estar desde el hacer y de volver a la persona todas las competencias y herramientas para que vuelva a ser competente en su vida diaria y busque esos espacios que lo conecten con su yo mismo y que le entreguen un bienestar y desde ahí los métodos para llegar a ese objetivo pueden ser variados y como ser funcional no recetas tampoco de como hacer las cosas... yo creo que te permite meter todas estas técnicas que son más creativas y que no salen del marco de lo que uno puede hacer en una intervención po, porque teniendo ese objetivo claro tu vas a poder meter muchas técnicas que sean coherentes con ese objetivo, ósea claramente yo no voy a meter Danzaterapia a todos mis usuarios por ejemplo... no? porque igual necesitamos uno que tenga capacidad de insight quizás o de poder vincular lo que ahí pasa llegar al lenguaje ciertas características... bueno ahí también desde Danzaterapia, danza a la vida han habido experiencias de compañeras que han llevado danza de la vida a personas que no tienen lenguaje, o Danzaterapia que la han llevado a personas con autismo, donde no hay un lenguaje verbal tan potente en algunos casos, pero lo no verbal también es comunicación entonces ahí lo que estamos hablando es que necesitamos de ciertas características y como base es la motivación de la persona... entonces sí yo también veo una persona que es más reticente a lo complementario o que yo se que todavía falta más trabajo individual para invitarlo a un trabajo grupal, o según la situación de salud, etc... O sea para mí yo creo que es una herramienta que se puede meter dentro del campo de la t.o ya que como base tenemos la misma mirada, ósea la persona es cuerpo y mente, la situación de salud que lo afecte va a afectar varias partes de su vida... entonces desde ahí hago el puente y de donde hago

mas el puente aun quizás es del área de salud mental, sí? (silencio) y por eso que cuando ustedes me invitan, me llama mucho la atención hacer ver que en realidad en todo tipo de salud podría ser un beneficio o un complemento... pero que sí hay que evaluar bien los espacios, bien los contextos y que no es llegar y meter el método porque si no mas, porque no ha todos les va a servir o no a todos les va a hacer sentido, además porque el tema del cuerpo acá en nuestro país es un temazo, porque como sociedad también estamos bien reprimidos a este tipo de experiencias, somos una sociedad con mucho miedo, entonces desde ahí es que no mucha gente llega a este tipo de experiencias, porque el proceso desde esta mirada implica el conectare contigo y mucha gente no quiere hacerlo, sí? (silencio) Porque hay una vergüenza, hay un miedo a que te juzguen, a un yo no sé bailar y tantas cosas que son puros bloqueos, que yo creo que no son cosas de la persona en sí, sino que hay una historia detrás y hay temas que traemos donde la represión está súper quizás instalada como en la mentalidad de nosotros chachai... entonces desde ahí yo lo vincularía mas con esta mirada sistémica de la terapia ocupacional y que encaja totalmente con estos métodos.

Yo de eso me quiero tomar un poco, eso de que la sociedad tiene como esta mirada bien prejuiciosa respecto a las personas en situación de discapacidad. Y lo que yo quería preguntar es ¿cómo la Terapia Ocupacional puede aportar a esta re significación del cuerpo en una persona que tenía una vida “normal” y productiva por así decirlo y tiene este ACV o TEC, etc, etc...y queda en situación de discapacidad? ¿Cómo podría ayudar, aportar?

E1: mira yo veo que el primer mensaje que yo veo de llevar a estas técnicas, es decirle a la persona que tiene el acceso sin importar su situación de salud que tenga, si? (silencio) ¿Acceso a estos espacios terapéuticos que están diseñados desde un modelo universal, sí? Entonces desde ahí el poder sentir que a pesar de que la mitad de tu cuerpo no se pueda mover voluntariamente o de que tu rodilla que por abc motivo que está con mucho dolor también te puede limitar tu movimiento... el poder decirte, ok, aquí vamos a mirar la luz, mas que lo que no puedes hacer, vamos a mirar lo que sí puedes hacer, y desde lo que sí puedes hacer nos vamos a mover y eso también es danza... (silencio) un poco romper con que la danza es algo estereotipado que hay que seguir un paso y unos parámetros determinados... es poder decir , ok, estamos enfrentando esta situación de salud particular que puede significar algo puntual, pero que te está afectando muchas otras áreas, tú salud mental, tu autoestima, tu autoimagen, por ejemplo... si? Entonces

el poder meterte a este método desde el cómo eres, tal cual eres, permite también aceptar muchas cosas de tí ahora y desde ahí resignificar con el poder hacer de otra forma, ¿sí? este proceso, se entiende?

Si, perfectamente

E1: Es que después, les va a hacer más sentido, porque les voy a mostrar unos relatos cortitos... por ejemplo viendo unas imágenes me acordé de don Ramón que él tenía secuelas de ACV, bueno cuando yo lo conocí llevaba un proceso ya de terapia, pero él tenía problemas para hablar y para caminar también, pero yo diría leve de lo que uno esperaría de secuelas más agudas de un acv... Entonces don Ramón iba con su hermana al taller y yo recuerdo muy muy bien un día que estábamos en la parte de la reflexión de poder compartir ya desde el lenguaje y que él dice que a él le gusta mucho ir a las sesiones porque en su casa él nunca va a cosas sociales porque no le gusta y porque él no habla mucho en los contextos sociales (entonces yo ahí podría interpretar que es por su dificultades también que tiene para hablar) y que ahí él no se sentía así, se sentía acogido, aceptado y que el tan solo hecho de que ese espacio tenga esas condiciones a él le permitían ser... y ósea el compartía, siendo que para mí, pucha cuando dijo eso fue muy bonito, de que en su relato, dentro de este proceso en el que vive su acv dijera y haya podido encontrar un espacio en que pudiera compartir con otros, poder contar lo que a él le pasa, sin tener el miedo, ni la vergüenza y juicios que puedan existir porque él no hable bien... entonces creo yo que es un espacio para resignificar no tan solo desde el cómo estoy, desde el poder mirar que hay cosas que sí puedo seguir haciendo, pero también, desde, todos los beneficios que tiene danzar, del poder desconectarte del problema, pero también se da otro factor súper importante que es el grupo, si? Osea es una terapia que yo la hice grupal, que también se puede hacer individual, pero que para mí su potencial está en el grupo, ¿sí? Entonces desde ahí también, como el grupo, y aquí podemos compartir también la importancia de lo que sabemos de un grupo, también se forma o transforma en una herramienta terapéutica muy potente, si? Porque ahí también se encuentra con otras personas, otras personas con otras situaciones de salud, y que todos están en las mismas condiciones, si? (silencio) Con las mismas condiciones de que todos pueden ser parte de este taller... aquel puede caminar, aquel que no puede caminar, aquel que le duele la rodilla, el que no... entonces también ahí el tema de la universalidad también tiene que ver en que yo comparto con una persona que quizás está en una situación distinta a la mía, pero que tal vez podemos aprender

mutuamente de nuestras experiencias y también tener un poco esta sensación de esperanza de que voy y puedo volver a tomar las riendas de mi vida, a pesar, sí? (silencio) O tengo el espacio para poder mirar mis emociones, poder sentir lo que me pasa, poder sacar mis emociones afuera y también como todo eso sirve para la aceptación, a la aceptación y también al poder sentir mi cuerpo y de poder también aprender de cómo está mi cuerpo ahora, que es lo nuevo y que voy a buscar las herramientas para poder moverme de una manera distinta a como se movía antes y que quizás como ahí uno lo hace de una manera más libre, pasaba mucho que llegaba alguien con un dolor y no movía mucho y después tú lo veías danzando y la muñeca se movía, oseaa nunca se acordaron de esa muñeca... entonces ahí tú también decí que genera este espacio que la persona se olvida un poco de lo que trae, porque el dolor también, es subjetivo, entonces desde ahí hay mucho miedo de la persona que ha vivido muchos años con un dolor, hay miedo a moverse o sobre exigirse a mover más de lo que hacen porque duele obviamente, pero ahí puedo mirar como el dolor puede disminuir cuando también logro darme cuenta que cuando estoy como en un estado de armonía, eso también va a favorecer mis subjetividades, cierto? (silencio) O el como yo me siento o me enfrento a las situaciones también... porque ahí también se trabaja la parte más emocional también, porque descubren otra mirada, de que quizás este dolor viene también porque, pucha tengo esta idea frente a esto y quizás no conozco bien lo que me pasa, entonces prefiero no moverme tanto porque quizás me va a doler más... entonces desde ahí es redescubrirse... (silencio) Entonces ahí tú también veías personas que llegaban súper cargadas y después se estaban riendo... ¿Entonces hay un impacto a nivel físico? Si. ¿Hay un impacto a nivel emocional? También. Impacto a nivel de salud mental? También. Yo creo que ahí está el proceso de re significación de la situación y también hay un impacto a nivel espiritual, porque conectas también con ello... porque cuando invitó a trabajar desde el juego también hay una invitación a conectar con valores que son humanos y que son transversales, sí? Y que muchas veces el amor propio no está muy instalado en la gente, sí? ¿Porque la señora con artrosis hace el aseo hasta que no se puede mover más cachai? Y lo hace una porque tiene la exigencia de que tiene que dejar todo listo hoy día y dos porque lo está haciendo por otro y todo el rato no está pensando en ella... Entonces la invitación es conectar con lo que para ti sea sagrado y sea la fuente de paz, calma, de hermandad y muchas cosas que puede conectar entonces lo que trabaje con el grupo o persona va a tener un impacto sí o si y dependiendo la persona es que va a impactar mas un área que otra.

Y dentro de esos mismos relatos que ud cuenta, por ejemplo las personas decían que sentían que tenían más movilidad...?

E1: el video que les traje lamentablemente como yo facilitaba no tome fotos, ya que yo estaba metida en las sesiones y tengo solo fotos de lo que es aire y agua... en la de agua grabaron un video de la danza final libre. Mira cómo fue un taller tan cortito que, eso es importante, estamos hablando de un taller de 4 sesiones por ende yo creo que lo que las personas percibieron, tienen que ver con beneficios más transversales de estas terapias que es el sentirme mas tranquilo, mas relajado, el conectar con que me puedo mover más, que puedo conectar con otras cosas o que simplemente, este es un espacio en el que me olvido de mis problemas, cachai? Yo creo que si hubiésemos trabajado mas a largo plazo hubiésemos podido a llegar como a algo mas insight, a algo mas profundo y ahí yo creo que si hubiese un impacto mucho mayor...

Mas a largo plazo ¿Cuánto tiempo? ¿o cuantas sesiones más?

E1: uyyy (expresión) yo creo que eso es tan relativo porque los procesos de autoconocimiento son super individualizados, si?, hay personas que viven estas sesiones muy intensamente, otras que las viven de manera más sutil porque cada uno tiene su tiempo de despertar... cada uno según tus propias capacidades, ahora yo creo que si o si un trabajo de un año nos permitiría saber más en un proceso de investigación ... (momento de silencio) ... si, sinceramente, yo creo que, o sea ya en un año trabajando con las mismas personas, etc, como la continuidad de ellos osea tener cosas mas potentes, porque yo aquí tuve impactos, yo se que les hizo bien, se que cambio su bienestar pero en cuatro sesiones si lo miramos del aspecto de investigación de lo que es y de lo que ahí nos piden ahí claro, no es tan significativo como el proceso de investigación de un año, pero de ahí cuando conozcan a Lorena yo creo que ella si debe tener mas información y como mas, de mayor tiempo con las personas porque ella lleva años en el tema como trabajando con personas con situación de discapacidad.

Hemos visto igual como la parte de los beneficios ¿Que pro y contras ve usted de la Danzaterapia?

E1: Yo creo que lo único en contra que le podría ver yo es que... (piensa)... la persona se conecta con algo que sea muy intenso para ella y que no tenga las redes para poder abordarlo, ahora eso en términos prácticos no debería pasar porque para eso está el danza terapeuta, para que no pase eso pero por ello yo como facilitadora me tengo que hacer cargo de todo el proceso de soltar de las personas... ahora si yo también veo que no tengo las herramientas para abordar una situación particular derivo también, yo creo que aquí necesitamos un proceso de psicoterapia mas en profundidad, etc. Otra es que... no se (ríe) me cuesta verle lo malo pero a ver pensándolo en que quizás se exija mas de la cuenta, si podría ser también como la autorregulación que ahí no este y yo creo que, mira, otro tema si, yo creo que ahí podría ser contra es que tu hagas la sesión sin conocer al grupo o que, explores cosas sin saber qué es lo que vas a hacer porque como son disciplinas nuevas ... es como pasa también en terapia ocupacional, uno va probando cosas para ver si sirven o no sirven porque como trabajamos, llegamos a unos rincones del ser humano mas sutiles tiene que ser un trabajo netamente terapéutico porque para hacer una sesión si es que tu vas a llegar a ofrecer a la gente tiene que ser una sesión acorde a las personas que están ahí, el saber que actividades vas a hacer para personas en sillas de ruedas por ejemplo, que vas a hacer para no se po... personas con esquizofrenia, que vas y así cachai? Un contra también podría ser el no manejo, el no conocimiento de las personas con que vas a trabajar si? Porque justamente puedes hacer sesiones que pueden provocar un desajuste en las personas y que no vas a poder ser capaz de mantener porque el contexto no será el mas idóneo para ellos si?... eh... yo creo que po ahí, si se me ocurren mas les cuento (risas). Si es que yo creo que hay que partir de que uno se entusiasma y se apasiona y piensa que podría ser para todos pero en verdad no es para todos, yo creo que ahí también no es para todos desde el momento en que para la persona es fundamental que tenga la motivación para hacerlo porque no es llegar e imponer esta terapia, osea esto no es obligatorio y creo que los beneficios que uno puede pensar que se generan no se darían tiene que haber una aceptación y una autonomía también desde la motivación y de ahí, como es algo nuevo también está la posibilidad de que tu digas ok haremos la sesión pero después tu podrías contarnos como te sentiste y esta la libertad de la persona de decir pucha no me gusto y no vuelve no mas pero yo creo que es necesario entregar y probar a las personas como vamos a trabajar y que siempre se sientan con la libertad de decir hasta aquí llego yo, si? Aparte sería muy incoherente hacerlo como obligatorio verdad (risas)

Esa sería como una primera forma de llegar a las personas? Por ejemplo como para comprender que es lo que quiere trabajar cada uno?

E1: hay protocolos de trabajo y para las personas que uno tiene que tener mas cuidado se llama lo que, en danza de la vida denominamos el protocolo para personas con necesidades especiales, si? Entonces que, para nosotros terapeutas ocupacionales es bien fácil entenderlo y tiene que ver con que tu primero te acercas al lugar donde necesitan de la intervención, debes hacer un diagnostico participativo antes, conocer a la gente, rescatar la necesidad de ese lugar y de las personas y en base a eso, planteas las acciones y el trabajo, si? O sea, eso tiene que estar si o si cuando llegas a un grupo que necesitas saber ciertos requisitos como para hacer la sesión, ahí uno toma el rol de facilitador viendo con que uno cuenta, cuantas personas son, que condición de salud tienen, etc... distinto a cuando yo abro un taller digo, ya voy a hacer un taller de danza de la vida y voy a trabajar la empatía y la conexión y ahí eres tu la que va a decidir si sintonizas o no con mi taller y vienes, eso es distinto porque yo estoy planteando una propuesta y llegaran los que sintonicen con esa propuesta, pero cuando vas a trabajar con el grupo que tiene problemas de salud en particular, tienes que hacer este proceso, si? Primero rescatar las necesidades... ahora hay un punto importante en eso porque qué pasa cuando la persona no conoce de Danzaterapia, no va a querer a abrirse a todos sus problemas entonces lo que yo creo que... eh... lo que yo me plantie cuando hice el taller es el mismo objetivo para ustedes que es un primer acercamiento a danza de la vida, cosas bien generales, cosas que yo se que no van a generar un emm.. si no simplemente vivenciar esto y saber de que se trata porque eso para mi es fundamental, o sea de todo lo que les hablo se integra mas al cien por ciento cuando se vive porque son cosas que uno vive, y como tienen que ver con sentir eso se vive, viviéndolo valga la redundancia (risas) que por mas palabras que... no se yo hice este primer taller que después intente darle continuidad fueron mas que todo mujeres y después lo transforme en un taller de cuidados para el cuidador, fue toda una evolución porque pasaba que ponía carteles con lenguaje así súper fácil de entender pero igual la gente leia Danzaterapia y pensaba ah no yo no se bailar, o me da vergüenza el público, o yo no puedo bailar, como voy a bailar yo con muletas etcétera un montón de prejuicios entonces también esto de hacer un diagnostico, yo creo que también es parte de un proceso, yo acá les hice a las personas con que trabaje cuando ya abrí el taller de cuidados para el cuidador ahí se hizo un diagnostico, porque habían personas que yo ya conocía y porque yo también creía o sea, desde mi experiencia, que cosas era más importante trabajar y ahí lo conjugaba entre los que las personas necesitaban y como usaba mis herramientas las incluía, pero claro yo creo que para un grupo nuevo de cero, hay que llegar con un lenguaje distinto, quizás uno también ahí uno va a hacer todas las

adaptaciones posibles para que el taller funcione bien, si? Se los muestro para que... (abre el computador)... ya miren esta presentación fue la que yo hice en un encuentro de rehabilitación basada en la comunidad del sector sur oriente y yo presente la experiencia del taller en este encuentro entonces les voy a mostrar... esperen, bueno yo dije voy a exponer a gente de la municipalidad, de los CESFAM, a los propios usuarios así que me dije que tenía que usar un lenguaje lo más universal posible... (silencio)... entonces bueno eh... (piensa) bueno el arte de la danza es demasiado grande para ser encasillado en nuestro sistema, escuela o estilo, al contrario la danza incluye todas las maneras, las razas y bueno todas las personas se mueven de esencia y danzamos desde que nacemos o sea la danza ha estado presente desde siempre... la danza y un poco quizás de estas terapias más creativas es que también se mueven a una causa de estilo de emoción, es decir como yo danzo a partir de mi propio sentir, si? De ahí surgen más bien los movimientos... bueno lo que ya les he contado, un sistema de danza de la vida es como método que trabaja con los seres humanos y con los elementos de la naturaleza y todo esta parte como más teórica se lleva a la danza y al cuerpo... (silencio, sigue mirando en el computador...) Aquí hay personas que eran usuarios, hay cuidadores, y esta el equipo de salud... el es un interno de kinesiología y hay de todas las áreas... y lo que también me encantaba esa invitación que era que fuera el que quería, y que todos podían ser bienvenidos en el espacio... como ven, abrimos el espacio para personas que pudieran estar sentadas para los que tuvieran una discapacidad en sí, para personas que tuvieran problemas lumbares... ella era cuidadora... ella era cuidadora también... y aquí hay, no se ve aquí pero ahí está Don Ramón y ella era su hermana... ella también está en silla de ruedas pero usaba una silla neurológica... Miren ellos eran un matrimonio que eran parte de otro taller también de musicoterapia y bueno este era el gimnasio del CCR, si?

¿Y esa persona que aparece ahí, como parada...?

E1: a ¿el? Lo que pasa es que él quiso trabajar de pie porque ya venía de estar mucho rato sentado antes, previo a esta parte que bueno ahí tengo fotos de la musicoterapia y de (silencio)... aquí está un poco también que estas terapias consideran a nuestro cuerpo como vehículo de expresión, si? En donde podemos encontrar toda la información e inteligencia vital necesaria para favorecer nuestra salud y el equilibrio en todos los niveles del ser... o sea también hay un foco en esto del pensar – sentir y hacer y también existe un equilibrio en todas las áreas del ser... o sea en lo espiritual, en lo

emocional, en lo mental y en lo físico... (cambia imágenes)... Bueno aquí yo lo vincule a los modelos de la rehabilitación mas basada en la comunidad que también permite generar estas practicas ya que ahí nos situamos a mirar la salud desde un cierto paradigma también si? Osea desde una mirada que trasciende a lo biomédico y que también mira los aspectos sociales, aspectos históricos y además también emocionales y todo lo que conlleva y todo lo que impacta al ser humano como ser integro, entonces hice este contexto también que era complementario a este tipo de prácticas... estas partes son de la músico-terapia que era parte del protocolo de una sesión como lo contaba yo, primero una primera fase que hay una alineación que es una especie de meditación para poder empezar a conectar con este espacio terapéutico y después de eso, viene la musicoterapia, si? Que tiene como objetivo el buscar la armonización del cuerpo, buscar la sanación también de aspectos que la persona quiera enviar hacia lo más sagrado de ese momento entonces, y para también lo que visualizo y visualice en este grupo fue que era muy significativo como corporalmente cambiaban... o sea entraban con otra disposición a trabajar con el cuerpo y eso es lo que también genera este espacio de músico-terapia porque bueno, desde la alineación tu ya vas sintiendo un cambio, acá cuando ya te conectas contigo y con lo que este espacio produce llegas a la actividad misma con otra disposición... pero cambiaba la mirada, cambiaba también el perder un poco la vergüenza frente a las actividades y creo que eso es también parte de este caminito antes de llegar al trabajo corporal, porque pa mi es fundamental, yo he vivenciado otras técnicas que uno va directo a la danza, pero lo que más me gusta de danza de la vida es esto, que también hay un proceso que no es solo llegar y conectar con el cuerpo que es necesario poder dar este espacio propio para poder quizás dejar atrás mis problemas o preocupaciones, tomar consciencia de ese espacio y decir ya, este espacio para mi para relajarme para lo que cada uno quiera, entro al espacio terapéutico con otra disposición... y, se puede hacer sentado, acostado, todo vale en esta práctica... (sigue mostrando imágenes)... bueno esto ya es después de la musicoterapia que es la activación que esto también es super importante, creo que uno tiende a hacer ejercicios de relajación y uno se queda con la relajación y listo, pero es súper importante también saber cuál es el contexto de esa persona, ¿en que sentido? En que si esa persona volverá a trabajar, si vuelve a su casa, si es de noche o es de día... porque el estado de relajación te deja en un estado súper tranquilo una, pero también bien desconectado en cuanto como... como de lo externo entonces, es necesario como uno ya, tan relajado, queda mucha veces con sueño, te entregas tanto que estas como... entonces la fase posterior a la musicoterapia es esta activación... volvemos de este estado de relajación y nos volvemos a activar pero manteniendo el estado interior y eso se da, y se vive y es

posible entonces volvemos a estar activos para estar mas despiertos, pero manteniendo estado que te entrega la musicoterapia

Me acorde de que, en el hospital que hago mi practica, hicieron una sesión de sonoterapia y se dio este espacio de relajación todos acostados... y bueno el fonoaudiólogo se quedo dormido, pero así roncando...

E1: bueno ahí... también ahí toca facilitar de apoco para que la persona vuelva a despertar de a poco, de ciertas formas en donde las que yo manejo es que uno repite varias veces las consignas, o que vas acercando a la persona y vuelves a decir la consigna, o que empiezas con un tacto superficial diciéndole vamos a volver poco a poco... así como la propiocepción... de a poco vamos a volver... y cuando ves que la persona va volviendo y si bueno necesita más presión, hacemos más presión pero de manera sutil ya sea en la espalda, en la cabeza... porque si se fue en un estado muy profundo bueno eso pasa, a mi me ha pasado un montón

Entonces por eso no lo despertaron, lo dejaron así...

E1: si puede ser, osea una es que una se haya quedado dormido o que está en un trance súper profundo y quizás donde anda viviendo quizás que cosas entonces hay que traerlo a tierra de a poquito... porque o si no, puedes interrumpir una vivencia que no va a ser idóneo sacarlo de ese estado asi rapidamente asi que ... pasa, pasa harto (risas).

Claro en mi caso, a mi me afectó que interrumpía mi relajación...

E1: Bueno pasa, a mi me paso que mis compañeras de magister están resfriadas y bueno nose, comienzan a toser y toser y bueno... (sigue mostrando imágenes). Entonces aquí estamos en la fase de la activación si? Y aquí las consignas eran universales, si? Los que estaban acostados podían estirar piernas y abrazos, extensión máxima... y los que no bueno brazos en extensión y estirar el cuello... y acá yo también daba muy exacto la

consigna de que cada uno se estirara lo que cada uno pudiera llegar, sin sobre exigirse, o sea si puedo llegar hasta aquí hasta aquí nomás llevo, si yo puedo hasta acá será hasta acá pero no había que llegar a una meta, o sea tratando siempre de, todo el rato, de que la persona tome conciencia de hasta dónde puede llegar cuidándose a sí mismo y... (piensa) bueno eso... (muestra imágenes) y bueno esta fue la sesión de agua, donde trabajamos en pareja y algunos elementos que también fue muy bonito verlo porque me di cuenta que trabajar con elementos era mas fácil para la gente integrar estos elementos que estábamos trabajando... la sesión de agua trabajamos con la fluidez y con la adaptabilidad, entonces este ejercicio tenía que ver con que primero se conectaban ambas personas con un pañuelo y tenían que moverlo según las consignas que yo iba diciendo y después las personas se apoyaban con la música para moverse libremente, tenía que haber una comunicación entre ambas personas y yo daba consignas como por ejemplo que nos íbamos a imaginar que era un río y como era el movimiento de ese río, ese río después era un lago y como sería el movimiento de ese lago, como es el movimiento de ese lago a mar, como serian las olas ya mas grandes o más sutil, si? Y después tenían la posibilidad de explorar también que movimientos podían hacer teniendo el pañuelo como recurso de exploración si? De nuevos movimientos... de jugar, también se da mucho eso del juego, de la posibilidad de explorar y de jugar... ahí está lo mismo... (mostrando imágenes)... y bueno estaban todos sentados, aquí dije haré una actividad en que todos estemos en las mismas condiciones y dije que todos trabajáramos sentados, tratando yo de mi propio desafío de que la consigna fuera también lo mas inclusiva posible, si?... (sigue mostrando imágenes)... esta fue la sesión de aire, si? Aquí también trabajamos con elementos que fue el globo si? Para conectar con la cualidad del globo cuando está en el aire, o sea cómo se mueve, con que peso de una manera de cómo trabajar con una línea que vendría siendo la ligereza, entonces el globo también permitió la contención de lo que estábamos trabajando porque a veces uno dice conceptos que la gente no los conoce tanto, o que quizás no sabe cómo relacionarlos con la vida también, entonces los elementos muchas veces sirven como apoyo si? Para facilitar su imaginación, y para facilitar la comprensión de lo que se está trabajando y para eso, veíamos el globo y llevábamos al cuerpo ese movimiento... como sería mi mano siendo globo? Va a caer lento? Se va a mover más suave... entonces todo era como un caldeamiento para después para llevarlo al propio cuerpo, si? Y aquí estamos en el círculo de reflexión, donde compartíamos bueno, este era un grupo nuevo y ellos llevaban tan poquito tiempo entonces las preguntas iban enfocadas a algo más general y no tan específico, si no que yo rescataba que se llevaron del aire en esa sesión, que se llevaron del agua, cómo se sintieron... y si alguno quería compartir algo más era bienvenido, pero mi foco era más exploratorio, eran siempre preguntas más

abiertas, cómo se sintieron hoy día, que les gustaba más, que les gustaba menos... como se conectaron más...

Ella era, ella estuvo en esta sesión. Bueno una dificultad que también podríamos ver es que en el CCR las personas tenían un auto, era un auto adaptado, un furgón que lleva a las personas con silla de ruedas al tratamiento pero como sólo era un auto que se distribuía en días y en horarios con los otros dispositivos de PEAC, por ende las asistencias al taller de las personas en silla de ruedas eran más bajitas y ellos poder asistir de manera personal requería un costo y eso cuesta y no todos tienen auto, entonces, en el caso de hacerlo dentro de un contexto de salud habría que tener en consideraciones esas limitantes y más si pensamos en el tema de su tesis como personas con secuelas de ACV también habría que tener consideración es eso y también esta limitante afectó en la continuidad del taller también. También aquí es quiero mostrar extractos de lo que fue el taller como, “la experiencia fue muy enriquecedora me llevó a mirar la vida de mejor forma y llegué a conocerme un poco más sentí que mi cuerpo era agua” “me voy feliz muy agradecido” “me autorregulo con los dolores, los hago consciente, aparecen unos y se van otros” esto es más un poco para demostrar que hay un impacto en su calidad de vida, más allá si la persona está bien o no, la salud va más allá de ello para dar un poco esa mirada de que estas prácticas también ayudan o se focalizan hacia esos puntos.

(mostrando fotos)

¿Y qué posibilidad hay de que nosotras podamos contactar alguna de estas personas?

E1: eeh... tendríamos que hablar con el coordinador, no se quien estará viendo ese tema

Entrevistadoras: O se lo ideal es que siguieran asistiendo al CCR y quizás de ahí poder ir nosotras un día coordinar con ellos.

E1: (sigue mostrando las fotos)

Esto a veces no lo hacen frente a un espejo?

E1: No porque la idea es la mirada hacia tu sentir, y que lo que va a pasar con el espejo? Es que tu te vas a empezar a criticar y para que se sientan ya que es la única manera

¿Ellos mismos van eligiendo con quién trabajar?

E1: Sí, promovía también la autonomía obviamente, todo el rato, porque también se da lo que pasa en los grupos como con quien trabajo? Así que libre ellos elegían, nunca desde lo autoritario. Ahora les voy a mostrar el video, se acuerdan que yo les dije cuáles eran las fases de la sesión que se parte con la alineación, la musicoterapia, luego ejercicios 1-2-3 o 1-2 como cada uno quiera, después la fase de exploración, danza libre y círculo de reflexión. Entonces esta es la danza libre de la sesión agua, donde trabajamos fluidez y adaptabilidad. (Video de danza libre)

----- FIN DE LA TRANSCRIPCIÓN -----

ANEXO 2: Marcela

Fecha de entrevista: 7 de octubre

Duración entrevista: 55 minutos

Entrevistado: E2

Ya comenzamos a grabar... bueno, ya nos presentamos y le contamos un poco sobre nuestra investigación ¿cierto? Estamos buscando los aportes de la Danzaterapia respecto a la rehabilitación física...

E2: Si po, clarito todo, démosle no mas, diga no mas para que soy buena

¿Esta cómoda? ¿Necesita algo... algún juguito?

E2: No, no chiquillas, estoy súper bien (risas)

Bueno comenzando con lo más general, puede contarnos un poco el ¿cómo conoció la disciplina, cuanto fue su experiencia...?

E2: Sí claro, bueno le cuento... bueno yo tuve ya mi accidente hace ... (silencio), se cumplirán 12 años mas o menos, en que bueno a mi me atropello una micro, así de frente y yo tuve este TEC cerrado y estuve mucho tiempo en coma, grave así mal mal, bueno yo perdí mi memoria, no me acuerdo de na de cuando era chica, del colegio, mi primer pololo, na' de eso po, imagínese, me costo como entender quién era yo, que me dijeran que yo era mamá y no recordar a mis hijos era pa' mi todo terrible, me costó procesar todo eso... bueno tuve secuelas de todo po, físicas así como que me cuesta caminar, pierdo el equilibrio, me tiritita el brazo cuando tomo té, esta cuestión de la memoria... si me pego fuerte en el coco la cuestión po (risas)... la cosa es que yo empecé mi proceso de rehabilitación aquí en la clínica, de a poquito he tirao' para arriba pero estar siempre aquí, es muy ... repetio' po, necesitaba como hacer cosas nuevas y ahí empecé hacer como... bueno hice un curso de computación pa' cachar esta tecnología nueva, también fui a una cuestión para aprender a bordar... mi hijo estudió preparador físico y el, empezó a hacer clases de... como se llama... ah! Zumba, y yo empecé a ir aunque me costaba caminar y todo... oh (expresión) sabe que, como que ahí me sentía bacán, o sea lo pasaba bien... yapo, yo le dije a la psicóloga, a la terapeuta, a todos que estaba yendo a esa zumba y empezamos a buscar otros cursos o cosas nuevas pa' hacer, y llegamos a esta cuestión de la Danzaterapia ahí en Provi, que yo también

pensaba que era como bailar, no cachaba na... llegamos así porque fui con mi hermana que me acompañara porque aun no podía andar sola, o sea como con seguridad en la calle por la gente del metro y todo... partimos así a la vida y terminamos como avión, rico bacán, entretenido...

Entonces usted comienza a asistir a estas clases y ... ¿hay algún otro motivo por la que le haya interesado esta disciplina?

E2: Bueno así siendo sincera, yo pensé que la cosa era bailar, como decía la palabra danza, eso fue lo que me alentó, lo que me motivó en el principio para ir, pero porque yo soy así como activa, me gusta andar moviéndome po, así trabajos de oficina yo nooo (risas)...

Entonces ya después de haber tenido la experiencia ¿Qué entiende ahora usted por Danzaterapia?

E2: Ya emmm... a ver, para mi la Danzaterapia es como... pucha yo no se usar muchas palabras formales por así decirle, pero yo la entiendo como una terapia diferente, que no es como tan médica, es más general porque toma en cuenta el cuerpo y también la mente, como que los une, los considera a los dos, eso es como lo más general e importante, creo que permite bailar o moverse pero no siguiendo a una persona adelante como en Zumba, si no que bailar según lo que uno quiera mover en ese momento, con la música, con lo que uno siente, para mí es una instancia que permite verte a ti mismo, permite relajarse, tener mayor consciencia de uno mismo, pero de todo... consciencia de tu cuerpo, de lo que estás sintiendo, de lo que estás pensando, de qué es lo que querí, etcétera... es tan rico, es una experiencia de poder autoconocerse tan importante por que yo en la Danzaterapia puedo asegurar que conocí mas de mi misma, por ejemplo... yo no sabia que era tan creativa (risas) o sea eso de que al principio yo como que inventaba los movimientos, pero después me fueron naciendo... claro porque yo también permitia este espacio para preocuparme ya de mi no mas... yo he tenido siempre un constante pensamiento en mi cabeza de que habría sido mi vida antes del accidente... la gente me dice que antes era distinta entonces yo pienso... ¿y como era? ¿Qué me gustaba? ¿Qué cosas me dificultan o que cosas soy buena? Son muchas preguntas como existenciales... y la Danzaterapia me permitió ir ordenando esta mujer que se hizo después del accidente.

Entonces... ¿Qué significado tiene para usted la Danzaterapia? Así, en concreto...

E2: A ver la Danzaterapia para mí significa libertad y que esa libertad permite conocerte a ti mismo, creo que permite conocerte dentro de este espacio que es super liberador, que no hay juicios, no hay miradas feas, no hay como el aire que te tira para abajo, al contrario, creo que aquí puedes ser tú mismo, ser como independiente, puedo elegir lo que yo quiero hacer, o sea más que elegir puedo ser según lo que me nace y permitir que mis emociones no me juegue en contra... si no que escucharlas, comprenderlas y saber que están ahí por algo, emociones que tuve que ir ordenando después de mi accidente po porque antes yo no sabía cómo era yo... cachai?

¿Fue esta disciplina que le permitió re-significarse en todos sus ámbitos?

E2: Siiiiii, todo el rato (risas), o sea yo se que por lo que ustedes me explicaron, claro físicamente puede favorecer mi rehabilitación y todo po, pero a mi me permitió que este espacio que yo pudiera pensar, pudiera entrar a lo más sagrado de mi, de mi propia esencia y de que para mi tiene importancia, cachai? Como eso sagrado la guiando mi esencia y bueno mi vida... Y pude llegar a un... a ver como le explico... (silencio)

¿A un equilibrio?

E2: ¡Exactamente! A un equilibrio de todas mis esferas, o sea quiero decir como lo emocional, sentimental, social, psicológico y social, a eso voy.

Cuéntenos un poco más como la Danzaterapia ha aportado a esta re significación...

E2: Bueno como le digo, yo estoy sintiendo que toda mi vida he estado buscando el significado de mi misma, de mi identidad, de quien soy... de qué significado tiene para mi las cosas, como me influyen, pero claro me di cuenta que solo la Danzaterapia... bueno hasta ahora, me ha permitido este espacio para poder expresarme libremente, las personas siempre buscan la libertad, o al menos sentirla por un momento, pero yo creo y siento que lo fui.

Ya súper bien! ¿Tiene usted un mayor significado hacia su cuerpo?

E2: Sí, mire lo que pasa es que la Danzaterapia va uniendo todo de ti, pero si me enfoco solo en el cuerpo... chuta, yo o cualquier persona puede estar un día entero mirándose frente al espejo pero no logra como identificarse po... pero ahí en las sesiones habían algunas que... brígiditas, daba al clavo lo que sentía o pensaba... Ahora para mi, mi cuerpo es importante, es valioso y también es sagrado... mi cuerpo sufrió mucho con el accidente, y ahora tiene este espacio en que yo me puedo dar cuenta lo importante que

es, y también conocer qué capacidades tiene, que propiedades... soy más consciente de eso, ahora me acepto con lo que logro hacer, o sea antes me enojaba saber que no podía agacharme sola... ahora aun no puedo, pero lo acepto, ¿cachai? He aprendido a aceptarme.

¿Cómo cree ud. Que ha influenciado en su movilidad y en su postura corporal?

E2: mira que bueno que me dijiste eso de la postura, porque pa' mi con mi secuela eso es lo más difícil... mantener una postura y pa' que te miento, aun me cuesta... pero te respondo de la siguiente manera, yo jamás me hubiese parado y mantener la postura con los brazos arriba... pero en Danzaterapia me atrevo... más que me atrevo, me nace hacerlo, cuando la niña nos dice que nos imaginemos el árbol más lindo y que nuestros pies son las raíces, yo me lo imagino cachai? Ahí la postura me sale... ¿Cómo? No se, siento que mi alma quizás se siente más libre... los movimientos ahora conozco caleta como mover mis brazos (risas), pa' rriba, pa' bajo, pa' los lados, o más que eso, el cómo se mueven... así como que fueran onditas, o como esas bailarinas que bailan con cintas... y no solo mis brazos, mover todo! (expresión de grito), las caderas, sentir tu trasero, que está ahí... o dime tu tus pantorrillas... ¿Cuando le dai importancia a tus pantorrillas? Nunca po! Aquí si, puedo hacer hacer todos los movimientos que yo quiera, porque soy más consciente de mi cuerpo...

¿Algún otro beneficio a nivel físico que quisiera mencionar?

E2: ¿Puedo mencionar todos los beneficios? (risas)

Si, claro, cuéntenos todos los beneficios que quiera mencionar

E2: Ya bueno, respecto al cuerpo bueno igual lo he dicho harto po, pero así en concreto, permite físicamente conocer tu cuerpo, mi autoimagen ha cambiado pero mucho... de manera positiva claramente, claro si nos ponemos a pensar, igual uno integra otras cosas, como el poder aprender a respirar porque aunque no crea, la gente no sabe tener una buena respiración cachai?... tener mayor consciencia de tu cuerpo hace también que podai liberar algunas tensiones que teníai en cierta parte así como apreta', pero que

después se va pasando cachai? ¿Cómo? ¿Por qué? No se, por eso pa' mi la Danzaterapia es maravillosa... aparte tu igual ejercitai el cuerpo po, si igual no hay que olvidar que es dan...za...te...rapia, o sea que tenemos que bailar igual po, movernos cachai... igual se te acelera la cuchara con música más rápida (risas)... pero siempre dentro de lo qué tu podí hacer... yo pa'que te miento, no se si mis músculos estarán más fuertes por así decirte, pero al menos yo siento que físicamente estoy bien... sé que no tengo una figura perfecta pero eso filo, yo me siento bien físicamente, así bien tajante, yo se que cuando hacemos ciertas posturas o no se, a mi no me sale bien, pero nadie me discrimina cachai?

Tomádonos un poco de eso, del que “nadie discrimina” es porque esta es una disciplina que trabaja en grupo... ¿Qué otra técnica de trabajo usted visualiza de la Danzaterapia?

E2: Mire a mi me encanta trabajar en grupo, el contacto así cercano con las personas porque soy bien creyente en eso de que cuando alguien se te cruza en la vida es pa' algo, cachai? O sea no pa algo si no que por algo... A mi me toco un buen grupo, como que a veces te dai cuenta que lo que te pasa a ti, no es tan terrible como pensai... te permite reflexionar sobre cómo viven los demás, y también como tu experiencia o lo que me pasó le puede enseñar algo a otro... obvio que algunos se emocionan al final cuando en las reflexiones... ahhh pero tu me dijiste eso de que técnicas tenia la Danzaterapia ¿o no?

Si, pero si usted quiere contar la afinidad que mantuvo durante el proceso puede hacerlo (risas)

E2: Ya bueno mejor te las cuento así más rápido, primero que todo claro está el grupo que en el que estuve yo que al menos siempre fue chiquitito, de seis a siete personas y bueno éramos todas mujeres, yo fui dos meses a la Danzaterapia y deje de ir porque en invierno me complica mas salir y bueno, filo, el tema es que la niña siempre guía todo, desde que tu entrai cachai? O sea tú eres libre en el contexto pero igual ella te va diciendo y guiando lo que hay que hacer, así le da una estructura a las sesiones, las sesiones tienen diferentes temáticas, o a veces se repiten pero siempre surgen nuevos aprendizajes dentro de nosotras mismas... bueno la cosa es que la niña va guiándote en todo momento, cuando tienes que cerrar los ojos, o comenzar a moverse, ella pone la

música... ponte tu en mi caso que me costaba agacharme, habían sesiones que ella no decía cosas pa' que nadie se agachaba, o habían otras sesiones que sí había que hacerlo en el suelo y yo partía en el suelo, entonces nunca se interrumpen las sesiones, y tampoco nadie estaba preocupado de otro, y eso me gusta de la Danzaterapia, que puedo ser yo tal como soy po, y aun así no se limita a lo que puedo hacer o no, no te niego que al principio si da plancha po si no cachai na, llegai a un lugar con más personas y te sentí como ridícula (risas) pero cuando ves que todas las personas están en la misma se te olvida y se pasa la vergüenza... a ver, qué más... (silencio).. la música también es súper importante, a mi hay canciones que me provocan demasiada libertad, ganas como de volar, soy libre libre libre como el viento (risas) pero también me doy cuenta que a otra persona esa misma música le da pena, cachai? Pero de a poco voy conociendo a las personas del grupo y después te hace sentido el por qué lloró... es bacan eso de contar lo que uno pasa, y saber que teni un grupo de personas que te van a contener y entender también, al final de las sesiones te day cuenta de que no eres única ni único en el mundo viviendo X problema, si no hay muuuuuchas más personas viviendo problemas similares o quizás peores, entonces también te ayuda a reflexionar eso.

Y en relación a eso¿Es para usted considerada la Danzaterapia parte de su ocio y tiempo libre? ¿o es más bien una actividad significativa?

E2: (Silencio...) ¿Puedo decir que las dos? (risas), lo que pasa es que claro, lo voy a explicar así... cuando yo entre a las clases o sesiones, en un principio para mi era rellenar mi espacio de tiempo libre que tenía, pero cuando ya estaba metia' y me gusto tanto, empezó a hacer algo más significativo, que ya tenía un horario establecido para ir cachai, no me daba lata ir al contrario me motivaba, iba contenta... y por eso la gente anda tan 'amarga' por la vida po, porque no realizan actividades que les guste hacer, no son felices porque trabajan en lugares que no quieren con personas que no quieren y ahí todo se va a negro, entonces a la gente en general les falta más acción en sus vidas (risas) no pero en serio, les falta mas a atreverse a hacer cosas, y no sólo cosas sino cosas, actividades que les haga sentido que les guste y los haga feliz... por eso si, pa mi' la Danzaterapia tiene significado, todo el rato.

¿Cómo cree usted que la disciplina favorece o favoreció su desempeño?

E2: mira netamente porque ahí me liberaba de todos mis problemas, y yo andaba mas feliz, asi de simple te lo podría explicar como que favoreció, y si me preguntan onda ¿Qué significa estar feliz? No se pero todo lo hací mejor po, la interacción con las otras personas es mejor, tu cuerpo se siente bien así como estable entonces rendí en todo... estai hasta más proactivo cachai? Y eso es solamente porque te conoci mas a ti mismo, haces como una conexión entre tu cabeza y tu cuerpo esa onda, todo parece más fácil y en relación a la pregunta si po favorece ene mi desempeño, imaginate yo vivo con mis 2 hijos entonces igual requiero mantenerse en óptimas condiciones para desempeñarse en todo esto de los quehaceres de la casa, aunque tengo apoyo de mi mamá que siempre me ayuda y todo, igual tenía que responder po igual mis hijos ya son grandes y colaboran , pero como buena mamá y dueña de casa obvio que tengo que aportar en todo.

Si, de todas ,maneras se entiende totalmente entonces a nivel más general ¿Podría decir usted que se siente más competente?

E2: Yo podría decir que si, pero claro como que lo que uno siente no les sirve, cierto? (risas) pero el ser competente claro, obviamente teni que estar en un cuerpo que te rinda al fin y al cabo como lo que les decía antes de rendir y ser full productiva en los quehaceres del hogar, en preparar las necesidades de tus hijos, en ser dueña de casa, en comprar las verduras y frutas que necesitai para el mes etc.. esas cosas cotidianas que toda persona debería hacer poh cachai, pero creo que el ser competente es más que eso, enserio... es como sentirte capaz y creerte el cuento... yo ahora estoy asi, o por lo menos me siento así... y como me siento así yo me siento más competente aunque para otra persona X no se poh me vea y diga ah no, esta no es competente pa'na, cachai? No se si se entiende (risas) o me expliqué bien (risas)... yo me siento más competente para mí, no para los demás... para lo que yo necesito y para lo que yo quiero, cachai?, si claro fuera de lo que los demás vean, pucha como mencionaba antes esa competencia personal que tengo yo ahora me facilita a mí llevar una vida más fluida cachai?, onda igual bien.

Si, se entendió super bien, y pasando a otro tema ¿Y usted ha realizado la Danzaterapia con el uso de ayudas técnicas?

E2: Ah yaaaaa, (silencio)... o sea para llegar al lugar tengo que igual usar el bastón pero por qué me da miedo las calles de Santiago, subirme al metro no se po... pero cuando llego siento que igual es como más inclusiva la danza, en todo sentido... porque como no tenía que seguir un paso en específico, tu baila como quieras o lo que sientes en el momento... aparte la niña siempre quiere que seamos lo más libres posibles, así que nada de bastón (risas) pero como te digo si en lugares públicos y como lugares que para mi sean inseguros etc..

Muchas gracias por su tiempo y disposición y sobre todo por el buen rato que pasamos (risas) , y bueno creo que estaríamos listas con la entrevista por hoy... ¿hay algo más que usted quisiera agregar?

E2: Linda chiquillas, gracias a ustedes por considerarme (risas) creo que mencione todo, igual yo hablo como lento y dije harto así que espero que les pueda servir mi experiencia (risas).

----- FIN DE LA TRANSCRIPCIÓN -----

ANEXO 3: Jovita

Fecha de entrevista: 14 de octubre

Duración de entrevista: 58 minutos.

Entrevistada: E3

Creo que ahí ya si está grabando... Ya, ¿está bien? ya nos presentamos y le dimos la intro sobre nuestra investigación...

E3: Sobre la Danzaterapia (risas)

Exactamente, y primero queríamos que nos contara un poco sobre usted, para conocerla

E3: Ya, bueno, me llamo Jovita y si, ese es mi nombre no un sobrenombre (risas) ya que siempre lo confunden no se porque ... yo era técnico en enfermería pero trabajaba de forma particular, o sea cuidando a los viejitos o depende, pero en las casas po en domicilio... pa'mi mi trabajo era bacan me gustaba caleta, siempre fui así como preocupa' de los demás... me casé, tuve dos hijos que ya estan grande los cabros, y porfios para qué les cuento (risas)... el año en... 2012, si, ya serán cuatro años, tuve un accidente en la carretera, íbamos pa' Chillan a ver a mi mama que esa época estuvo super enferma, entonces yo era la única que la cuidaba o que se preocupaba por ella en verda'... resulta que mi accidente, o sea en ese viaje iba manejando mi sobrino y por andar mirando el celular perdió el control de la camioneta, yo iba de copiloto (silencio)... nada po, ese dia estaba lloviendo pero así a chuzo, muy fuerte, yo me acuerdo de qué perdió el control de la camioneta y nos fuimos pal' lao', no me acuerdo de na' mas... desperté a los días y yo caché altiro que no sentía mis piernas, entonces ahí llegó el doctor y me dijo que prácticamente quedaría en silla de ruedas y así fue no más... (silencio).

¿Cómo fue ese proceso? ¿como ha sido su vida en esos cuatro años?

E3: eh... (silencio), es difícil decirlo, ha sido un proceso largo y que aun no me recupero totalmente, creo que aunque he aceptado muchas cosas, aun tengo ese sabor amargo de rabia contra el mundo, cómo no entender el sentido de las cosas, no se, es difícil explicarlo, creo que igual he sido egoísta porque esto ha afectado toda mi familia,

del accidente yo fui la que quedó más grave, mis sobrinos estan bien, entonces no se, mi vida cambio rotundamente, yo paso ahi todos los días en mi casa y yendo al centro donde encuentro que de todas las historias yo... (silencio) encuentro que la mia es una de las más trágicas, pero bueno... (silencio).

Usted dice pasar mucho tiempo en la casa y en el centro... en este último usted conoció la Danzaterapia ¿o no? ¿cómo surgió su interés en esta disciplina?

E3: Bueno en el centro siempre hacen como distintas cosas y talleres y actividades, no les conté pero yo antes del accidente era parte de un grupo folclórico y yo tocaba la guitarra... (silencio), era bonito, creo que siempre he tenido esta fascinación por la música o no se... entonces en el centro eran pocas las actividades con música, o sea típico qué pa' fiestas patrias si había po, pero nada mas po... los talleres de carpintería, del huerto, de esas cosas no eran como de mi interes por así decirlo... la cosa es que de repente, aparece eso de la Danzaterapia, y claro uno al tiro como que piensa que es un baile entretenido y yo, pa' que andamos con cosa uno se mira su cuerpo y dice no, yo no podre... las chiquillas ahí del centro me convencieron y yo fui con la mentalidad de ir solo una vez, para conocer, pa' cachar que onda... y puta chiquillas, me encantó la cuestión, ahora lo echo tanto de menos porque de partida, que yo estuviera en la silla de ruedas no fue una limitación, al contrario... este era pa' mi un espacio inclusivo en que en primer lugar, me dejaban estar en mi silla... cacha que habían sesiones que todos tenían que estar en la silla pa' que todos fuéramos como no se, equitativos cachai? todos por igual, todo por mi la princesa jovita (risas)...

¿Usted cree que eso sería parte de técnica de trabajo de la Danzaterapia?

E3: Miren yo no cacho mucho como es o será una danzaterapia en personas sin problemas, pero en verdad yo creo que no tan distinta a nosotros y yo les voy a decir por qué... la profe nunca separaba por capacidades cachai? éramos todos así como... revueltos, es más ella nunca nos decía dónde ponernos po como que nosotros nos poniamos donde y como queríamos para iniciar como la relajación y todo, tambien nos moviamos pa' donde queriamos cuando teniamos que hacerlo, ella guiaba no mas pero no era uno terminaba haciéndolo qué quería hacer... solo éramos y fluíamos tal como somos.

Usted refiere que orientaba lo que tenían que hacer...

E3: Eso mismito, nos orientaba no más

¿Qué otras técnicas usted identifica que nos pueda contar...?

E3: (silencio)... bueno no se, la música por ejemplo yo nunca había bailado o movido mi cuerpo con un agua de verdad, que ella ponía un bol y movía el agua, era ruido natural... o algunas canciones que no se hacían que me sintiera natural, también así como libertad a pesar de que yo estuviera en mi silla de ruedas, pa' mi' moverme con esos ruidos de fondos era muy rico... (risas)

Señora Jovita, y ahora queríamos saber si nos podría contar ¿qué significa para usted la Danzaterapia? definido en sus palabras...

E3: Ya a ver, pa' mi en mis palabras... (silencio) es como una nueva forma de poder mover tu cuerpo a través de la música, es bailar pero no teniendo la habilidad pa' bailar, cachai? como que la danzaterapia te permite tener esta libertad de moverte como tú querai, pero con lo que tu puedas, por ejemplo yo que no puedo mover mis piernas y estoy en silla de ruedas claramente no voy a hacer no se... aeróbica con música por decirte, pero en la danzaterapia puedo moverme libremente mis brazos, mi cabeza, mis hombros, mis manos, mi espalda, etcétera y eso pa' mi significa libertad y también como yo voy formando una nueva habilidad po, por qué desde qué uso silla de rueda he tenido que crear nuevas habilidades, sobre todo la fuerza de todo lo que es las caderas pa' arriba, pero en la danzaterapia puedo moverme más ligeramente, alzar mis brazos hacia arriba y eso que nunca lo hago po, ¿cuando tengo consciencia de hacer eso? nunca, si en mi casa yo todo lo que hago con mi cuerpo es mover mis piernas de un lado pa' otro, las cosas de la casa y na' mas... aquí en la Danzaterapia te juro que fue el lugar donde pude darme cuenta que en mi cuerpo también esta mi pelvis, esta mi espalda, mis hombros qué nunca antes les había tomado atención, y así... chuta pa' mi significa también divertirme con mi cuerpo, pero no esa diversión de que tu te rei, si no una diversión de jugar con tus propios movimientos cachai que a mi almenos me permitió conocerme mas, incluso yo creo que gracias a la Danzaterapia ahora me conozco más que antes del accidente incluso, por qué las personas nuncas tenemos un espacio para olvidarnos de lo que vivimos en el día a día... imaginate yo (silencio), qué pasaba con mi mente pensando en lo que me pasó, la Danzaterapia pa' mi significo olvidarme un poco de eso pero ya de una vez por todas, pa' tomar importancia de mi misma, de mis penas, de mis miedos... yo igual llore hartito en las sesiones, me di cuenta que era llorona (risas)... porque sipo en las sesiones a pesar que hayan sido poquitas, yo tuve la

oportunidad de poder expresar algo que tenía guardaito adentro de mi... yo agradezco caleta haber experimentao' todo eso, la profe también era seca logró llegar a ese ser profundo de mi (risas).

¿Cree usted haber sido un complemento a lo que es su proceso de rehabilitación?

E3: Mira pa' mi mi rehabilitación ha sido super larga, piensa que yo ya he estado cuatro años tratando de salir pa'delante y de adaptarme a esta sociedad que pa qué andamos con cosas, no les sirve las personas que andan en silla de ruedas (silencio)... yo de a poco he ido creyéndome un poco más el cuento porque también los kine y las terapeutas, los doctores y todas las personas que me han visto han creído en mí y me han tirado pa'arriba, o sea yo sin ellos nica estaría donde y como estoy... el compartir con los profesionales tus penas y tus preocupaciones te desahoga caleta cachai? pero la danzaterapia fue el mejor complemento en estos cuatros años, y lo comparo con algo super simple ya? en la piscina por ejemplo claro ejercitaba mi cuerpo... pero en la danzaterapia yo trabajé otras cosas, trabajé mi ser interior, poder descubrirme a mí de nuevo, porque podría trabajar mis músculos y todo diez años más, hacer los ejercicios diez años más, hablar mis problemas diez años más no sé... pero ese taller pa' mi fue el espacio, el momento de mi vida de hacer la pausa cachai, de parar y decir ya a ver ¿qué pasa conmigo realmente? ¿qué huea estoy pensando? ¿qué huea quiero? hueón estai en un cuerpo que no queris pero quería o no, vai a tener que quererlo porque así la vida lo quiso, si tu misma no te aceptai nadie lo va a hacer por ti (silencio), así que yo aproveche todas las sesiones pa' trabajar eso... la huea que me da risa es que yo había dicho no si voy a una sesión no ma' pa cachar como es y ahora siento que si hubiesen habido mas clases hubiese sido bacan, por que pa' las personas que sufrimos estos accidentes estamos en un constante proceso de auto-descubrirnos y de tratar de aceptarnos... (silencio)

No dudamos de eso.. tomandonos de eso mismo, ¿Qué entiende usted por resignificación del cuerpo?

E3: Pucha yo he estado en ese proceso todos estos años, como te decía en un cuerpo que aun no me hallo completamente... no te niego que yo aun no me olvido de que se siente caminar por ejemplo, y eso es porque en las noches siempre sueño conmigo caminando en diferentes lugares, la huea loca encuentro yo (silencio)... todos los días me levanto con la convicción de que tengo que no me voy a parar si no que me voy a

mover a mi silla de ruedas, cachai? algo en mi mente todavía hace que no cambie el chip... (silencio)

¿Cree que la Danzaterapia ayuda o le ayudó a este proceso?

E3: todo el rato, creo que ha sido este el lugar en donde yo he tenido la oportunidad de verdad de manera mental conocer más mi cuerpo (silencio), pero mi cuerpo de ahora, tomar más consciencia de eso cachai? yo no siento mis piernas, pero nunca había tenido como el momento de en verdad sentarme y procesar eso en mi... yo antes era consciente de mi ombligo hacia arriba, cachai? ahora no, no te miento tampoco es que antes no me haya dado cuenta pero no lo interiorice nunca antes realmente... es que puta en verdad cuesta, creo que aun me falta procesar todo esto, pero en las clases de la Danzaterapia yo pude tener este espacio de meditación pa' mi...

Este espacio que usted menciona, podríamos definirlo como un espacio para la re-significación... ¿que más cosas logró en el?

E3: te voy a decir que por una parte, yo en estas clases logre olvidarme completamente de todo lo que vivo en el día a día que ¿qué es lo que es? esta como angustia y esta rabia que llevo todos los días del por qué me pasó esto... pero logre como separarme un poco de esos pensamientos, o sea en las sesiones yo igual me emocionaba con ciertas cosas o igual me volvió la rabia pero era de forma diferente, podía identificar la emoción del momento y controlarla, cachai? todo gracias a que la profe igual iba manteniéndonos constantemente en lo que ella nos iba diciendo, por qué yo igual puse en mis manos mis emociones en una mujer que no había visto antes o almenos solo de vista, cachai? y además en otras personas po... ya bueno igual algunas eran mis amigas (risas), pero no porque fueran mis amigas iba a contarles emociones que yo tenía cachai... ahora las emociones les digo nuevamente, era más que nada la rabia, no tengo pena por la situación en que estoy ahora, si no rabia, siendo injusticia, no se... (silencio).

Entendemos su idea... ¿llegó a un equilibrio emocional, espiritual...?

E3: Durante las sesiones, sipo! quede con el efecto de danzaterapia varias semanas (risas)... bueno igual esto fue hace tiempo, ahora como no tengo este espacio cachai obviamente me vuelven las emociones de rabia y todo... eso respecto de lo espiritual, yo creo hartito en eso de las esencia de las personas y hueas raras (risas)... y durante hartito

tiempo había perdido eso cachai? me volvi a encontrar o tomar consciencia de mi ser espiritual, de mi alma, qué había dejado lejos mucho tiempo, que sentí que ya no tenía... también le tome sentido a que lo material y lo físico no es lo más importante, lo del alma también es importante, la Danzaterapia me permitió darme cuenta de eso (silencio)...

Y qué opina usted de haber compartido esta experiencia con las otras personas

E3: Opino que todo el sentido de la Danzaterapia estaba en este grupo, porque claro todas las personas tienen diferentes historias y también diferentes formas de poder ver y comprender su cuerpo, a veces como les decía, era muy egoísta en lo que me pasaba, pero para mí también fue gratificante que las personas me miraran y me tendieran un brazo y me dijeran hueón, en serio valoro tu valentía... y yo como qué pensaba ¿soy valiente? si los demás miran eso ¿por qué yo no? yo creo que el compartir esta experiencia con las otras personas también fueron ayudando a esta nueva construcción de mí misma (silencio)...

Ahora acercándonos más a los aportes físicos de la Danzaterapia ¿cómo cree usted que aportó?

E3: Yo creo que me aportó en tantas cosas (risas), por una parte creo que mejoré mucho en el equilibrio, porque a pesar de que yo estoy todo el día en la silla de ruedas, no hice todas las sesiones en la silla, también me baje a las colchonetas y él siempre me falló en el equilibrio de mantenerme sentada así derechita, cachai? o cuando estoy de lado es mucho peor y aun me cuesta, pero en las clases de la danzaterapia cuando nos movíamos con esa música tranquila y después pasamos a una más rápida, como que ahí me salía bien, quizás era porque tenía mi mente en otra cosa, puta no sé, pero lograba mantenerme mucho mejor, cuando la profe nos decía que imaginamos cómo se movería cierta parte como el viento, o como un globo, son movimientos igual así como... (Silencio), no sé como explicarlo, pero son despacitos cachai? esos a mí me costaban... y en el momento, no, me salió super bien, y eso qué tenía los ojos cerrados (risas)... no tenía que usar tanta fuerza, sólo tenía que dejar que fluyera el movimiento, y eso fue lo que me gustó caleta, por primera vez estaba moviendo mi cuerpo primero, de forma consciente, y segundo sin tanta fuerza, yo uso fuerza para todo, y en la danzaterapia me di cuenta que por primera vez podía hacer movimientos más delicados, y yo soy super bruta en verdad (risas)... me acostumbre a ser más ruda, en todo sentido... bueno yo les dije que era técnico, igual soy fina y delicada para los movimientos más precisos, cachai

como la danzaterapia pudo unir mi profesión con la danza? los movimientos que hacía eran suaves igual que cuando ponía una inyección cachai? puta por otro lado siento que me ayudó también a ser más flexible, pero no de ese flexible con las personas (risas), si no que flexible con mi cuerpo y mis movimientos, a lo que podía realmente hacer, a lo que quería bailar en ese momento (silencio)... bueno, también cambie mi forma de respirar (risas), por qué creo que todos respiramos mal, pero yo... respiro pésimo (risas).

¿Cree usted entonces qué influyó en su movilidad?

E3: si, todo el rato (risas), o sea en el momento me podía mover mucho más po, sobre todo con algo que tu misma sentí hacer en el momento es bacaa.. han cachado cuando te levantas en las mañanas y levantas tus brazos bien arriba... en las clases podía hacer lo mismo, pero imaginándome que era un animal, o una silueta, o un momento qué solo yo quería hacer... como que coordina el movimiento y también lo que iba diciendo la profe, mas lo que sentía para hacer el baile, cachai? (silencio)

Entendemos, y como que es su postura antes, durante y después de las sesiones de Danzaterapia?

E3: O sea lo de la postura yo al menos, o pa mi' mejoro en esto qué te decia del equilibrio cachai? pa'mi así como estoy, mantener la postura es lograr el equilibrio entre esto qué no puedo mover mis piernas y poner toda mi concentración en mi espalda, además de que si me muevo hacia un lado, al tiro pierdo la postura porque el equilibrio me cuesta cachai? mis piernas me pesan, como que se que estan pero mis músculos no se, hace que me cueste que me mueva así de simple, es cuatico pero me pasa asi po (silencio)... ahora en las clases yo como logre esta mayor conciencia de mi cuerpo, hacía que pudiera mantener mejor equilibrio, y después de eso una mejor postura (silencio)...

¿Algún cambio respecto al dolor...?

E3: No, creo que comparándome con otras personas que les dolían las rodillas o las caderas porque estaban operados o tenían como una enfermedad de los huesos, comparándose con ellas yo no era tanto el dolor que sufría, pa na' (risas), así que creo que mi dolor era algo más no físico, como ya se los había contado anteriormente po'(silencio)...

Muy bien, ahora cuéntenos un poco... ¿usted incluyó a su silla de ruedas en la Danzaterapia, como parte de...? o simplemente trabajaba en colchoneta

E3: Mira en la primera sesión yo no me baje de la silla pero creo que tampoco fue necesario, porque la clase esa estábamos todos sentados y movíamos solo nuestros brazos, bueno los que podían movían sus piernas obvio pero no sé, creo que la silla de ruedas, o la jovita móvil como le digo yo (risas)... igual ya es parte de mi cachai? no es mi cuerpo, pero parte de, me permite movilizarme, es como que fueran mis piernas ahora, pero en la danzaterapia yo tenía mi mente enfocada en mi cuerpo, en danzar mi cuerpo y la silla para mi solo era la herramienta pa' poder hacerlo, no sé soy como enreda' con lo que quiero explicar (risas)...

Señora Jovita... ¿Tiene para ud. un sentido más emocional, recreativo o actividad física?

E3: emmm, ¿puedo decir que las tres? (risas)

Usted nos cuenta el por qué (risas).

E3: Ya a ver recreativo, si igual si porque igual el taller me saco un poco de la rutina cachai? entonces ya, yo fui po con la idea de divertirme pero igual como pensando en reforzar los neumáticos (risas), si po si todos saben que bailar tiene caleta de beneficios y yo tenía otra idea, siento que igual fue como... (silencio), como ejercicio o actividad física, pero lo que quiero responder tu pregunta es qué pa'mi tuvo un sentido igual emocional (silencio)... sipo porque yo me conecte conmigo de nuevo, me mentalice en mi, por fin, en lo que yo pensaba, sentía, todo eso cachai? deje de lado un poco como preocuparme de mi, y que igual es importante querer a mi cuerpo como está ahora... (silencio).

¿Entonces lo consideraba parte de su ocio y tiempo libre? ¿o es más bien una actividad significativa?

E3: Pa'mi una actividad significativa, o sea cuando empeze cachai me gusto tanto que pa'mi era una actividad que significaba más que pasarlo bien, era mi espacio pa' mi, donde yo sabia que me iba a relajar, y sabi' qué mejor? qué nadie me iba a mirar en menos po' por mi silla de ruedas, entonces todo eso tenía el plus de que terminó siendo una actividad significativa (silencio).

¿En qué aspectos cree usted que la disciplina favorece su desempeño ocupacional? Entendiendo a éste como la capacidad y efectividad de poder hacer sus cosas, por así decirlo...

E3: Mmmm... (silencio), mira esto pa'mi ha sido todo un proceso porque igual al principio yo me sentia super limitada cachai? no era capaz de no se, yo veía que mi cambio fue drástico po yo antes de hacer de todo y ahora con la silla no sé, al principio pensaba que me podía limitar caleta y yo ahora de a poco voy como adaptandome igual, yo sentía que no iba a ser capaz, no veía na' cachai? ahora, yo después de la Danzaterapia se abrió un mundo en el cual pude ver otras oportunidades, otra forma de ver la vida y de vivirla, ya no me centraba en lo que no podía hacer, sino que en lo que sí podía hacer, y si me costaba buscaba la manera más adecuada hasta lograrlo (silencio)... en todo este proceso me sirvió el hecho de estar con más gente que tenía dificultades, gente que al igual que yo se frustró mucho en algún momento y que al tiempo juntos logramos vernos de otra manera y aceptarnos y así po chiquillas, este taller me sirvió mucho mucho porque al ver las cosas de otra manera, me permitió hacer de otra manera, además conocí gente muy buena, con algunos aun tengo contacto todavia cachai... yo igual ahora me siento mas... no se como decirlo (silencio)

¿Puede ser competente?

E3: Sí o sea como comparandome con antes, siento que el poder haber conocido más a mi misma desde otro ámbito, me siento que me puedo mas las cosas, aun me falta todavia, pero estoy en el camino de... (risas).

Le agradecemos mucho su tiempo, señora Jovita.. ¿hay algo más que quisiera agregar? ¿que haya quedado en el tintero?

E3: Gracias a ustedes por este momento, y yo feliz de compartirles mi experiencia y na'po, espero que les sirva, y se saquen un siete (risas)

¡Esperamos lo mismo! (risas)

----- FIN DE LA DESCRIPCIÓN -----

ANEXO 4: Rosa

Fecha de entrevista: 21 de octubre

Duración de entrevista: 1 hora 7 minutos.

Entrevistada: E4

Hola buenos días, bueno nos presentamos un poco nosotras somos estudiantes de 5to año de la carrera de Terapia Ocupacional de la universidad Andrés Bello y estamos ya terminando nuestra carrera por lo que estamos también finalizando con nuestro proceso de seminario de título que trata directamente con el tema de Danzaterapia y personas en situación de discapacidad física.

E4: Ahhhh que lindo

Jajajaja si, gracias

E4: Sii muy lindo porque la Danzaterapia como le llaman en mi caso ha sido un regalo que me llegó del cielo, ustedes comprenderán que ya a mi edad (risas) no es mucho lo que me puedo mover y menos con este dolor, ya estoy lista ya (risas).

Nooo, pero como dice eso, usted se ve bastante joven y activa (risas) así que nada de eso, bueno y comenzando con las preguntas para no desviarnos del tema (risas) queremos saber un poco ¿cómo conoció la disciplina nos referimos a Danzaterapia, cuando fue su experiencia, por qué llegó a conocerla?

E4: Uhhh miren yo tengo 64 años y hace años ya que me diagnosticaron de hombro doloroso un día partí con dolores en el brazo derecho y como me dolía tanto tanto fui al doctor y me dijeron eso y por otro lado como yo ya no podía hacer las cosas de la casa, ustedes entenderán que una ya es mayorcita (risas) y se tiene que hacer cargo de todas las cosas ya que el viejo no me ayudaba mucho, ahora si me ayuda pero antes uff ni le digo bueno yo creo que a muchas personas les pasa, bueno siguiendo con lo que les decía es como me dolía el hombro derecho luego empecé solo a usar el brazo izquierdo y adivinen mis chiquillas lindas, me empezó el dolor en ese brazo ahora, así que ni les digo ando con todos los achaques de la edad.

Me imagino

E4: Y bueno como les contaba un día fueron al consultorio donde yo me atiendo que no se si pueda nombrarlo (risas) uno nunca sabe (risas)

Claro que puede nombrarlo siempre que quiera claro, aca no la obligaremos a nada que no quiera decir ni contar, usted es libre de expresar lo que quiera así que si quiere lo nombra si no lo resguardamos no más.

E4: Bueno entonces lo dejamos así nomás como consultorio (risas) la cosa como les contaba es que fueron un día unas chiquillas a dejar unos carteles de danza y que si habían interesados para poder asistir y participar del curso ese, del baile. Y la cosa es que yo me puse a leer el cartel de pura copuchenta (risas) para darle el dato a mi nieta que ella es bien jovencita y le gusta hartito esto del baile y estas cosas que hacen los jóvenes, bailar cantar y cosas que uno ya no hace (risas), entonces fui a leer el cartel y decía algo como te invitamos a participar de una clase de Danzaterapia para quienes quieran conocer esta experiencia, a mi en primer momento no me llamó mucho la atención pero la cosa es que anoté la hora y el día igual, entonces cuando llegue a mi casa llamé a mi nieta esta que les contaba, la cosa es que le comente de lo que había visto en el consultorio que a todo esto no hay muchas de estas cosas o actividades en este lugar ustedes se podrán imaginar que van puros enfermos y abuelitos y abuelitas y niños y todo

Claro, de hecho nosotras sabemos de estos contextos ya que algunas estamos actualmente haciendo nuestras prácticas en Cefam por ejemplo o ya hemos estados, así que conocemos el contexto.

E4: Claro, la cosa es que cuando le comenté a mi nieta ella me dijo que no sabía bien a qué se refería con Danzaterapia, a todo esto yo le dije a mi nieta para que me orientara un poco porque como le gusta este tema ella podía saber mas pero me dejó igual (risas), y me dice que buscará en google y la cosa es que ahí buscó y averiguo un poco y ahí me dice que era como danza terapéutica así que yo dije mish.

Ah que bien! Entonces desde ahí usted comenzó a asistir?

E4: Claro, y espérenme mis niñas (risas), y yo ahí dije terapéutico? Mish así que como ya tenía anotada la fecha y el día así que decidí asistir y me dije a mí misma (risas) me debería servir por este tema de los dolores insoportables que yo sentía en ese momento y siento actualmente pero menos claro, así que fuí.

Ya y entonces cómo fue esa primera instancia nueva para usted y quizás extraña

E4: Sí, así que fui y cuando entré a esa sala fue súper loco porque habían vecinas mías también (risas) yo dije chuta y yo aquí con mis vecinas, fue loco, super loco y me salude con todas y todos igual no les niego que me sentía avergonzada porque yo dije claro

aquí una ya vieja y estar metida en cosas de baile (risas) pero bueno la cosa es que cuando llegó la profesora que a todo esto era una hermosa persona y muy amorosa y amable, entra y se presenta y lo primero que hace es dar una introducción de lo que trataba un poco el taller o la actividad como nadie sabía mucho ahí yo menos ella nos fue explicando un poco y me llamó muchísimo la atención cuando empezó a hablar como de tierra, agua y otras cosas aire y el otro era mmmm eeeh chuta hasta la memoria me falla (risas)

(risas) no se preocupe, será fuego?

E4: Siiii exacto, eso mismo mis niñas, fuego era y la cosa es que como sigue, o sea cuando sigue hablando la profesora yo dije churra! Que hago aca! Y no entendía nada al principio y cuando empieza a decir que nos movamos al ritmo del sonido, me morí de vergüenza (risas) yo dije mejor me voy a demás a todo esto en la sala no solo habían viejitos, si no que viejitos pero en silla de ruedas, con yeso me acuerdo, mi vecina que tenía artrosis y muchas personas con distintas fallas como yo (risas), perdonen mis niñas si hablo así es que no conozco los términos que usan ustedes ni los doctores

No se preocupe (risas) nosotras la entendemos perfectamente

E4: Y como le contaba, bueno así la conocí así conocí esto de la Danzaterapia que para mí en ese momento fue una sanación no solamente para sanar mis achaques de los hombros, el dolor y mover el brazo si no que me ayudaba como desde lo espiritual como involucrarme bien en la sesión desde lo profundo de mi cuerpo y alma, fue bien lindo el proceso, claro dejando de lado todo esto de la vergüenza fue bien lindo

Perfecto, entonces ya después de haber tenido la experiencia y la sesión o sesiones ¿Qué entiende ahora usted ahora por Danzaterapia?

E4: Uffff para mí yo la entiendo desde lo que yo viví claramente, porque si me lo preguntan por alguna definición de un libro yo no tengo idea (risas) pero por lo vivido para mí es más que bailar, es expresión de movimiento del cuerpo, si a mí hasta se me quitaban los dolores, como que en momentos desaparecían los dolores del brazo, porque había partes de las sesiones que ella decía que hagamos movimientos libres y yo me decía chuta qué hago ahí, levanto mi brazo? Mis piernas? Podré? Entonces me hacía todas esas preguntas y al fin y al cabo lo hacía igual y lograba hacerlo, quizás no a la perfección claramente pero si me sentía capaz de hacer, tuvieron que pasar varias

sesiones si porque primero me daba vergüenza, después me sentía ridícula (risas), y después tenía que agarrar confianza (risas)

Claro, había que tantear el terreno (risas)

E4: Si, como ustedes dicen y eso fue para mí, expresión libre movimiento libre y poder hacer también el poder atreverse

Entonces cómo concretamente ¿Qué significado tiene para usted la Danzaterapia hoy?

E4: Ohhh hoy para mi mmm tiene harto significado eeh cómo decírselo, para mi es mas que danza, para mi es libertad, como mi espacio mi cuerpo mis movimientos mis dolores mis brazos es como mi cuerpo se mueve con el sonido o el ritmo del sonido y como soy capaz también de conectarme con mi interior más profundo, mi corazón mi alma y como esto todo revuelto me lo puedo expresar en el hacer el mover el bailar o como le quieran llamar

Y usted hasta el día de hoy la sigue practicando? O asistiendo a talleres o sesiones?

E4: Nooo mis niñas ya no asisto hace como 2 meses pero más que nada porque el taller ese se terminó y como era gratis yo iba sin problemas además el consultorio estaba cerca de mi casa, ahora ya no he ido mas a ningun otro lugar o buscado otras personas que hagan, más que nada porque le grupo que se hizo allá como grupo de baile fue bastante agradable y me gustaba mucho ir con ellos y como que me da igual algo tener que meterme en otro grupo con otras personas, no se si me explico (risas)

Si, si se entiende (risas)

E4: Igual de todas maneras me encantaría poder encontrar algún curso con viejitas también (risas) así es más ameno el proceso porque se imaginan yo con puros lolitos bailando? Me voy a quiebra (risas), pero así que eso actualmente no lo practico pero si me dejó muchas enseñanzas y amistades también.

Que bueno que no solo haya sido una instancia en la cual iba por ir sino que también iba porque se sentía bien y conoció persona en su misma situación o en situaciones parecidas, con respecto a eso a usted esta experiencia le permitió un poco resignificarse en todos sus ámbitos personales?

E4: Uyyy si, de todas maneras mis niñas como le explico, si me mencionan la palabra resignificarse que es harto grande yo les diría sí, totalmente desde que empecé a ir por

como les contaba yo me sentía muy incapaz en muchas cosas como por ejemplo en las cosas domésticas, hacer el aseo, cocinar, limpiar el baño, hasta salir a comprar como lo hacía y sigo haciendo pero antes con menos cuidado de llevar las bolsas del supermercado hasta llegar a mi casa y descargar la mercadería, además ahí hay otro tema como que pierdes el sentido o el deber de mujer ay que machista lo que dije! (risas) pero a lo que voy como yo siempre he sido muy activa y de pronto esa actividad va bajando por los dolores entonces ahí como que pierdo mi deber, o no se si llamarlo deber pero si mi actividad qué estas alturas es lo único que hacía.

Entonces usted sí lo vivió como un proceso de resignificación en su vida? Y como fue influyendo la Danzaterapia en esta resignificación? Para que nos cuente un poco

E4: Cómo me voy para otros lados cuando les cuento (risas) ustedes me dicen no mas que pare y que vuelva a la pregunta nomas mis niñas miren que siempre me pasa (risas)

No se preocupe, nosotras somos igual (risas)

E4: Aahhh miren ustedes que bueno (risas), ya para seguir con sus preguntas y no nos alarguemos tanto bueno si los talleres o sesiones de baile para mi fueron muy importantes porque como que de cierta forma me conecté con lo mental y mi cuerpo a la vez y como les contaba esto de resignificar claro que si mis niñas porque de pasar a ser una vieja achacosa y sin fuerzas pase a ser una vieja no achacosa y con un poco mas de facilidades en mi cuerpo (risas) dándome como un equilibrio espiritual y a quererme un poco más, porque yo ya estaba cansada y ya ni siquiera me quería, que quiero decir con eso a lo que voy es que ya no descansaba como correspondía, como me lo indicaba el doctor y las personas que me ayudaban a mi rehabilitación, no hacía caso muchas veces porque decía “claro estos me dicen no haga fuerza no haga esto no haga este otro, pero ellos se ponen en mi lugar?” no así que no hacía caso y no respetaba mis tiempos de descanso de dolor y achaques a eso me refiero con que no me quería, y claro después de estos talleres aprendí que hasta con pequeños movimientos mi cuerpo me lo agradecía

Entonces podríamos decir que para usted la Danzaterapia influyó en muchos aspectos de su vida y a nivel del cuerpo también como lo menciona adquiriendo un mayor significado a nivel no tanto físico si no que de cuerpo completo?

E4: Totalmente mis niñas tal cual lo dicen ustedes, en todo aspecto físico, psicológico y hasta social por llamarlo así porque también conocí hermosas personas con las cuales

hasta hoy tenemos contacto y nos llamamos y copuchamos (risas) hasta nos juntamos a tomar tecito

Que bueno! que para usted no solo haya sido una instancia para su dolencia física sino que también una instancia de participación social y de conocer distintas experiencias.

E4: Si mis niñas fue hermoso

Siguiendo un poco con lo que nos menciona ¿Cómo cree ud. Que ha influenciado en su movilidad y en su postura corporal?

E4: Uhh como les decía yo a mi cuando me dijeron que tenía esto de hombros dolorosos se me destruyó todo el cuerpo, no solo era un dolor de hombros, si no que un dolor del alma además me dolía no solo el hombro, sino que también los brazos y hasta las manos a veces, y en las noches uuffff mis niñas ni se imaginan el dolor que sentía tremendo terrible y desde que empecé a asistir al taller yo empecé a sentir cambios pequeños más que en la postura mmm bueno si igual en la postura porque antes me paraba y sentaba chueca así como jorobada (risas) porque sentía un peso en los brazos así que me sentaba mal y caminaba mal también, entonces claro después de todo las sesiones y todo yo si al finalizar me sentía con una mejor postura y no era porque la profesora nos dijera como “parece derecha o siéntense derechas o derechos o caminen derechos o derechas” no era porque simplemente con moverme yo sentía menor ese peso y podía entonces pararme, caminar y sentarme más derecha y no solo eso sino que también se me facilitaba mucho mas el todo que hacer de la casa o los quehaceres típicos de uno

Y la movilidad?

E4: Ahí si pueeeeeee mis niñas (risas) ahora hasta alcanzó los platos que están en un mueble alto (risas) no debería hacerlo como me dicen en el consultorio pero como que me siento más capaz y sin tanto dolor entonces yo igual lo hago a veces cuando puedo o no me siento con tanto dolor, pero sí me ayudó hartito de todas maneras yo asisto a terapias por este tema así que el conjunto de todas estas cosas que hago ha ayudado hartito a mi recuperación que yo ya no se si llamarla recuperación o que pero en eso estamos (risas)

Y en relación a eso y a todo el proceso significativo que usted vivió ¿Es para usted considerada la Danzaterapia parte de su ocio y tiempo libre? ¿o es más bien una actividad significativa?

E4: mmmmm que difícil pregunta mis niñas (risas)

(risas) se tiene que poner un poco más compleja la cosa

E4: Por supuesto (risas) eeemmmm mmmmm ya a ver... primero que todo no se si le llamaría ocio porque no iba a perder el tiempo o no iba a hacer nada (risas) supongo que eso es ser ocioso bueno al menos yo lo entiendo así, y en relación al tiempo libre mmm si pasaba que habían tiempos que tenía mas tiempo (risas) entonces sí asistía regularmente a las sesiones y feliz porque siempre podía, entonces si ocupaba ese tiempo en los talleres porque me daba aparte coincidían con todo.

Entonces sería más bien una actividad significativa? Por lo que nos menciona

E4: Mmmm si yo diría que sí, porque, bueno a un principio para nada! Yo como les conté de pucha metiche que vi el cartel y le dije a mi nieta viéndolo como una oportunidad para ella pero mírenme terminé yo yendo (risas) y en el tiempo con el paso de las sesiones se fue convirtiendo más significativo porque claro yo iba me sentía mejor, era un espacio para compartir con más personas de mi edad y además era grato era un lugar y momento y espacio muy grato y agradable hasta hacíamos comiditas o como se llama esto.. ehh

¿Convivencia? (risas)

E4: Esooooo mismo (risas) hacíamos hasta convivencias en algunos momentos asi que pa qué les cuento como subí de peso (risas) no eso no es verdad, así que si para mi es muy significativo en todo aspecto desde que llegué y empecé a liberarme y desde que me fui con menos dolores, desde las personas el grupo lindo que se hizo y hasta la profesora quien fue un guía y una excelente orientadora por así decirlo, si hasta el ánimo me cambio ando mas feliz ahora (risas) no crean que siempre fui asi como soy ahora (risas). Y lo otro ahora que estamos en esto me gustaría decir también

Si, claro díganos todo lo que quiera o que le parezca pertinente decir bajo su experiencia, nos importa mucho todo

E4: Que siempre me llamó mucho la atención que dentro de la sala nunca vi jamás una risa de burla, una discriminación o algo parecido no se si me explico? Que siempre ahora estamos con esto de reírnos de otro, ahora los jóvenes se burlan de todo no respetan a nadie ni a sus padres, entonces a mi me gustaba mucho esto de que se conservara el respeto uno con los otros, todos los integrantes del grupo y sin vergüenza tampoco porque si uno se siente cómoda y respetada y respetado también claro porque

habían hombres también, uno se siente más libre y acogida en todo el sentido y capaz también de demostrar lo posible que puede ser el expresarse corporal y verbalmente, así que eso era que me gustaba mucho también por el respeto que se tenía entre todos los participantes del taller

Eso es muy valorable que usted libremente destaque la buena relación y armonía que existían entre el grupo porque eso también facilita bastante el buen realiza del taller

E4: Mi niñas toda la razón, y me parecía importante decirlo

Todo es bienvenido, así que diga nomás (risas)

E4: (risas)

Y siguiendo con el tema podemos rescatar una variedad de sentimientos que usted expresa luego de la experiencia vivida, nos menciona en su totalidad puros beneficios que le ha otorgado hasta el día de hoy la Danzaterapia, nos gustaría saber si además de estos bienestares usted presencio algún contra en su desempeño?

E4: Uhhh emmm a ver, eeh no la verdad es que claro en la gran parte por no decir todo fue puro beneficio en mi desempeño y en mi también no solo en mi desempeño así que mmm a ver déjenme pensar mmm pucha como contra ay! La verdad es que no veo algun contra, bueno podría ser el que duró muy poco para mi gusto (risas) podría haber durado años y yo feliz (risas)

Entonces a grandes rasgos usted no le ve ningun contra además de eso que es más administrativo

E4: No, o sea no, para mi no, para mí todo fue un beneficio

Perfecto, y usted nos mencionaba que está diagnosticada de hombro doloroso en relación a esto usted en esos momentos de la sesión necesitó de ayudas técnicas para poder ejecutar la actividad? Ya sea, bastón, silla de ruedas o alguna otra ayuda que usted haya utilizado?

E4: Mmm la verdad es que no, nunca necesité nada de eso gracias a Dios, aunque habían días que uff los dolores eran tan insoportables que me hubiese gustado tener algo para sostener los brazos (risas) pero no mis niñas nunca necesité nada de hecho

habían compañeras que usaban silla de ruedas ellas tenían otros problemas como que no podían caminar porque les había pasado esto al corazón la presión no se

¿ACV?

E4: Ehhhhh

¿Accidente cerebrovascular?

E4: Eso mismo, mismito, que terrible esa enfermedad dios mío santo y uno se queja por cualquier cosa no? Bueno y como les contaba ellas si necesitaban de esas ayudas entonces yo igual decia dentro de mi chiiiiuuuuuu como lo hará? Cómo bailará? Y eso fue otro mito que rompí estando en las sesiones porque el bailar no era bailar con videos del internet o videos con coreografía de esos bailarines profesionales, sino que era expresarse libremente a través de movimientos libres así que fue maravilloso eso también que hasta personas con silla de ruedas pudieran hacerlo.

Muchas gracias por darnos a conocer su experiencia. nos sirve mucho que desde su vivencia nos relate todo y a la misma vez responda nuestras preguntas.

E3: No mis niñas para mi fue un agrado para mi contar todo, no se si tienen alguna otra pregunta para que me pregunten nomás

No, por el momento ha respondido todas nuestras preguntas (risas) le agradecemos su tiempo y disposición para/con nosotras, si en algún otro momento llegáramos a necesitar de su colaboración se lo haremos saber y la buscaremos por cielo, mar y tierra (risas)

E3: Sí mis niñas por supuesto, ustedes ya tienen mi numero así que cualquier cosa me llaman nomas y copuchamos (risas)

-----FIN DE LA TRANSCRIPCIÓN-----

ANEXO 5: Sra. Olga

Fecha de entrevista: 28 de octubre 2016

Duración de entrevista: 37 minutos

Entrevistada: E5

Bueno ya que conversamos y le informamos sobre lo necesario, ahora vamos a lo que nos convoca, que es el tema de la Danzaterapia... bueno en primera instancia quisiéramos saber ¿cómo es que usted llegó a conocer la Danzaterapia?

E5: miren... (silencio) yo conocí la Danzaterapia porque fui a un taller... o actividad, no se como decirlo (risas) que hacían en el consultorio al que yo me atiendo... (silencio). Yo llegue por un dolor en el hombro, hice mi terapia ahí en la sala donde me colocaban calor en el hombro y una maquinita que me aliviaba harto el dolor, ya que a veces ni lo movía y ocupaba el otro brazo (silencio)...

¿Por qué tanto dolor? ¿ no descansaba?

E5: mire yo trabajaba como asesora del hogar, además hacía las cosas en mi casa, y aparte comencé a cuidar a mi esposo que tiene Alzheimer, y bueno la edad no me acompaña mucho, pero tenia que hacer las cosas no más, no quedaba de otra... ahora ya no trabajo fuera de la casa, pero sigo haciendo las cosas en la casa y cuidando a mi viejo (silencio)

¿Disculpe y usted qué edad tiene si se puede saber?

E5: Yo tengo 67 años

Pero no se ve de 67 (risas)

E5: (risas), usted cree

Si pues se ve de menos... Oiga entonces usted ha trabajado hartito, cuéntenos un poco de eso

E5: Mmmm bueno yo hacía todas las cosas de aseo y comida en la casa que trabajaba, me tocaba planchar, barrer, hacer camas... todo lo que se hace en una casa, todo todo y eso era casi todos los días de la semana.

Era harta carga entonces, además que después hace las cosas de la casa, ese igual es trabajo pues

E5: Ah si pues, llegaba a mi casa y también hacía las cosas, dejaba comida lista para el otro día, me tocaba ordenar o lavar... esas cosas que son de la casa (risas)

Entonces no paraba en ningún momento

E5: Mmmm no pues, bueno ahora ya no trabajo, porque tengo que cuidar a mi marido, como le había dicho el ya pierde mucho la memoria, se le olvida todo, imagínese que le pido un plátano y me trae cualquier otra cosa, la verdad es que eso igual me tiene muy cansada porque tengo que verlo todo el día, no tengo momento para descansar, ahora ya no estoy trabajando donde mis patronos, pero aquí en la casa no paro, hago todo y doble porque si le pido ayuda a mi marido, él no hace las cosas bien y si lo hace, hace otras cosas y al final lo tengo que hacer yo y además ordenar lo que él haya hecho mal y eso me tiene muy cansada, porque estoy todo el día con el

Nos imaginamos, es hartito el trabajo, si se dedicó a trabajar en hogar y además hace todas las cosas en su casa, cuida a su marido, lo ayuda a él en lo que necesite,

es bastante... entonces eso es un poco de su historia y en qué momento conoce usted la danzaterapia

E5: Bueno el año pasado yo tenía hartos dolores en mi hombro, así que fui al médico y ahí me derivaron a la terapeuta y me comentaron de este taller, además había unos afiches que no los pesque mucho, porque no sabía que era, además no tenía tiempo para ir y después me comentaron más o menos de que se trataba y me convencí de ir al taller (silencio)... me hablaron de que necesitaba un tiempo para mí, me explicaron que era un baile como relajao' que yo podía hacer como yo lo quisiera hacer, así que fui pues y fue tan rica la experiencia... porque me relajé, me di un tiempo para mí... bueno primero me costó sí, porque nunca había tenido una experiencia así, además no estaba segura de lo que debía hacer, pero nos conocimos, conocimos a la terapeuta que era muy amorosa y ella nos ayudó mucho para que nos sintiéramos más seguros y nos atreviéramos a hacer otras cosas.

Aaah que bueno que le haya gustado... cuéntenos ¿cómo vivió toda esa experiencia del taller, que significó para usted todo este proceso?

E5: Bueno significó hartos, porque me di el tiempo para preocuparme de mí, de ver y de pensar en toda la carga que tenía, aaaay (suspiro) fue un relajo tan tan grande que no se imaginan chiquillas, es que pase de estar todo todo el día preocupada de mi marido y no pensar en mí a poder preocuparme y darme cuenta de que me estaba exigiendo mucho, porque luego llegué a este taller y tuve este espacio que era mi momento de descansar, porque se quedaba una hija mía con mi marido y yo asistía al taller, bueno fueron poquitas sesiones pero las disfruté mucho, no se imaginan como me ayudaron en ese taller, lo pase tan bien, conocí varias señoras que se encontraban en situaciones similares a la mía, habían unas señoras que se dedicaban a cuidar abuelitos y que

también estaban muy cansadas, que vivían con dolores y teníamos hartos en común, así que lo pasamos súper bien en el taller, después de las sesiones nos sentíamos mucho mejor.

Ya, usted nos habla de sus compañeras, que tenían hartos en común, ¿cómo fue ese proceso de conocer la historia de otras señoras?

E5: Bueno con algunas de las señoras nos conocimos un poco más porque luego de la sesión de danzaterapia se hacía una reflexión, igual era voluntaria la opinión, si alguien quería opinar y hablar de cómo se sintió lo podía hacer, así que en ese momento algunas comentaban cómo lo habían vivido y me daba cuenta que no era la única que tenía problemas similares, ellas al igual que yo padecían de dolores, yo llegue a un momento en él que tenía miedo mover mis brazos, tenía miedo a que me doliera, así que ocupaba más el otro brazo y ahí vi que no era la única, que habían señoras que le pasaba lo mismo y vi que tenía que cuidarme pues, porque todo el esfuerzo que hacía era demasiado y eso comentábamos y nos dábamos cuenta de que nos pasaba lo mismo

Usted nos comenta que se dio cuenta de esta sobrecarga que realizaba, ¿de qué manera cree usted que la danzaterapia las ayudó a darse cuenta de eso?

E5: Bueno primero porque en este espacio nos enseñan a valorar nuestro cuerpo, a mover cada parte de él y a respetarnos, porque lo que hacemos nosotras es trabajar trabajar y trabajar y no paramos y estando con dolor seguimos trabajando, entonces en cada sesión íbamos viendo distintos temas y nos movíamos como nosotras pudiéramos y quisiéramos, sentíamos esa libertad, además de ser conscientes de lo que podía hacer nuestro cuerpo, nosotros recibíamos algunas indicaciones, ahí nos decían que lo

hiciéramos como pudiéramos, como lo sintiéramos, que no tuviéramos miedo y que nadie se iba a reír del otro, que todos éramos iguales, así que eso nos hacía sentir más confianza para movernos y decir que soy capaz de mover hasta cierta parte nomas. cuando acabó el taller yo me di cuenta que nunca le había dado un espacio a mi cuerpo para que fuera libre y que hiciera lo que pudiera hacer no más, que si me sentía cansada me movía más lento o paraba nomas, pero me gustaba la música y el grupo, así que lo disfrutaba, tenía que aprovechar pues si nunca me había metido a algún taller, si pasaba trabajando, entonces nunca había tenido estas sensaciones tan buenas.

¿Ha visto resultados? ¿Qué cambios ha notado usted luego de que hizo el taller de Danzaterapia, o siente que no tuvo ningún resultado?

E5: Bueno esto mismo que estábamos hablando recién, el tema de la confianza, la seguridad con la que uno hace las cosas son temas que yo si veo de distinta forma, yo ahora me respeto y me hago respetar, porque pasa que aveces a uno no la valoran y es fundamental para llevar una buena vida, no se si a todos les pasaría igual, pero yo sí noto y valoro el cambio, creo importante esto que dicen de la conexión mente y cuerpo porque al final la mente es la que mueve al cuerpo y si mi mente esta bien mi cuerpo va a estar bien también, al final es toda una cadena, está todo conectado.

¿Cómo cree que ha influenciado en su movilidad, esto que nos comenta?

E5: Siguiendo con lo anterior, ya que es parte de lo mismo, es todo esto de mente y cuerpo, porque todo está en nuestra cabeza, osea es verdad que yo me estaba sobre exigiendo con el trabajo y por eso me dolía tanto, pero mucho de las cosas que vienen

después están en la cabeza, porque a mi me pasaba que me daba miedo mover el brazo y a veces ni lo ocupaba porque sentía que me iba a dar un dolor terrible e insoportable y bueno después tuve la terapia y fue calmando el dolor entonces cuando me toco el taller de danza ya no era tanto, además me motivaba a mover el brazo y fuí perdiendo el miedo a moverlo, así que lograba levantar mas mi brazo, hacer todo tipo de movimiento que naciera en el momento, ya que era libre.

Y respecto al dolor ¿cree que ha aumentado o disminuido al practicar la disciplina? ¿y posterior a esta?

E5: Sin duda, el dolor disminuyó, es todo un complemento con las otras terapias, pero la diferencia es que en danzaterapia se ve todo y es uno mismo el que lo va trabajando, teníamos a la terapeuta que nos guiaba, pero nosotros éramos los encargados de hacer el cambio, ya sea de ese dolor físico o mental que padecemos y que aquí nos damos cuenta y logramos sanar.

¿Tiene para ud. un sentido más emocional, recreativo o actividad física?

E5: Yo diría que es una mezcla de todo lo que me dice usted, porque al final lo espiritual es lo que nos mueve y nos hace movernos de otra manera, al mismo tiempo sirve como actividad física, nos quita el miedo, además es un espacio que disfrutamos y podemos compartir con otras personas.

¿Cómo ve usted la danzaterapia en general?

E5: bueno yo la veo de una forma súper positiva, porque al final nos ayudó, nos hizo ver varias cosas que no veíamos antes y nos enseñó a respetar nuestro cuerpo, nose como pasa o que hace la terapeuta pero después de vivir la experiencia uno logra ver cosas que no veía antes...

Yo ahora sé que durante el día debo darme un respiro y descansar un ratito, puedo decir que el taller me ayudó a saber cómo vivir, cómo ordenar algunas cosas de mi vida.

Ahora una pregunta en cuanto a la experiencia como grupo, ¿que significó para usted el hecho de que el taller fuera con varias personas y que tuvieran esta oportunidad de participar?

E5: Aah con el grupo nos llevamos súper bien, al principio estábamos más tímidos porque no nos conocíamos algunos, pero conversábamos un poco antes de entrar al taller o cuando uno se encontraba en las sesiones de terapia igual conversaba un poco, así nos fuimos conociendo y bueno después en otra faceta que fue la de movernos en el taller, la primera sesión yo creo que estábamos todos tiesos pero logramos entrar en confianza y liberarnos, lo que nos permitía hacer movimientos más ligeros y sin preocupaciones.

Entrevistadoras: y con respecto a vivir esta experiencia en grupo, qué opina usted de que otras personas que se encuentran en una situación de discapacidad puedan asistir a este taller? por ejemplo si tenía un compañero en silla de ruedas ¿que cree usted de la participación de él?

E5: Pucha yo feliz, porque como ustedes ya me escucharon yo llegue por un dolor en el hombro principalmente y siendo solo eso siento que me ayudo un monton el taller, imaginate alguien que está en silla de ruedas, de mis compañeros uno estaba en silla y el lo disfruto muchísimo, de hecho dentro de los relatos él estaba muy agradecido y se veia mas comodo, ademas de que se daba este lugar que era para todos y que no hacía diferencia y permite todo tipo de movimiento, incluso un día la terapeuta dijo que hasta el no moverse estaba permitido, así que como grupo fue súper enriquecedor porque cada uno se movía como podía y como quería, nadie se comparaba, solo éramos, además el

vernos y compartir nuestras experiencias te hacía ser más consciente reflexivo. Yo fui capaz de reflexionar y pensar en cómo hacía las cosas, además veía como otros que podría decir que estaban en una condición más compleja que la mía de igual manera participaron y podían tener logros, aunque se viera pequeño era un logro... así que feliz de poder compartir con otras personas ver que son capaces de muchas cosas siendo ese el impulso para yo poder ver en mí que también puedo.

Señora Olga y estos logros y avances que usted habla, como considera que influyen en su desempeño, por ejemplo de todas las otras actividades que realiza ya sea en el hogar o en otro lugar, ¿siente que es efectivo?

E5: Bueno nose si haré las cosas al cien por ciento, pero por lo menos para mí está bien, ahora distribuyo mi tiempo, sigo cuidando a mi marido, pero durante el día igual paro de repente y descanso, ahora soy más consciente de eso y por lo tanto no ando tan cansada, logro tener un espacio para mí durante el día, en cuanto a los miedos que tenía de mover mi brazo ya los perdí, ahora hago mis cosas si siento que estoy cansada descanso ya no me hago pobre como antes pues, así que las cosas que hago cuando las estoy haciendo ya me siento mejor.

Por supuesto, ya señora Olga agradecemos su tiempo y disposición para dar a conocer su relato sobre su experiencia

E5: De nada yo me sentí muy cómoda y feliz así que cuando quieran nomás (risas)

Gracias

----- FIN DE LA TRANSCRIPCIÓN -----

ANEXO 6: Marcela

Fecha de entrevista: 18 de noviembre

Duración de entrevista: 33 minutos

Entrevistada: E6

Hola ¿Cómo está?

E6: Muy bien gracias

Me alegro, bueno creo que ya nos presentamos, nos escuchó nuestra entrevista con Lorena, para nosotras es maravilloso tener su relato y bueno, ¿Está dispuesta a participar? Como le comunicamos enviaremos un consentimiento informado de lo que es el proceso, con la firma de ustedes... y ser todo formal y legítimo (risas)

E6: Si, si

Bueno, primero queríamos saber cómo surgió su interés en la disciplina de la Danzaterapia

E6: Eh bueno (silencio); yo siempre he estado ligada desde niña ligada al tema de la danza, a lo que era danza española, folklore también, distintos tipos de danza en realidad y el año 2000 como les comentaba Lorena que ella se adjudicó un proyecto de Danzaterapia para trabajar con mujeres con discapacidad visual, yo dirigí una organización en ese tiempo y ella se comunicó conmigo, planteó el tema y como a mí siempre me gusto la danza, me pareció interesante yo en ese entonces no conocía nada de Danzaterapia pero como si me gustaba la danza, empecé a trabajar con Lorena.

¿Y cómo fue este desarrollo... tener esta experiencia en Danzaterapia? ¿Cómo lo sintió desde un comienzo? ¿noto la diferencia con otras disciplinas?

E6: Ah si po, es, osea es distinto porque en las otras disciplinas lo que se hace habitualmente es que tu profesor se para adelante y te indica lo que tienes que hacer, el paso que tienes que hacer, en qué momento de la música... es mucho mas estructurado, no te da mucha posibilidad de crear tu mismo los movimientos, en cambio en la Danzaterapia nosotras empezamos a trabajar como les decía Lorena antes con un tema, con un sentimiento, con nose distintas cosas y con mucho mas (silencio)... se desarrolla

mucho mas la creatividad, fue mas desde lo interior (silencio)... y como les decía Lorena desde un principio, igual trabajó mas lo coreográfico pero a la medida de que iba avanzando en el tiempo, ha ido siendo mas libre y con mas posibilidad de cada uno de crear

Y dentro de esto que usted menciona, considera esto como un proceso sanador quizás en su vida, como bienestar, una vía de escape...

E8: Eh sipo, o sea eh (silencio) es como yo digo esto es un espacio como un regalo el ir a las clases de danza porque tu te desconectas de tu trabajo, de tu familia, de los problemas, de las dificultades que tu puedas tener y vas a un espacio que es tuyo po

Y todo este tiempo que usted ha estado en lo que es la Danzaterapia ¿Cómo definiría lo que significa para usted la Danzaterapia?

E6: Am (silencio) bueno yo creo que ha sido un reencontrarse con uno mismo y el rompiendo barreras, ir enfrentando nuevos desafíos porque como yo les decía yo siempre estuve ligada a lo de la danza desde otra perspectiva y en ese tiempo yo veía, entonces cuando yo empecé a trabajar con Lorena yo ya tenía la discapacidad visual entonces fue otra manera de enfrentarte al movimiento, a los espacios, al desplazarte entonces siempre para mi es un desafío el bailar en un escenario porque claramente uno se siente mas protegido en el espacio donde uno ensaya donde son las clases (silencio) pero siempre es un desafío, la adrenalina que es un poco lo que siente en ese momento, entonces para mi como digo el significado es reencontrarme con la danza y también el ir descubriendo cosas de uno que a lo mejor yo no conocía, que estaban ahí mas dormidas...

Usted tuvo la visión de adulta y yendo a lo corporal ¿Nota esa diferencia en el movimiento, el sentir para usted es distinto?

E6: Claro porque tu no te estás viendo en un espejo (risas) no puedes ver si lo estas haciendo bien o no, entonces ha sido el aprender también a moverse desde otra perspectiva, no desde el copiar al otro si no desde lo que surge desde de ti, de lo que tu estas sintiendo y vivenciando en ese momento entonces es distinto, tienes que aprender de otra manera como te decía Lorena también antes, desde el contacto con el otro y también aprender a ocupar el espacio de forma distinta, el aprender a desplazarse sin temor también de chocar con algo... (silencio) es diferente.

Respecto a lo espiritual ¿Cómo cree usted que aportó la Danzaterapia en esto?

E6: Eh (silencio) en realidad yo siempre en lo espiritual he estado ligada a Dios y yo creo que también la danza, como que te permite ir explorando en tu interior y en tu emocionalidad que te vas acercando a la espiritualidad de una u otra manera.

Marcela ¿Para usted la Danzaterapia lo considera parte de su ocio y tiempo libre o mas bien una actividad significativa?

E6: Eh las dos cosas (risas), es que en realidad uno puede hacerlo parte de su vida pero también para mi es un espacio de relajó, de desconectarse de otras cosas entonces para mi eso también es como (silencio)... como ocio te fijas, como tiempo libre pero es algo que forma parte de ti después de que lo has trabajado en un tiempo o sea que si tu vas una vez al mes o no se po, cada cierto tiempo y tomas una clase eh (silencio) no es lo mismo, es como mas de ocio pero cuando lo haces habitualmente y por hartos años, ya es parte de ti.

Y usted todas estas sesiones la han realizado de manera social, ¿también se puede hacer de manera individual?

E6: Sí, depende de lo que tu quieras trabajar

Y en cuanto a la experiencia en contexto social ¿Cómo ha sido esa experiencia para ti?

E6: Bueno ha sido buena porque tu conoces a otras personas, te relacionas con otras personas tal vez en una situación de discapacidad distinta a la tuya, con personas que no tienen discapacidad, o sea te vas relacionando con otras personas que también tú aprendes, o sea el aprendizaje es mutuo, tu aprendes y ellos aprenden de ti y creo que también ha sido interesante porque con Lorena nosotras hemos no solo trabajado en sesiones de Danzaterapia, si no que también hemos trabajado en varias presentaciones como decía ella tanto aquí como en otras ciudades, y eso también creo que para el resto de las personas impacta, yo creo que ver un grupo de mujeres con discapacidad en un escenario a nadie lo deja como (silencio) a igual como entró, si o sea yo creo que también es una forma de mostrarle al resto de las personas que no tiene discapacidad de

que todos podemos, y que en el fondo las barreras te las pones tú mismo o te las pone el entorno pero que tu puedas hacerlo igual.

Super... yo tengo una pregunta, nosotros como Terapeutas Ocupacionales consideramos el desempeño ocupacional como la forma de sentirse como competente en la vida, bueno, poder ejecutar bien las actividades cotidianas, de poder rendir por así decirlo vulgarmente en la vida y desde ahí ¿su desempeño ocupacional como considera que está actualmente? ¿Cómo ha cambiado con la Danzaterapia desde un antes a un ahora?

E6: Bueno yo creo que mi desempeño yo creo que en general es bueno, osea yo me manejo, osea bueno yo tengo familia, tengo hijos, tengo trabajo entonces igual yo me desempeño yo diría como la mayoría de las personas te fijas, osea uno tiene sus herramientas y eso va desarrollando estrategias para desarrollar las actividades cotidianas y en relación a la danza, yo creo que en ese aspecto me ha servido para seguir trabajando la expresión, la expresión facial, la expresión corporal porque en general ustedes bueno deben saberlo que una persona con discapacidad visual su expresión corporal no es la misma que una persona normal, se aprende por imitación entonces yo creo que a mi me ha permitido mantener la expresividad corporal eh (silencio) no se si aumentarla pero si mantenerla y también el poder mantener tu cuerpo flexible, interviniendo en la movilidad y eso es importante y lo obtienes desde la danza, la postura, el no cambiar tu postura porque eso también cambia en una persona con discapacidad, de hecho la mayoría de las personas si no me ve caminando con bastón no se da cuenta que no veo

Claro porque su postura debe ser muy correcta y la postura dice al final muchas cosas

E6: Ah claro, si, el lenguaje corporal habla mucho

Para ir finalizando un poco, queríamos saber cómo ha sido para usted este proceso de re significación de su cuerpo a través de la Danzaterapia

E6: La que de mi cuerpo?

La re significación, el nuevo sentido que usted le da a su cuerpo

E6: Ehhh (silencio) bueno un poco también lo que, en el fondo lo que te reconocer, o sea a ver (silencio) cuando tu adquieres la discapacidad no cierto en un momento de la vida o sea que no has nacido con ella, eh (silencio) la persona que era en el fondo como que se muere te fijas y hay un duelo y se vuelve como una persona nueva cierto independiente de todo el tiempo que pueda curar ese duelo o no eh (silencio) pero yo creo que la danza también a, la Danzaterapia, en ese resignificado o sea en el que tu te quieras, tu te sientas conforme contigo mismo, es volver a crear un autoimagen de ti, un autoconcepto y por ende después tu autoestima po o sea igual mejora y nose po si yo me paro en un escenario y bailo y la gente te aplaude así como en mucho (Silencio) eso también tu dices pucha, lo hice bien te fijas y te ayuda en tu reafirmación como personas

Marcela una última pregunta no se si les ha tocado ustedes en las sesiones personas que digan “no, no puedo” o “no no quiero” o decir “o nose” y tenga este sentido negativo para realizar una actividad en la Danzaterapia

E6: (Lorena) con respecto a esa pregunta sí, sí yo he tenido personas que sí se han negado, incluso se han parado y se han ido, también no han sido capaces de trabajar con personas con discapacidad, también de saber que otro compañero tenía SIDA no volvió mas y bueno siempre nos vamos a encontrar con gente con prejuicios, con poner barreras al otro, eh (silencio) muchas veces no quieren porque no se atreven y eso es otra cosa, mucha gente va queriendo sanarse Danzaterapia o que danza es mi salvación, con una clase quedó sanísima entonces no se todo tiene que ver con la constancia.

¿Y como ha sido este proceso de cambio en las personas que se han seguido manteniendo en la Danzaterapia?

E6: Bueno es siempre un proceso individual, depende de con las ganas, con la predisposición, entender que no te vas a ir sano o sea esto es una ayuda terapéutica de pequeña sanación, de un alivio pero no es para que tu llegues y digas con esto yo me sano, con esto dejo médicos dejo remedios, dejo medicamentos, otras terapias... no, no es eso, es una ayuda muy potente

Bueno ahí va el tema de que es complementario

E6: Totalmente, lo que pasa es que llega un momento que a ti te hace tan bien que vas dejando las pastillas si es que estas tomando pastillas para dormir, personas que han

llegado con crisis de pánico con el tiempo se les va pasando, vas dejando todo ahí desde el movimiento, desde el llanto, desde el interactuar con otro también de ver como las otras personas también tienen otras cosas y otras dificultades, entonces ves por eso digo que es una autosanación y una autosanación y una (Silencio) sanación desde el otro y con el otro

Le queremos agradecer por su tiempo, su relato y su disposición, nos sirve mirar desde otra disciplina y agradecemos de su tiempo y querer aportar en nuestro proceso de investigación

E6: Nosotras podríamos estar toda la tarde conversando con ustedes (risas)

----- FIN DE LA TRANSCRIPCIÓN -----

ANEXO7: Loreto San Juan

Fecha de la entrevista: 04-Noviembre-2016

Duración de la entrevista: 44 min.

Entrevistada: E7

Ya está grabando

E7: Entonces ustedes porque escogieron el tema de la Danzaterapia

Nosotras eh (silencio) surgió esta investigación por nuestro interés y por conocer terapias complementarias por así decirlo y surgió el interés por la Danzaterapia porque hay muy pocas investigaciones en Chile respecto a la disciplina entonces de ahí surgió el interés.

Hemos hecho entrevista hasta ahora a una terapeuta ocupacional con formación en danza de la vida y también a unos usuarios a los que ella les hizo el taller y para complementar nuestra investigación nos falta entrevistas con Danzaterapeutas

E7: ¿Ella les hizo un taller no?

Si, 2 sesiones

E7: ¿Y qué elementos trabajaron?

Trabajamos tierra y agua

E7: Perfecto, ah (silencio) 1 en cada sesión, les falta complementar (silencio) las de aire y fuego, porque lo mejor lo mejor es que lo terminen con ella para que tengan la información en su cuerpo, lo teórico también se puede compartir pero la mayor

información es la que se adquiere a través del cuerpo, es decir, lo vivencial para que quede redondito

Bueno lo primero que queríamos saber qué significado tiene para usted la Danzaterapia?

E7: En síntesis bueno básicamente la Danzaterapia da la posibilidad a las personas de comunicarse y conectarse consigo misma de la forma más profunda que pueda ocurrir y a partir de ahí da la posibilidad de dialogar desde el arte en este caso la danza con aspectos que están en el subconsciente y que de otras forma no podría establecer esa conexión con ese material, entonces el significado que para mí tiene es que es una gran herramienta de autoconocimiento.

¿Qué técnicas de la Danzaterapia encuentra usted que son más importantes para llevar a cabo?

E7: Las técnicas eh bueno (silencio) lo que te puedo hablar en cuanto a mi método que como bien saben soy autora del método danza de la vida que nació en Barcelona cuando en mi caso soy chilena, (silencio) y bueno ustedes ya saben mi nombre, Loreto San Juan quizás debimos haber empezado por ahí (risas) entonces soy chilena y he vivido, estuve 15 años acá desde que nací hasta los 15. ¿Qué edad tienen ustedes?

23 Y 24 (risas)

E7: Ya para que se hagan una idea desde los 15 hasta los 30 años viví en Barcelona, yo partí a los 9 años ,mi carrera de danza, empecé en el teatro municipal a los 9 años de edad yo he hecho toda la carrera de danza y así estuve esos 10 años trabajando como bailarina como profesora de danza y tuve la necesidad al igual que ustedes de generar un vínculo de ayuda a las personas, como una ayuda social que los que más necesitaban desde la danza y desde ahí me fui a trabajar con personas ciegas durante diez años y en el contacto son esas personas desarrollé le método que es el que les comente en un principio que permite a cada persona conectar consigo misma desde ahí con su propia danza y desde ahí viene la sanación, por lo tanto de lo que yo puedo hablar es d mi método (silencio) y si decirles por ejemplo les puedo enviar un documento de la danza

como terapia y su historia y de lo que es que se conoce hoy como la Danzaterapia (silencio), cuando hablamos de Danzaterapia es como decir deportes, no estamos diciendo básquet, fútbol y cuando hablamos de Danzaterapia también es muy genérico entonces a partir de ahí hay autores que han creado líneas, distintas líneas de Danzaterapia y danza de la vida es una línea que conecta con los cuatro elementos, con lo cuatro niveles del ser y de ahí va promoviendo esta armonización que se va produciendo al trabajar todos los niveles, ya? Ese es mi método, otras personas y otros autores han desarrollado otros métodos analíticos que tienen otras características entonces para hablar de propiedades de Danzaterapia lo que puedo hacer es hablar de mi método y enviarles de estos documentos que hablan de la Danzaterapia en general, de las distintas autoras, de cuando nació, de cómo se desarrolló y de toda esa información que está en las redes

Bueno le cuento que cuando nosotras empezamos esta investigación nos enfocamos más a nivel físico de la Danzaterapia ahora que hemos tenido más conocimiento en el tema nos hemos dado cuenta que tiene diferentes beneficios pero apuntando más hacia los aportes a nivel físico cuales usted identifica

E7: Vale, a nivel físico básicamente desde el método de Danzaterapia lo que se produce por la manera de trabajar es una toma de conciencia del cuerpo, o sea como en el fondo el cuerpo es un vehículo que me transporta, pero muchas personas más allá de peinarlo de ponerle una crema y de bañarse no tienen contacto con el cuerpo, entonces es muy importante para iniciar cualquier proceso terapéutico desde lo corporal que las personas tomen conciencia del cuerpo y eso implica el darse cuenta de cómo mi pecho puede estar más hundido y por qué estoy así... ah entonces puedo respirar y abrirlo y eso implica una toma de conciencia porque muchas personas se viven desde lo mental como que están todo el rato pensando pensando y el cuerpo lo tienen por allá lejos, lejos y lejos, no hay el momento en que dices mira como tienes el hombro, porque tienes el hombro así, porque está encorvado y eso pasa porque no tienen conciencia corporal, entonces lo que la danza de la vida permite que la persona empiece a dialogar con su cuerpo (silencio) el hecho de dialogar lo que te permite es detectara cuando algo te duele, cuando algo no funciona, cuando tienes la guata apretada, cuando tienes dolor en las cervicales porque estas súper tensa o porque estas con estrés entonces ahí se empieza ah... (Silencio) entonces qué pasa? A ver voy al médico pero sin ninguna relación con mi vida ni con nada estoy como despegada del cuerpo, es decir llevo el cuerpo al médico como quien lleva algo y dicen me duele esto pero yo no tengo nada que ver con

eso, si? (silencio) entonces lo que la danza de la vida permite que haya una conexión en donde la persona pueda dialogar desde conocer el cuerpo pero también sus emociones y también su mente y desde ahí trabajar los 4 niveles y de ahí volviendo al cuerpo lo que más se beneficia es la conciencia de este y el diálogo que se empieza a establecer desde esa conciencia

Y desde ahí como hace la relación con lo espiritual en las personas que realizan Danzaterapia?

E7: Te fuiste del cuerpo al espíritu ya... (risas), vale mira ¿pues a ver (silencio) el ser humano al igual que necesita comer y necesita una casita y necesita ropita y necesita cosas materiales también necesita de la trascendencia (silencio) a trascendencia es como cuando tu explicas así con peras y manzanas cuando tu estas por ejemplo viendo una puesta al sol y sientes que algo en ti trasciende que va más allá de todo eso y empiezas a tomar conciencia de la puesta de sol de que tu estas sintiendo algo dentro de tu corazón que puedes estar como pasivo o contenta y sientes como agradecimiento a la vida por estar viva, no se es algo que empieza a ir mas allá de ti eso es la trascendencia cuando conectas con una afecto de la unidad de la vida si? La unidad de la vida entonces esta necesidad de trascendencia a lo largo de la historia es el aspecto espiritual del ser humano pero lo espiritual es súper importantes chicas que ustedes lo pongan ahí no está necesariamente ligado a lo religioso o sea yo puedo tener una conexión y un sentimiento espiritual pero no necesariamente tengo que estar conectada con una tradición religiosa y también puedo estar conectada pero no necesariamente, me explico? Es por que el ser humano necesita elevarse de más allá de sí mismo y desde ahí conectar con un todo más grande, por eso muchos chicos usan drogas por esa necesidad inconsciente que tiene el ser humano y que lo necesita así tal cual como necesita comida, un casita y necesita ropa, es igual a todo eso, el humano necesita trascender y cuando no sabe cómo cuando la iglesia no les funciona , porque dicen uff esa gente paf pero igual el ser necesita trascendencia entonces se van por un camino que no, mal camino en el fondo para suplir esa parte de.. Entonces el buen camino cuál sería hacer caso de tomar conciencia de que el ser humano necesita de eso al igual que todas las otras cosas y buscar cada uno libremente de donde siente que su ser trasciende, donde siente que se puede conectar con Dios o con la nada o con todo como le quiera llamar en el fondo, su nombre pero sí es importante por ejemplo cuando uno trabaja con personas es importante incluir eso en la conversación o sea usted cómo está don Héctor? Usted reza o no reza? Es decir hacer un chequeo de esa parte espiritual,, o sea como está porque muchas veces nos aferramos

a la vida material y ese aspecto está como (silencio) imagínense la imagen “una casa con 4 pisos, físico, emocional, mental y espiritual” entonces nos dedicamos a mantener ordenadito y lindos todos los pisos y lo espiritual está como desatendido como esas películas a las que se ve que tienen las sabanas encima de los muebles, que las ventanas están cerradas , o se ano hay conexión entonces es necesario también activar y dar espacio también para lo espiritual, pero de una manera libre donde uno se sienta conectado con lo sagrado desde su corazón y desde esta manera es como concebimos lo espiritual.

Ya perfecto, súper clarito lo otro que le queríamos preguntar eeh es saber relacionándolo un poco en personas en situación de discapacidad, ¿Cómo cree usted que podría influir la Danzaterapia en la re significación de un nuevo cuerpo?

E7: Si (silencio) bueno en el fondo nosotros trabajamos dentro de la formación que estoy formando Danzaterapeutas del año 2011 en Chile por cierto es la primera formación, la primera y única hoy en día no hay otra, la primera y única que existe en Chile. Nosotros trabajábamos con cinco protocolos y uno es personas con NEE ya? Y ahí explico este protocolo que es muy importante trabajar desde el sí, de la luz o sea que quiere decir desde el sí de la luz como una persona en silla de ruedas por ejemplo, pues cuando yo veo a alguien en silla de ruedas como terapeuta pienso, no pienso “oh pobrecito no puede caminar” si no que pienso “ah puede mover los brazos, puede mover el torso, que más puede mover?” eso es desde el “sí” qué más puede mover? Entonces cuando detecto lo que sí puede mover y lo que sí puede hacer entonces trabajo con lo que él sí quiere para trabajar si? Y entonces él se empieza a ver así mismo desde el “sí” y no desde el “no” y esto que les acabo de decir es muy importante porque lo que les acabo de dar es una semilla muy importante porque desde el momento en que tu miras al otro desde su parte luminosa o sea desde el si desde lo luminoso lo que sí se puede hacer desde toda esta cosa de energía optimista desde el que sí puedo y todo eso entonces él y las personas comienza a vibrar en la misma frecuencia y todo el proceso terapéutico que tu hagas con esa base va a dar muy buenos resultados tanto desde que hagas Danzaterapia o Arteterapia o hagas lo que hagas siempre que trabajas desde el “sí” y la parte luminosa y desde ahí (silencio) a ver yo trabaje en Barcelona con niños con parálisis cerebral uno con 70% de PC o sea que prácticamente nada, se movía muy poquito prácticamente no caminaba nada, nada ,nada y ellos eran gemelos y el otro tenía un 40% el otro si caminaba con dificultad entonces con ellos se trabajan las partes que les dificultaba la movilidad y claro el si iba a la fisioterapeuta que le decía “mire estire

el brazo porque el brazo estaba así” y él iba con la fisioterapeuta para poder ampliar su espectro de movilidad y claro eso era un alivio está muy bien , no digo que la fisioterapeuta no y la Danzaterapia si lo que yo digo es que es complementaria entonces claro la Danzaterapia uno dice “aaaah vamos a volar” entonces tus brazos son alas “aaaah vamos a escuchar esta música” y “vamos hacer como este pájaro vuela” entonces el no solo está haciendo este acto mecánico de estirar el brazo si no que está conectado su emoción porque está conectado con el pájaro y él se cree un pájaro y ese brazo es un ala

Desde ahí surgió nuestro interés de la Danzaterapia como complemento porque nosotras a través de la práctica hemos visto que muchas veces la intervención que se les da a los usuarios son ejercicios muy repetitivos, muy mecanicistas que no se incluye ni el significado ni el sentimiento del movimiento

E7: Eeehh fome porque desde ese camino se está concibiendo al ser humano dicotomizado, el cuerpo por un lado que hay que rehabilitarlo, el ser bueno por otro, entonces se ve al ser como disociado la diferencia con nuestro método es que nosotros concebimos al ser como una totalidad y que todo está comunicado con todo y que si yo me conecto con esa imagen el pájaro volando me va a dar alegría 1 me va a dar entusiasmo, me va abrir mi imaginación para algo positivo, una imagen positiva que es un pájaro volando en libertad, es viajar es todo lo que esa persona no puede hacer entonces mira la madre de este niño me decía “cuando viene a tu sesión se mueven más que con la fisioterapeuta” pero es por eso no es porque fuera magia sino porque estaba él y yo sabía que yo estaba haciendo eso conscientemente y conectarse con su cuerpo, con su emoción y lo más importante su cuerpo

Cómo visualiza usted la participación social de las personas dentro de estas sesiones de Danzaterapia en el sentido de que comparten con otras personas, ¿cómo ve usted la socialización?

E7: Lo veo como algo muy importante porque es súper importante para el ser humano el vivir en comunidad y el hecho de estar en una comunidad donde todos estemos haciendo algo que nos beneficia que nos está dando resultado y que podemos compartir eso como algo en común lo que ocurre aquí es que ellos mismos visualizan sus logros y

ver los logros en mí y también en el otro porque imagínate tú que por ejemplo no puedes caminar bien y gracias a la Danzaterapia sientes que conectas mejor con tu pie, sientes mejor el andar pero no tienes a nadie a quien contárselo imagínate dices pucha me siento mejor que rico ya pero eso va contigo pero cuando llegar a un grupo dices eh (silencio) mira me di cuenta que cuando salí de la casa me sentía así, que ya el cuello no me duele tanto aquí empieza a generarse una retroalimentación que tú por un lado compartes con ,los otros y eso es un beneficio extra que es como una sanación de grupo diría yo o sea que viene desde el grupo

¿Cómo de los relatos compartidos?

E7: Si pero como que uno n o hace nada ahí, como Danzateraputa si no que eso se da solo es como la vida no? La relación de las cosas no? El pajarito y la semilla tú no tienes que hacer nada eso simplemente funciona son los cómo se llaman eso...? (silencio) micro no ecosistemas esa sería la palabra de crean en esta sociabilización este ecosistema que solito se nutre, se depura todo solito solito uno no hace nada

Lo otro que queríamos saber cree usted que ¿la Danzaterapia termine para las personas siendo una actividad significativa o siendo una actividad más de ocio y tiempo libre?

E7: Bueno no yo creo que al menos de lo que he visto en mi tiempo en Europa, en Barcelona lleve el método en suiza en Alemania entonces lo que te estoy hablando es en base al haber visto distintos grupos de personas de distintas culturas no solamente de Latinoamérica sino que también europeas y bueno en todas ellas el ser humano es ser humano da lo mismo si es boliviano, peruano, es ser humano y sufre y tienen mama y papa todos tenemos la misma situación ya? Entonces en esa necesidad de autoconocimiento es algo que está cada vez más en las personas y que necesitamos y que se da cuenta que el comprar y vender el comprar y vender no va para ningún lado tener un novio y después otro y no sé qué tampoco (risas) lo digo haciéndole un guiño a ustedes (risas), es decir no está afuera la felicidad, no está en otro la felicidad, no está en comprar ni en el emparejarse ni en el casarse ni en el tener hijo, no está en eso si no en el profundo contacto consigo mismo y esto chicas es universal lo necesitan los seres humanos de todas las razas entonces por supuesto cuando alguien en Danzaterapia conecta consigo mismo en su ser interior y autoconocimiento no termina siendo para

ellos un hobby, no, es una experiencia transformadora de la vida las personas que han venido a las sesiones de Europa de acá de todos lados hablan que les ayuda principalmente a conectar sansimonismo y a ,e esto es muy importante, a conectar con su misión de para qué están en la vida, muchas personas están haciendo algo que no quieren hacer que no les gusta ocupando un lugar que a otros si les gustaría estar ahí entonces es muy importante conectar consigo misma para saber para que estas aquí en la vida, conectar con algo que te hace bien a ti y por ende a las personas que tienes alrededor

Dentro de nuestras entrevistas a los usuarios consideran a la Danzaterapia como un contexto terapéutico, ¿Qué nos puede hablar usted sobre eso?

E7: Que este espacio termina siendo un espacio de contención que permite ir sanando, equilibrando, conectado aspectos de su ser para estar mejor (silencio) yo voy a ir diciendo cosas a ver si encaja con su pregunta el hecho de poder establecer un espacio, para mí es muy importante el espacio de respeto, de respeto del otro y del tal cual es de no esperar nada y de que todo lo que ocurre es lo que mejor es, lo óptimo, no se ven expectativas ni de mí ni como terapeuta ni del otro como persona que asiste a la sesión y eso da una tranquilidad y al mismo tiempo se trabaja desde el respeto al otro y desde el sí de ver lo mejor del otro y estar, en mi caso como terapeuta, estar situada también desde el “sí” de lo mejor de mí sabiendo que los terapeuta no somos iluminados sino que también tenemos nuestras cosas pero cuando estoy en frente del grupo y de las personas me situó en el mejor aspecto de mí ser de la mejor manera de mi corazón y también del amor que esta es la palabra más importante de todas, de la vida, del amor (silencio) y desde ahí nosotras trabajamos las terapias evolutivas porque hay distintos tipos de terapias chicas, porque terapia es muy “uff” , dentro de las terapias hay conductistas, hay distintos tipos de terapia entonces por ejemplo en el caso nuestro de Danzaterapia trabajamos con lo que se denomina las terapias evolutivas donde el otro vale? Hay un auto compromiso consigo mismo en su proceso de sanación, no va al médico diciendo como ya arréglenme no, no, no si no que él es una parte activa y el terapeuta acompaña a ese proceso a través de la Danzaterapia a través de preguntas , más que decirles lo que tienen que hacer es decir “aah qué te parece a ti esto” “cómo crees que te podría ayudar” y ahí la persona comienza ella misma a buscar respuestas, porque ya estamos hasta aquí como desde cuando los profesores nos dicen lo que tenemos que hacer y llega un momento en cuando el ser humano tiene que el mismo decir a ver ”no” (silencio) entonces las terapias evolutivas ayudan a ver eso que la

persona se exprese a partir del sí mismo y generar un espacio terapéutico donde eso ocurra es algo muy importante

¿Cuáles serían las principales técnicas o estrategias que utilizan en la Danzaterapia o sesiones para conseguir la conexión que usted menciona?

E7: Vale, dentro de lo que nosotros estudiamos establecemos que dentro de las personas que van a asistir a la sesión hay distintos niveles de conexión con lo corporal vale? Y a ellos les llamamos principiantes corporales que son aquellos que han estado toda su vida sentados en una oficina y no han movido nada entonces claro esas personas no les puedes decir ahora hagan esto y bla bla bla bla porque se van a quedar así como palo tiesos, entonces se les entrega por ejemplo un pañuelo, un objeto o algo que les ayude con el movimiento, esto por un lado y también ayuda mucho el utilizar elementos para la creatividad, la imaginación no? Porque si tú no tienes mucha creatividad y si estás ahí con tu cuerpo solo en cambio si tienes un objeto se te van a ir ocurriendo cosas y lo puedes asociar con otras cosas que has vivido antes, entonces sirve para la creatividad que no han tenido mucho contacto con el movimiento, ahora como ustedes se fijaron nosotras partimos siempre con una sesión de relajación musicoterapia para que la persona deje atrás los problemas y otras cosas afuera y el cuerpo se convierte en un lienzo blanco y ahí empiezas el trabajo, por lo tanto, cualquier persona puede acceder al método sin dificultad y nos vamos ayudando y acompañando de poquito a poco entonces la estrategia que utilizamos dependerá del grupo que tenemos adelante, unas u otras.

Para ir finalizando un poco le queremos comentar que los T.O buscamos el óptimo desempeño ocupacional de las personas entendiendo a este como la capacidad de sentirse competente para poder realizar las ciertas actividades que puedan ser significativas para las personas ¿Cómo cree usted que la Danzaterapia influye en este desempeño ocupacional?

E7: Con esto de ocupacional ustedes se refieren a lo laboral o las actividades del día a día

Nos referimos a lo cotidiano, a las actividades del día a día ya sea tanto laboral eehh recreativas, autocuidado etc.

E7: Como un mejor desempeño en la vida...ok yo creo que pues claro si la persona empieza a dialogar con su cuerpo, empieza a dialogar con sus emociones empieza a tener ideas más abiertas de a ver es que todo en la vida se configura con ,los conceptos que tengo es muy importante porque si yo me veo a mi misma como alguien pequeño que no tiene posibilidades entonces yo tengo un concepto de mi misma que es chiquitito en cambio si yo a través de la Danzaterapia veo que puedo hacer cosas que se me ocurren nuevas cosas que eso es bienvenido por el grupo, que está bien integrado, que soy bienvenida, que se me respeta tal cual soy y todo eso va creando una confianza en mí misma, va creando un nuevo concepto de mi misma y cuando creo en este nuevo concepto de mi misma veo una nueva conexión con la vida y dice “ah! Entonces me puedo ir de viaje” “ah! Puedo ir a pedir trabajo a tal sitio porque tengo las habilidades” entonces por supuesto que la Danzaterapia va influyendo porque a medida de que me conozco re significó los conceptos que tengo sobre mi misma por lo tanto la relación que establezco con el mundo es de una nueva visión no solamente de que yo me la creo sino que también de que ya lo he vivido y es algo que no tengo que demostrarlo porque ya soy

Ya muy bien dio justo en el clavo (risas). Nuestra última pregunta es ¿cómo cree usted que la Danzaterapia puede ser una disciplina de complemento en el proceso de rehabilitación en personas con situación de discapacidad física?

E7: Vale, como lo que hemos hablado antes, desde lo creativo, desde el juego, desde el simular mucho la creatividad hasta como diría yo la locura el hacer cosas fuera de lo común como ir rompiendo esquemas, porque a ver aquí hay un tema súper importante que es lo que yo viví con mis alumnos ciegos que son los familiares aquí yo creo que habría que hacer algo eeh (silencio) comunitario o sea hacer algo como que los papás también, las familias se integren a estas actividades, ejemplos hacer esto con los usuarios chicos con esta dificultades, no? Pero también hacer otra sesión con los papás y las mamás porque muchas veces uno trabaja cosas como les decía yo disruptivas, abriendo nuevos caminos pro llega la mama y el papa y ellos como están en una situación también muy difícil con estos chicos con estas distintas dificultades entonces ellos también están muy tensos necesitan este auto espacio para ellos mismos los papás lo necesitan muchísimo entonces en este caso mi recomendación es hacer un trabajo familiar, sistémico como le podríamos llamar no? Porque si no por un lado nosotras vamos a construir cosas nuevas pero cuando lleguen a la casa van a empezar con “no,no lo hagas yo te lo alcanzo” entonces claro el chico entra en esto de nuevo de “yo no

puedo” por qué la mamá le hace todo y eso los papás no saben, ,lo hacen con todo el amor del mundo pero a veces es necesario educar a los papás de decirles déjelo un poquito suelto, en la clase trabajamos con que él se bajara, se apoyara, pruébalo también en la casa como abriendo también ese espacio porque a veces está muy rígido el espacio familiar en ese sentido y no permite a los chicos ni hablar a veces , tú le preguntas algo al chico y como se demora en contestar la mamá contesta entonces hay que ir trabajando mucho... amorosamente también con los papás para que los chicos puedan volar.

Súper, le queremos agradecer un montón su tiempo de verdad nos sirvió un montón su relato para poder complementar lo que tenemos ya que nos faltaba la visión de una Danzaterapeuta con tanta experiencia como usted (risas)

E7: De nada niñas, yo sentí la necesidad de aquí en Chile de generar esta formación profesional porque aquí no había nada las chicas se tenían que ir a Argentina o a España a estudiar Danzaterapia así que ya las quiero ver de estudiantes conmigo (risas)

-----FIN DE LA TRANSCRIPCIÓN-----

Fecha de entrevista: 18 de noviembre 2016

Duración de entrevista: 40 minutos

Entrevistada: E8

Bueno a nosotras nos interesó esto porque hay poca investigación en el tema y bueno en relación a terapia ocupacional como se desarrolla el desempeño ocupacional en rehabilitación física, entonces ese es el interés de nosotras, indagar en el área y cuál sería el aporte de Danzaterapia.

E8: y a ustedes les hacen algún ramo de danza?

No nada, nada

E8: Bueno aca en Temuco la Catolica creo que es una de las pocas universidades que tiene esta técnica de aprendizaje de corporalidad y en eso está Danzaterapia y otro tipo de danzas contemporáneas

Cuéntenos un poco sobre usted, una mini síntesis de usted

E8: Bueno me llamo Lorena Zuñiga Alduran, empecé con Danzaterapia el año 2000, comenzando con un proyecto y de ahí surgió el interés en mí de trabajar en Danzaterapia y yo empiezo a investigar quien hace Danzaterapia en el mundo y veo que en Chile no hay nada y descubro a María Fux después de haber trabajado y haber tenido una preparación de formación con alguien, trabaje sola con otra persona que era parte de la terapia que trabajaba en conocer los ángeles, con flores de bach, conversaciones más personales y la otra parte era de danza que la hacía yo, ya y ahí me fui incorporando y fui averiguando y comencé a trabajar con la Danzaterapia desde la imaginación, desde la imaginería, empecé a trabajar un parte que comprendía la parte técnica, y una parte

más desde el movimiento, este trabajo fue con un grupo de mujeres ciegas, con ellas realizamos varios encuentros en Chile. Maria Fux trabaja la metáfora, la vivencia, interviene más en el análisis de una clase, con lo que te pasa a tí, en lo que ella te entrega, con las cosas que ella te entrega, en las consignas y en tu vivencia personal

Dentro de la Danzaterapia entendemos que hay distintas líneas

E8: Danza movimiento terapia, danza de la vida y en general todos están dentro de lo mismo, que es trabajar con tu cuerpo y el movimiento, aquí trabajan mucho las terapias, como también trabajan las voz, el descubrir, trabajas en la corporalidad y la Danzaterapia en sí tiene que ver con lo mismo, que es trabajar el movimiento.

Qué visión tiene usted de la disciplina en general

E8: La Danzaterapia tiene que ver para todas las personas, para toda población, niños, jóvenes, adultos mayores, personas en situación de discapacidad (silencio) la Danzaterapia como actores, facilitadores o profesores, es un trabajo de movimiento, yo veo que en Chile es muy lento el proceso en cuanto a eso, hay que inculcar la danzaterapia como forma terapéutica, de poder desarrollar el movimiento, la autoestima, la confianza, el autovalerse, de decir que uno puede.

¿Y dentro de las técnicas de trabajo cuáles usted considera más relevante en Danzaterapia?

E8: Danzaterapia desde el método Fux no es una técnica, sino un método, donde te entregan una consigna que puede ser de estímulo, color y tu vas trabajando eso cómo tú vas sintiendo, como tu cuerpo va llegando a esa consigna y tu desde ahí te mueves, desde ahí tú fluyes, desde ahí te entregas, te entregas al movimiento, miras al lado, miras al frente, esto es para dar un poquito de confianza a la persona, ahora con las personas con discapacidad uno tiene que darle una seguridad de entrada, que se sientan

partícipes, que se sientan incluidos, que no son ni más ni menos que los otros, que trabajen el contacto con los otros también, que en las consignas se pida el contacto, tener un ambiente totalmente inclusivo.

Y dentro de su experiencia con personas en situación de discapacidad ¿Qué aportes identifica usted primero a nivel físico?

E8: Postura en las personas en silla de ruedas, les ayuda a apoyar bien la musculatura hacia arriba (silencio) a los que son parapléjicos y están en sillas de ruedas, la postura es importante, porque les ayuda a enderezarse dentro de lo que ellos puedan trabajar desde ahí... mucho trabajo de hombros, trabajo de pecho, cabeza y que desde ahí fluyen y eso es uno de los beneficios que tiene que ver con la percepción corporal, trabajar con la imaginación desde esa parte de su cuerpo, inculcar la seguridad

Y todo esto ¿es parte del movimiento que fluye espontáneo?

E8: Sí totalmente espontáneo (silencio) en las personas ciegas trabajé yo y con los ciegos trabajé en un principio un poquito más técnico, porque yo soy profesora de danza, trabajar más la coordinación y coreografía más esquemática y los movimientos uno por uno yo los iba marcando mucho con el contacto y ahora que trabajo con algunas de las que quedan ya no trabajo de esa manera, trabajo desde el cuerpo y desde el fluir

Ligado con eso en relación a lo más interno ¿Cómo ve usted los aportes a nivel espiritual de las personas?

E8: Se les abre un mundo de posibilidades, mucha más cercanía a Dios, acercarse más a la religión y a las energías que hay dentro de cada uno que las pueden proyectar y generar esta conexión con alguien superior, que tiene que ver un poco con todos, en el que al menos yo creo en dios y en la virgen, si yo me acerco más a ellos a mi me da más seguridad en las cosas que hago, me siento acompañada, entonces ¿que pasa en las

personas en situación de discapacidad? les pasa lo mismo, se sienten más acompañados y también más cercanos a la seguridad y ese ha sido mi criterio de trabajo, el darles la seguridad, de que no les va a faltar nada y que son igual de capaces que los demás, todo eso que no se puede hacer (silencio) en este caso ustedes que van a trabajar con pacientes o usuarios, cuando se les presente una persona que llegue y tienen que hacer alguna terapia como la Danzaterapia ustedes no le van a dar la parte científica ni teórica a esta persona, si o no... ustedes le van a dar las herramientas de la Danzaterapia, el trabajo con el movimiento y del que fluya, que conecte con su cuerpo, sientan su cuerpo, que no lo intelectualiza, sino que sientan, no le sirve a ellos hablar de lo vestibular, de la propiocepción, eso a las personas no les interesa, la persona que va a la terapia no quiere saber eso, sino que las personas van a sanarse, de que ellos quieren una hora de alegría, de regocijo, de sentirse más importantes, de sentir alivio, por ejemplo a ustedes los mandan con tareas para la casa y eso también es un poco de la Danzaterapia, uno también les pide que cuando estén tristes o tengan impotencia pongan una música en su casa y bailen.

¿Cómo cree usted que la Danzaterapia influye en la participación social, es decir en el proceso de socialización?

E8: Yo creo que (silencio) esto genera un poco de ruidos en las personas en situación de discapacidad, que estén integradas favorece su proceso de sociabilización, pasa que cuando se trabaja con personas normales y trabajan con personas en situación de discapacidad se ponen nerviosas o no se atreven, trabajan la parte de socializar.

Cuando realizan la Danzaterapia queríamos saber qué herramientas utilizan para facilitar la comprensión de la sesión, porque la idea es que fluya el movimiento y a veces para la persona es difícil ser más libres ya que estamos más acostumbrados a estar más estructurados, porque en personas en situación de discapacidad pasa a veces que dicen “como me voy a mover si estoy usando silla de ruedas o bastones”

E8:Mira no se si yo he tenido suerte pero no he tenido mayor dificultad con ellos y vuelvo un poco a lo mismo tu lo que mas puedes entregar ellos es la seguridad y la

confianza, se puede trabajar con muchos elementos como con elásticos, globos, muchas cosas partiendo de la base que si están en silla de ruedas no pueden mover las piernas y tu lo incentivas a moverse desde donde quiere hacer el cambio y desde el apoyo como por ejemplo en este caso son los brazos (silencio) en el caso de las otras personas “estándar” que no tienen problemas también tienen otras limitaciones que no va en lo físico si no que va en lo existencial, en las personas en situación de discapacidad solo se da más énfasis en conocer más el espacio y desde ahí se indaga un poco más y se fomenta al mismo tiempo la libertad, me han llegado harta gente en situación de discapacidad que tienen marcada la inseguridad y eso en un otro lo percibe porque hasta las mismas personas estándar tienen el mismo prejuicio de “es que me van a mirar, es que no me muevo bien y no poh aquí nadie se mueve bien igual” pasa que con la imaginación puedes moverte harto o quedar tiesa como un palo, te fijas? imaginense que son un pájaro, un pájaro que vuela, que se mueve, que urja pero resulta que su yo las miro están ahí sentadas nomas entonces lo mismo pasa en las personas en silla de ruedas, necesitan esta capacidad de surgir y de visualizar en el espacio de que las ruedas van a ser sus piernas

¿Usted cree que la danzaterapia para las personas es más como una actividad más de ocio y tiempo libre o más bien una actividad significativa que termina siendo parte de su cotidianidad?

E8: Debería ser parte de su cotidiano, parte de la vida y no de decir “aaaaah hagamos esto por qué no eso no” la danza como terapia debería estar incluida y también en bailar con otras personas

Claro, usted dice “debería” pero ¿Cómo lo ha visto en la práctica en concreto con las personas?

E8: Mire a mi me gusta trabajar todos los años con terapia ocupacional y la verdad es que es muy poco, porque tu para y trabajar y comprenderlo no solamente trabajas la sesión si no que debería ser al menos dos años, la teoría muchas veces si ayuda pero la práctica y la experiencia es lo que más ayuda y eso tiene que ver con el cuerpo, con su

cuerpo y su cuerpo genera infinita movilidad, infinita dolencia y tu igual te puedes expresar a través de eso, del movimiento. Maria Fux es una mujer muy viejita de 92 años que todavía hace clases en buenos aires y ella dice que si la persona puede mover un dedo ya está danzando

Nosotros las/los terapeutas ocupacionales trabajamos mucho con el desempeño ocupacional entendiendo a éste como el sentirse competente para poder realizar las actividades, ¿Cómo cree usted que la Danzaterapia influye o favorece en el desempeño de las personas?

E8: Aparte de las actividades de la vida cotidiana, todo influye en todo, en todo influye la danza influye porque tiene que ver con el movimiento tiene que ver con la música con lo que te llega y tú te empiezas a dar cuenta que hay movimiento en todo

Claro...entendiendo las actividades de la vida diaria como alimentarse, salir de compras, medicación, bañarse, etc.

E8: Sabe lo que pasa es que para nosotros todas esas cosas son rutina, todas esas cosas son mecanizadas , claro porque a ti te las enseñan y tu las haces y con la danza empiezas a observarte como te peinas, cuando entras a la ducha vez y te das cuenta desde qué lado, con cosas asi de tontas y entras con la otra mano, tu sientes de otra manera y eso todo cambia cuando tú te involucras desde la danza como herramienta terapeutica, tu andar es excelente, tu juego es más lúdico porque te vas mejorando, te vas sanando, vas sintiendo otras cosas, te vas conectando con la naturaleza, en el fondo son muchas cosas

Ya mas menos para ir finalizando como cree usted que la Danzaterapia puede ser un complemento en el proceso de rehabilitación de las personas en situación de discapacidad física

E8: Hemos estado hablando de lo mismo todo el rato, y si desde lo físico, desde lo psicomotriz pucha no sé con todo siempre desde el movimiento, siempre desde lo interno porque claro hay trabajo de terapia que son muy firmes y la danza también te entrega eso pero más ligado desde lo que va adentro es como la cebolla que vas sacando las carillas, las vas sacando, sacando y adentro te queda una cosa dura lo asocian? con la danza pasa lo mismo a medida que vas entregando herramientas, que vas entregando consignas vas sacando todas estas trancas todas estas cosas que están muy en el fondo vas sacando eso, en la danza te va sacando eso porque vas entregándote con el cuerpo y entregas y entregas a través del control de la respiración, de gestos y eso se va expandiendo y te vas ligando a eso en adultos mayores por ejemplo pasa lo mismo se trabaja desde el recuerdo, en los niños se trabaja desde lo lúdico que decimos que no se somos todos mariposas y de repente el niño llora y grita y no sabes por qué y quizás se le asocia con un insecto que le pica, la danza te permite que tu te vuelvas a enamorar de ese mal recuerdo, esto es porque puedes trabajar desde varios sentidos, desde el cuerpo desde lo sensorial y claro lo que les dije es un ejemplo muy doméstico pero es así y de todo ese miedo que tienes te vas liberando

¿Las sesiones son siempre con música?

E8: Bueno, se puede trabajar sin música también porque? por que tu tienes un ritmo interno constante, tienes una música interna que puedes trabajar desde el sonido de tu corazón de algún sonido de la guatita cuando te sientes mal, siempre tiene su sonido propio y eso también lo puedes trabajar o puede ser con una percusión, sonido de una pastilla que abres, un papelito que suena por eso te digo que es una infinidad de cosas que tu puedes trabajar y desde ahí tu puedes analizar la parte psicomotriz la parte emocional puede aflorar el llanto la risa puede no gustarte la música y tu lo puedes decir y ahí tú reflexionas el por qué no te gusta esa música que puede ser o no evidente

Estamos de acuerdo ya que consideramos que la Danzaterapia es una herramienta que a futuro nos pueda complementar en nuestra intervención respecto a estos espacios de poder realmente tomar conciencia de sí mismo y tener la experiencia de lo que es Danzaterapia

E8: Claro a mi me gustaria mucho que se incluyera en las carreras de hecho, así como un ramo... chicas ¿ustedes con quien hicieron las clases?

Con una chica de aca de Santiago que es Terapeuta Ocupacional y su nombre es María Ignacia y bueno nada, creo que hemos tenido la suerte de en nuestro proceso de entrevistas encontrarnos con personas muy buena onda (risas)

E8: Si, que bueno mira a mi me encanta pero más que hablar a mi me gusta bailar (risas) yo hablando como que me vuelo y no corto nunca (risas)

----- FIN DE LA TRANSCRIPCIÓN -----