

UNIVERSIDAD DE SAN CARLOS DE GUATEMALA  
ESCUELA DE CIENCIAS PSICOLÓGICAS  
COORDINACIÓN  
UNIDAD DE GRADUACIÓN  
28/10/2020  
GU

UNIVERSIDAD DE SAN CARLOS DE GUATEMALA  
ESCUELA DE INVESTIGACIONES PSICOLÓGICAS  
EN PSICOLOGÍA  
ENCARGADO DE ASISTENCIA  
Lic. Marco Antonio  
García Emriquez  
2020

*[Handwritten signature]*  
SECRETARIA

UNIVERSIDAD DE SAN CARLOS DE GUATEMALA  
ESCUELA DE CIENCIAS PSICOLÓGICAS  
SECRETARIA

**UNIVERSIDAD SAN CARLOS DE GUATEMALA  
ESCUELA DE CIENCIAS PSICOLÓGICAS  
CENTRO DE INVESTIGACIONES EN PSICOLOGÍA (CIEPS)  
“MAYRA GUTIÉRREZ”**

**“LA BIODANZA Y SU EFECTO PSICOTERAPÉUTICO EN PACIENTES CON  
DEPRESIÓN ENTRE 25 A 40 AÑOS QUE ASISTEN AL PROGRAMA DE  
HOSPITAL DE DÍA DEL CENTRO DE ATENCIÓN INTEGRAL DE SALUD  
MENTAL CAIMS-IGSS DURANTE EL AÑO 2019”**

**INFORME FINAL DE INVESTIGACIÓN PRESENTADO AL HONORABLE  
CONSEJO DIRECTIVO  
DE LA ESCUELA DE CIENCIAS PSICOLÓGICAS**

**POR**

**EVELYN MARIBEL ARAGÓN GONZÁLEZ  
SINNDY STEPHANIE PINEDA ALBIZUREZ**

**PREVIO A OPTAR EL TÍTULO DE  
LICENCIADOS EN PSICÓLOGIA**

**EN EL GRADO ACADÉMICO DE  
LICENCIADAS**

**GUATEMALA, NOVIEMBRE DE 2020**

**CONSEJO DIRECTIVO**  
**ESCUELA DE CIENCIAS PSICOLÓGICAS**  
**UNIVERSIDAD DE SAN CARLOS DE GUATEMALA**

M.A. Mynor Estuardo Lemus Urbina  
**Director**

Licenciada Julia Alicia Ramírez Orizabal  
**Secretaria**

M.A. Karla Amparo Carrera Vela  
Licenciada Claudia Juditt Flores Quintana  
**Representantes de los Profesores**

Astrid Theilheimer Madariaga  
Lesly Danineth García Morales  
**Representantes Estudiantiles**

Licenciada Lidey Magaly Portillo Portillo  
**Representante de Egresados**



C.c. Control Académico  
CIEPs.  
UG  
Archivo  
Reg. 072-2019  
CODIPs 2450-2020

De Orden de Impresión Informe Final de Investigación

23 de octubre de 2020

Estudiantes

Sinndy Stephanie Pineda Albizurez  
Evelyn Maribel Aragón González  
Escuela de Ciencias Psicológicas  
Edificio

Estudiantes:

Para su conocimiento y efectos consiguientes, transcribo a ustedes el Punto OCTAVO (8º) del Acta SESENTA Y DOS GUIÓN DOS MIL VEINTE (62-2020), de la sesión celebrada por el Consejo Directivo el 23 de octubre de 2020, que copiado literalmente dice:

**"OCTAVO:** El Consejo Directivo conoció el expediente que contiene el Informe Final de Investigación, titulado: **"LA BIODANZA Y SU EFECTO PSICOTERAPÉUTICO EN PACIENTES CON DEPRESIÓN ENTRE 25 A 40 AÑOS QUE ASISTEN AL PROGRAMA DE HOSPITAL DE DÍA DEL CENTRO DE ATENCIÓN INTEGRAL DE SALUD MENTAL CAIMS-IGSS DURANTE EL AÑO 2019"**, de la carrera de: Licenciatura en Psicología, realizado por:

Sinndy Stephanie Pineda Albizurez  
Evelyn Maribel Aragón González

CARNÉ: 2593 67699 0101  
CARNÉ: 2469 06626 0101

El presente trabajo fue asesorado durante su desarrollo por la Licenciada Macjorie Avila y revisado por el Licenciado Helvín Velásquez Ramos. Con base en lo anterior, el Consejo Directivo **AUTORIZA LA IMPRESIÓN** del Informe Final para los trámites correspondientes de graduación, los que deberán estar de acuerdo con el Instructivo para Elaboración de Investigación de Tesis, con fines de graduación profesional."

Atentamente,

"ID Y ENSEÑAD A TODOS"

  
Licenciada Julia Alicia Ramirez Orizabal  
SECRETARIA



/Gaby



UGE-163-2020



Guatemala, 08 de octubre del 2020

**Señores**  
**Miembros del Consejo Directivo**  
Escuela de Ciencias Psicológicas  
CUM

Señores Miembros:

Deseándoles éxito al frente de sus labores, por este medio me permito informarles que de acuerdo al Punto Tercero (3º.) de Acta 38-2014 de sesión ordinaria, celebrada por el Consejo Directivo de esta Unidad Académica el 9 de septiembre de 2014, las estudiantes, **SINNDY STEPHANIE PINEDA ALBIZUREZ, CARNÉ NO. 2593-67699-0101, REGISTRO ACADÉMICO No. 2014-07518** y **Expediente de Graduación No. L-50-2019-C-EPS / EVELYN MARIBEL ARAGÓN GONZÁLEZ, CARNÉ NO. 2469-06626-0101, REGISTRO ACADÉMICO No. 2014-13745** y **Expediente de Graduación No. L-95-2020-C-EPS**, han completado los siguientes Créditos Académicos de Graduación:

- 10 créditos académicos del Área de Desarrollo profesional
- 10 créditos académicos por trabajo de graduación
- 15 créditos académicos por haber aprobado el Ejercicio Profesional Supervisado –EPS–

Por lo antes expuesto, en base al **Artículo 53 del Normativo General de Graduación**, solicito sea extendida la **ORDEN DE IMPRESIÓN** del Informe Final de Investigación **"LA BIODANZA Y SU EFECTO PSICOTERAPÉUTICO EN PACIENTES CON DEPRESIÓN ENTRE 25 A 40 AÑOS QUE ASISTEN AL PROGRAMA DE HOSPITAL DE DÍA DEL CENTRO DE ATENCIÓN INTEGRAL DE SALUD MENTAL CAIMS-IGSS DURANTE EL AÑO 2019"**, mismo que fue aprobado por la Coordinación del Centro de investigaciones en Psicología –CIEPs- "Mayra Gutiérrez" el 03 de ABRIL del año 2020.

**"ID Y ENSEÑAD A TODOS"**

  
**M.A. MAYRA LUNA DE ÁLVAREZ**  
**COORDINACIÓN**  
**UNIDAD DE GRADUACIÓN**  
**ESCUELA DE CIENCIAS PSICOLÓGICAS**



Lucia, G.  
CC. Archivo

Adjunto: Expediente completo digital e Informe Final de Investigación digital.

## DEDICATORIAS

- **A Dios:** por darme la bendición de haber culminado una etapa más en mi vida, gracias por todas las bendiciones tanto profesionales como personales.
- **A mis padres:** Rodrigo Aragón y Sara González gracias por sus consejos y palabras de aliento que me han ayudado a crecer como persona y a luchar por lo que quiero, gracias por enseñarme los valores que me han llevado alcanzar unas de mis metas logradas.
- **A Rolando Elías:** gracias por comprenderme, por creer en mí siempre, ya que en todo momento has sido un apoyo y consejero incondicional en mi vida, por ser mi mejor amigo y mi compañero de vida. Por todo tu amor y confianza en la realización de este sueño, y por siempre motivarme a seguir adelante aun cuando las cosas se han puesto difíciles. Este triunfo es nuestro.
- **A mi Hermana:** Claudia María Aragón, pues ha sido la motivación principal para la construcción de mi vida profesional, sentó las bases de responsabilidad y deseos de superación, en ella tengo el espejo en el cual me quiero reflejar pues sus virtudes infinitas y su gran corazón me llevan admirarla cada día más, gracias a Dios por concederme la mejor la hermana.
- **A mis sobrinos:** José Daniel y Adrián Alexander por ser el motor de mi vida, gracias por ser mi inspiración y mi motivación. Por llenar mi vida con sus sonrisas, sus ocurrencias y su amor, por recordarme día a día que tengo nuevas metas, nuevas ilusiones y razones para darles el mejor ejemplo.
- **A mis Amigas:** por permitirme aprender más de la vida a su lado, esto también es posible gracias a ustedes.

**Evelyn Maribel Aragón González**

## DEDICATORIAS

- **A Dios:** por la vida, su infinita bondad, misericordia, sabiduría y el don de la fe en su alianza de amor, por iluminarme mi mente para que este sueño sea reflejo de una digna profesional.
- **A mis padres: Mynor Pineda Lemus y Lesbia Yolanda Albizurez** por ser personas ejemplares en mi vida, por ser perseverantes y ser consejeros invaluable y amorosos. Gracias por su dedicación en mi formación como mujer.
- **A mis Hermanas: Astrid Pineda, Hellory Pineda y Alexa Pineda** por la motivación constante para alcanzar mis anhelos, por los momentos de alegría y por la unidad que siempre nos ha caracterizado.
- **A mis Abuelitas: Braulia Lemus Castro y María del Carmen Albizurez,** por sus consejos, sabiduría y su inmenso amor. Ambas por ser la memoria de nuestras familiar y pilares de la fe.
- **A Luis Calderón:** por su especial afecto, amor, apoyo y motivación incondicional. Gracias por estar presente en las buenas y malas.
- **A mi familia:** Por su convivencia y su valioso apoyo moral, con mucho cariño.
- **A mis Amigas y Amigos:** Por compartir momentos inolvidables dentro de los salones de clase. Recordando cada sonrisa y lágrima de cada vivencia y el sacrificio diario para nuestros logros y metas concluidas.

**Sindy Stephanie Pineda Albizurez**

## **AGRADECIMIENTOS:**

- **Universidad de San Carlos de Guatemala:** Por brindarnos las instalaciones y ser sede de conocimientos y el centro de enseñanza que se ha inculcado en nuestra ética profesional.
- **Escuela de Ciencias Psicológicas:** por estos excelentes años de preparación profesional en los que, con el apoyo de sus catedráticos, hemos conseguido realizar nuestro sueño anhelado.
- **Centro De Atención Integral CAIMS IGSS:** Por abrírnos las puertas de su institución y permitirnos realizar el trabajo de Investigación beneficiando a los pacientes de Salud Mental.
- **Licenciada Ana Franco:** Por permitirnos llevar a cabo el presente estudio y brindarnos nuevos conocimientos en nuestro proceso de formación.
- **A Mis Catedráticos de Licenciatura:** por todas sus enseñanzas que fueron de mucho apoyo para nuestro crecimiento profesional.
- **Licenciado Helvin Velásquez:** por su apoyo y profesionalismo brindado en las asesorías y revisiones.
- **Licenciada Beatriz Ávila y Licenciada Krisla Sosa:** Por brindarnos sus conocimientos, tiempo y su apoyo incondicional durante el proceso de la realización del presente informe.



<b>Contenido</b>	<b>Pág.</b>
<b>Resumen.....</b>	<b>11</b>
<b>CAPÍTULO I .....</b>	<b>14</b>
<b>Planteamiento del problema y marco teórico.....</b>	<b>14</b>
<b>Planteamiento del problema .....</b>	<b>14</b>
<b>Objetivos de la investigación .....</b>	<b>17</b>
o <b>Objetivo general.....</b>	<b>17</b>
o <b>Objetivos específicos .....</b>	<b>17</b>
<b>Marco teórico .....</b>	<b>18</b>
<b>Antecedentes .....</b>	<b>18</b>
<b>Contexto Guatemalteco .....</b>	<b>18</b>
<b>Marco institucional.....</b>	<b>19</b>
<b>Hospital de Día.....</b>	<b>20</b>
<b>Personalidad.....</b>	<b>20</b>
<b>Depresión.....</b>	<b>21</b>
<b>Enfoque Gestalt.....</b>	<b>27</b>
<b>Psicoterapia.....</b>	<b>29</b>
<b>Biodanza.....</b>	<b>30</b>
<b>CAPÍTULO II.....</b>	<b>38</b>
<b>Técnicas e instrumentos .....</b>	<b>38</b>
<b>2.01 Enfoque y Modelo de investigación .....</b>	<b>38</b>
<b>2.02 Técnicas .....</b>	<b>39</b>
<b>Técnica de muestreo .....</b>	<b>39</b>
<b>Técnica de recolección de datos .....</b>	<b>39</b>
<b>Técnicas de análisis de datos.....</b>	<b>40</b>
<b>2.03 Instrumentos.....</b>	<b>40</b>
o <b>Guía de observación .....</b>	<b>40</b>
o <b>Examen Mental .....</b>	<b>41</b>
o <b>Test de Depresión de Goldberg.....</b>	<b>42</b>
<b>Operacionalización de objetivos, categorías / variables .....</b>	<b>44</b>
<b>CAPÍTULO III.....</b>	<b>47</b>

<b>Presentación, interpretación y análisis de casos .....</b>	<b>47</b>
<b>    Características del lugar y de la muestra .... ..</b>	<b>47</b>
<b>Presentación y análisis de casos .....</b>	<b>48</b>
<b>Análisis general .....</b>	<b>70</b>
<b>CAPÍTULO IV .....</b>	<b>79</b>
<b>    Conclusiones y recomendaciones .....</b>	<b>79</b>
<b>    Conclusiones.....</b>	<b>79</b>
<b>    Referencias.....</b>	<b>81</b>
<b>    Anexos.....</b>	<b>83</b>

## **Resumen**

### **“La Biodanza y su efecto Psicoterapéutico en pacientes con depresión entre 25 a 40 años que asisten al programa de Hospital de Día del Centro de Atención Integral de Salud Mental CAIMS-IGSS durante el año 2019”**

**Autoras:** Evelyn Maribel Aragón González

Sinndy Stephanie Pineda Albizurez

El objetivo general de esta investigación fue aportar elementos y conocimientos teóricos de la Biodanza en pacientes con depresión que asistieron al tratamiento psicológico.

Durante el desarrollo del estudio se pretendió establecer la efectividad de la Biodanza como método psicoterapéutico para el abordaje de la depresión en sus distintos niveles de manifestación en los pacientes entre 25 a 40 años que asistieron al programa de Hospital de Día del Centro de Atención Integral de Salud Mental CAIMS-IGSS durante el año 2019. Esta investigación procuró medir los niveles de depresión en la población que se presentó en el estudio en base a una guía de observación, examen mental y Test de Depresión de Golberg.

Para la realización del estudio de investigación se utilizó el enfoque de investigación cualitativo, con un diseño asociativo; se seleccionó a los participantes con un muestreo no aleatorio. Se aplicó la evaluación psicométrica del test de depresión de Goldberg. Se ejecutó un programa en donde se establece los parámetros psicoterapéuticos de la técnica de Biodanza en el tratamiento de pacientes que padecieron de depresión, se evaluó la misma muestra para comprobar la efectividad del tratamiento. La presentación de los resultados se realizó por medio de casos individuales.

Se evidenció la efectividad de la Biodanza en las personas con depresión, ya que existieron cambios significativos en su vida, además de lo referido por los participantes, quienes comentaron que su vida mejoró en los siguientes aspectos: mayor concentración en su vida, la toma de decisiones, hábitos de sueño y actitud positiva ante cualquier situación.

## **Prólogo**

La Biodanza, de acuerdo con Zafra (1996) “es un sistema de integración afectiva, renovación orgánica y reaprendizaje de funciones originarias de vida, basados en vivencias inducidas por la danza, la música, el canto y las situaciones de encuentro en grupo”. La música abarca toda la expresión viviente de sonidos natural y artificial, con las cualidades de ritmo, armonía, melodía y tono. El canto es una de las manifestaciones íntimas y profundas del individuo compromete todo su ser. Busca la re vinculación originaria con la especie como totalidad biológica a través de la actividad vivencial con uno mismo, con el otro y con el grupo humano. Llegándose a tener una conexión esencial con el grupo. Por otro lado, la renovación orgánica se encarga de generar el organismo mediante estados especiales provocados por los ejercicios de Biodanza que activan procesos de reparación celular y regulan las funciones biológicas.

El grupo beneficiado en este programa son las personas afiliadas a la institución y que fueron diagnosticadas con depresión. Recordemos que la música llega al origen de los problemas o enfermedades del paciente, demostrando la efectividad de la Biodanza en el abordaje terapéutico de la depresión desde la Psicología.

Para demostrar que la técnica de Biodanza es efectiva para los pacientes diagnosticados con depresión, se pretendió alcanzar los siguientes objetivos específicos: determinar la efectividad del Programa psicoterapéutico de Biodanza en el tratamiento de pacientes con depresión y determinar los niveles de depresión en pacientes entre 25 a 40 años que asisten a Psicoterapia al Programa de Hospital de Día del Centro de Atención Integral de Salud Mental CAIMS-IGSS durante el año 2019.

La evaluación de los niveles de depresión previos al abordaje del programa de Biodanza se hizo a través de la escala de Goldberg, para ubicarlos en los niveles de depresión que presentan los pacientes, siendo estos: grave, moderado y leve. Asimismo, se implementó la Psicoterapia como Técnica de Biodanza observando a los pacientes durante el periodo de un mes. Al observarlos durante este periodo se reevaluó a los pacientes para verificar la efectividad de la Biodanza y medir los niveles de depresión.

En la institución las limitaciones que se identificaron fueron; el acceso al centro, ya que a los pacientes no les parece convivir con personas ajenas al equipo multidisciplinario; en el

programa del Hospital de Día no se cuenta con una pre evaluación y post evaluación de la técnica de Biodanza, asimismo no existe separación por diagnóstico por comodidad de la institución; y también se logró evidenciar la incomodidad del paciente ante su diagnóstico.

Para la autorización de ingreso al centro, se logró por la Licenciada Ana Franco y la estudiante Evelyn Aragón quién realizó práctica de Terapia Ocupacional y Recreativa durante seis meses y un voluntariado durante dos meses como co terapeuta dentro del Programa de Biodanza.

La Escuela de Ciencias Psicológicas será beneficiada con el conocimiento de la Biodanza en el campo de la Psicología, debido a que es un tema que no se ha abordado abiertamente, se tiene conocimiento limitado o nulo del tema, debido a los paradigmas impuestos por la sociedad, por ejemplo, que los pacientes que asisten al programa Hospital de Día prefieren que nadie se entere de su diagnóstico, lo que limita evidenciar la efectividad de la Biodanza en los pacientes que padecen de depresión.

La investigación cumple con los requerimientos que solicita la Escuela de Ciencias Psicológicas y la Universidad de San Carlos de Guatemala, beneficiando al Centro de Atención Integral CAIMS-IGSS, por aportar elementos y conocimientos teóricos de Biodanza, ampliando estudios previos, además de una reafirmación o confirmación de la efectividad de Biodanza con pacientes que padecen depresión, asimismo les permite conocer el Test de Depresión de Goldberg para su utilización en estudios posteriores.

Como investigadoras obtuvimos la oportunidad de poner en práctica los conocimientos adquiridos durante los años de estudio y de esta forma crecer profesional y personalmente para poder continuar ejerciendo nuestra profesión de una forma ética y digna.

Finalmente agradecemos a la Jefatura de Psicología Licenciada Ana Franco De Pontaza por brindarnos la oportunidad y confianza de poder realizar la investigación en la institución CAIMS-IGSS, beneficiando a los pacientes de la Institución.

**Licenciada Macjorie Beatriz Ávila García**

# CAPÍTULO I

## 1. Planteamiento del problema y marco teórico

### 1.01 Planteamiento del problema

El estudio de “La Biodanza y su efecto Psicoterapéutico en pacientes con depresión entre 25 a 40 años que asistieron al programa de Hospital de Día del Centro de Atención Integral de Salud Mental CAIMS-IGSS durante el año 2019” fue enfocado a establecer la relación entre la Biodanza como sistema psicoterapéutico y su relación en el desarrollo óptimo del tratamiento de la depresión y sus diferentes manifestaciones. Con esta investigación, se pretendió además motivar el interés de los profesionales y estudiantes de la psicología para promover la técnica de Biodanza como una terapia efectiva para el tratamiento de la depresión.

Se observó que los pacientes depresivos que asistieron al programa de Hospital de Día del Centro de Atención Integral de Salud Mental CAIMS-IGSS están afectados por distintas situaciones de vida como: pérdida de un ser querido, es el período de sufrimiento y duelo después de una muerte experimentando el sufrimiento como una reacción mental, física, social o emocional; la pérdida de trabajo, es una crisis vital que sufre tanto la persona que se queda sin empleo como su entorno, presentaron algunas características como sentimientos de angustia, ansiedad, depresión y una profunda sensación de frustración; depresión post parto, es un trastorno del estado de ánimo que puede afectar a las mujeres después de dar a luz. Las madres presentaron depresión, ansiedad y cansancio que les dificultan realizar las actividades diarias del cuidado de sí mismas y de otras personas; el rompimiento amoroso, conocido también en el hospital como duelo emocional, es una de las situaciones más complejas emocionalmente por las personas que lo atraviesan en su vida, las características observadas es depresión, sentimientos de rabia, culpa, frustración; y por ultimo enfermedades crónicas o terminales, que es la negación ante la enfermedad presentada, el paciente se observa ansioso, depresivo y presentan malestar psicológico que indica una falla en la adaptación.

La depresión es el proceso regresivo ante la pérdida o ruptura de la unión libidinal del Yo con el objeto con el cual se ha identificado, generando en este un conflicto con efectos desorganizados, debido a que no cuenta con los recursos psicológicos para hacer frente a la pérdida; este hecho reactiva un eco lejano pero resonante del dolor padecido en la primera infancia.

Desde el punto de vista psicofisiológico la depresión es un estado de ánimo que afecta a una región del organismo (cerebro), modificando el ánimo y la manera de pensar, alterando también las funciones básicas de sueño y alimentación, así como la autoestima; se acompaña casi invariablemente de ansiedad. La depresión es el resultado de un desequilibrio neuroquímico ocasionado por causas externas como acontecimientos o experiencias que generan estrés o desequilibrio emocional, un trastorno depresivo no es lo mismo que un estado pasajero de tristeza. Los síntomas de la depresión pueden durar semanas, meses e incluso años. La mayoría de las personas que padecen de depresión puede mejorar con un tratamiento adecuado.

Desde la psicología la depresión se pudo interpretar como la pérdida real o simbólica de un objeto o la interpretación negativa de la experiencia, concepto negativo del futuro, las personas deprimidas tienen una visión limitada de su realidad que le lleva a contactar de un modo inhibido incluso a interrumpir el contacto con su entorno.

La Gestalt trata la depresión desde un punto de vista del “aquí y ahora” a diferencia del psicoanálisis que es del “allí y entonces”. Busca profundizar en la forma en que el sujeto se evade de su propia experiencia del momento que vive y también apunta a reconocer los sentimientos de agresión que subyacen en la manifestación de la depresión. Uno de los puntos importantes propuestos por la Gestalt para tratar la depresión, tiene que ver con el apoyo que necesita el individuo de su entorno. Para solicitar esta atención, utilizará todo tipo de manipulaciones como negación de aspectos de la propia persona, dependencia, rigidez y el pensamiento de que no puede vivir sin el apoyo de los demás. Para tratar este punto se recurre a la “frustración creativa” de estos esfuerzos, con el fin de llegar al apoyo de uno por uno mismo. Lo que se desea es que el sujeto logre aceptarse a sí mismo.

El sistema teórico de la Biodanza se fundamentó en la teoría Gestalt, fue creado por el Psicólogo y Antropólogo Chileno Rolando Toro Araneda, en el cual elaboró experiencias clínicas con pacientes para comprobar las vivencias que la música puede estimular en las personas. Llegó a la conclusión que la música tiene un poder curativo capaz de modificar estados físicos y emocionales crónicos.

La Teoría de la Biodanza es un sistema de integración humana, reeducación afectiva y re aprendizaje de las funciones originarias de vida. Su metodología consistió en inducir vivencias integradoras por medio de la música, el movimiento y de situaciones de encuentro en grupo que actúan mediante la estimulación de las funciones primordiales de la conexión con la vida, que permitió a cada individuo integrarse a sí mismo.

El aporte de la Biodanza es significativo en el ámbito de la psiquiatría porque está enfocado a un desarrollo integral, a una revalorización y desenvolvimiento de los potenciales humanos que defienden y protegen la vida. Entendiendo que, en el paciente, en el cuadro depresivo, todas las funciones vitales bajan, disminuyen o simplemente se anulan no permitiendo la sana y natural expresión de estos potenciales humanos.

Para esta investigación se tuvo la intención de responder las siguientes interrogantes:

¿Cuáles fueron los niveles de depresión en pacientes que asistieron al tratamiento psicológico?, ¿cuáles son los conocimientos psicoterapéuticos de la Biodanza en el tratamiento de depresión? Y ¿qué efectividad tenía el programa psicoterapéutico de la Biodanza en el tratamiento de pacientes con depresión?



## **1.02 Objetivos de la investigación**

### **○ Objetivo general**

Aportar elementos y conocimientos teóricos de la Biodanza en pacientes con depresión que asistieron al programa de Hospital de Día del Centro de Atención Integral de Salud Mental CAIMS-IGSS durante el año 2019.

### **○ Objetivos específicos**

- ✓ Determinar los niveles de depresión en pacientes entre 25 a 40 años que asistieron a Psicoterapia al Programa de Hospital de Día del Centro de Atención Integral de Salud Mental CAIMS-IGSS durante el año 2019
- ✓ Aportar conocimientos Psicoterapéuticos de la Biodanza en el tratamiento de la depresión en pacientes entre 25 a 40 años de edad que asisten a Psicoterapia al Programa de Hospital de Día del Centro de Atención Integral de Salud Mental CAIMS-IGSS durante el año 2019.
- ✓ Comprobar la efectividad del Programa Psicoterapéutico de Biodanza en el tratamiento de pacientes con depresión entre 25 a 40 años que asistieron al Programa de Hospital de Día del Centro de Atención Integral de Salud Mental CAIMS-IGSS durante el año 2019.

### **1.03 Marco teórico**

#### **Antecedentes**

La Biodanza fue creada por Rolando Toro, antropólogo y psicólogo chileno, en los años 60, el cual elaboró experiencias clínicas con pacientes psiquiátricos para comprobar las vivencias que la música puede estimular en las personas. Llegó a la conclusión que la música tiene un poder curativo capaz de modificar estados físicos y emocionales crónicos (Toro R. , Biodanza, 2007).

La investigación se desarrolló a lo largo de 25 años de confrontación con la realidad, hasta llegar a la elaboración de un modelo teórico científico. Actualmente la Biodanza está situada en varios países como en España, se conoce desde hace aproximadamente unos 40 años (Toro R. , Biodanza, 2007).

En resumen, el objetivo de la Biodanza es que cada persona sea responsable de su propio crecimiento personal, que pueda motivarse y crear nuevos alicientes para vivir y en particular mantener un estilo de vida centrado en la salud y el bienestar con todos los beneficios que ello conlleva.

Según American Dance Therapy Association (ADTA), en 1966 surge como una asociación reconociendo la danza como un tratamiento efectivo para personas que presentaban discapacidades médicas, sociales, físicas o psicológicas. De esta época emergen gradualmente dos campos profesionales: la psicología y la danza moderna.

#### **Contexto Guatemalteco**

La estructura social guatemalteca se constituye sobre una amplia base integrada por la clase trabajadora (o clase baja, como algunos la identifican), en su mayoría pobre. En la cúspide se ubica una reducida élite social y económica que posee y administra la mayoría de recursos económicos. Entre ambos extremos se ubica una emergente clase media, caracterizada por su dotación de capital humano. (PNUD, 2018)

En las Unidades Asistenciales del Instituto Guatemalteco de Seguridad Social –IGSS se atienden a personas trabajadoras afiliadas recibiendo atención médica en consulta externa como en hospitalización, rehabilitación, tratamiento psicológico y social.

Dependiendo de la necesidad de los trabajadores serán suspendidos en sus labores por problemas de salud y reciben prestaciones en dinero correspondiente a las dos terceras partes del salario diario por incapacidad debido a enfermedad o accidente. Si la persona presenta una crisis emocional se suspende durante dos meses de sus labores para que asistan al Centro de atención Integral de Salud Mental. (IGSS, 2019)

Dentro de los problemas de salud que afectan a la población de Guatemala, de acuerdo a la Organización Mundial de la Salud (OMS) el trastorno de depresión es el trastorno que más asecha a las personas, entendido éste como un trastorno emocional que se muestra como un estado de infelicidad y abatimiento. Tiene mayor prevalencia en personas de 25 a 40 años de edad.

El gobierno de Guatemala actualmente no ha puesto interés para erradicar esta problemática social, más bien contribuye a su desencadenamiento a través del trato social que se les brinda dentro de la sociedad a estas personas.

En las condiciones de vida socio-ambientales existen factores personales conocido como internos y externos implícitos que no les favorecen, entre ellos la alimentación, la condición económica y la falta de oportunidades, por el hecho de ser discriminados por la sociedad. Los Centros Psiquiátricos, comúnmente no cuentan con suficiente personal especializado para que los pacientes puedan mejorar su calidad de vida.

### **Marco institucional**

El Servicio de Psiquiatría se inicia en 1,968 a raíz de la creación del Programa de Enfermedad Común en forma anexa al Hospital General de Enfermedades. Inicialmente los residentes de medicina interna rotaban por unidad, hasta que en 1,980 se contrataron a los dos primeros residentes fijos y en 1,981 se establece la residencia en psiquiatría con cuatro residentes, posteriormente quedando dos por año y conformando una pirámide con jefe de residentes en el cuarto año. Habiéndose graduado hasta la fecha 33 médicos psiquiatras.

Hasta el 11 de noviembre de 1996 se termina la construcción del área propia en colinas de Pamplona en donde actualmente reside la unidad. El 14 de febrero del 2002 se crea e inaugura como Centro de Atención Integral de Salud Mental. Según acuerdo Gerencial 19/200 y de conformidad con lo resuelto por la junta directiva del IGSS, en el punto cuarto del acta No. 42 de la sesión extraordinaria celebrada el 24 de mayo del 2001. La salud mental

es parte importante del ser humano la cual forma un ser holístico que a su vez hace estar yodo bien en su ámbito social, laboral. El Instituto Guatemalteco de Seguridad Social a través de CAISM hace suyo el compromiso de desarrollar y ejecutar diferentes programas fundamentados en principios y valores contando con: Emergencia (24hrs.), Encamamiento, Hospital de Día y Consulta Externa.

### **Hospital de Día**

Es un servicio que se encuentra diseñado para brindar tratamiento intensivo al paciente durante el cual se integrará a una comunidad de apoyo que le servirá de sustento para resolver los problemas emocionales que existen en el usuario. Se requiere estar suspendida de labores para asistir diariamente. El usuario es atendido por Psiquiatras Psicólogos Médicos, Trabajadora Social, Terapeutas Ocupacionales y personal de Enfermería. Cuenta con un aproximado de 10 pacientes.

### **Personalidad**

Es la diferencia individual que distingue una persona de otra. Como tal, la personalidad es el término que describe y permite dar una explicación teórica del conjunto de peculiaridades que posee un individuo que lo caracteriza y lo diferencia de los otros.

El concepto de personalidad proviene del término “persona”. Por lo general, el individuo presenta características estables que permiten determinar la conducta y comportamiento de él, lo cual también permite predecir la respuesta del individuo ante una determinada circunstancia.

La personalidad puede ser clasificada por las actitudes o por la parte subjetiva de la salud mental del individuo, bien sea por la autoestima, el juicio que realiza el individuo así propio, el bienestar que presenta, entre otros puntos.

### **Etapas de Personalidad y Rasgos según Erick Erickson. (Erikson, 1950)**

<b>Etapas</b>	<b>Conflicto básico</b>	<b>Eventos importantes</b>	<b>Resultado</b>
○ <b>Infancia postnatal (nacimiento a 18 meses)</b>	Confianza frente a desconfianza	Alimentación	Desarrollan un sentido de confianza cuando los cuidadores proporcionan fiabilidad, atención y afecto.

○ <b>Primera infancia (2 a 3 años)</b>	Autonomía frente a vergüenza y duda	Control del esfínter	Desarrollan un sentido de control personal sobre las habilidades físicas y un sentido de independencia.
○ <b>Preescolar (3 a 5 años)</b>	Iniciativa frente a culpa	Exploración	Impone el control y poder sobre el entorno. El éxito en esta etapa conduce a un sentido de propósito.
○ <b>Edad escolar (6 a 11 años)</b>	Laboriosidad frente a inferioridad	La escuela	Los niños necesitan enfrentarse a las nuevas demandas sociales y académicas.
○ <b>Adolescencia (12 a 18 años)</b>	Identidad frente a confusión de roles	Relaciones sociales	Exploran su independencia y el desarrollo de un sentido de sí mismos. Los que reciben el estímulo y refuerzo adecuados a través de la exploración personal saldrán de esta etapa con un fuerte sentido de sí mismos y una sensación de independencia y control.
○ <b>Primera edad adulta (19 a 40 años)</b>	Intimidad frente a aislamiento	Relaciones	Forman relaciones amorosas íntimas con otras personas. Tener un fuerte sentido de identidad es clave para ello. El éxito lleva a relaciones seguras y comprometidas.
○ <b>Edad adulta media (40 a 65 años)</b>	Generatividad frente a estancamiento	Trabajo y paternidad	Necesitan crear o consolidar cosas que sobrevivirán a ellos, a menudo teniendo niños o creando un cambio positivo que beneficie a otras personas.
○ <b>Madurez (65 hasta muerte)</b>	Integridad del yo frente a desesperación	Reflexión sobre la vida	Necesitan contemplar su vida anterior y sentir una sensación de plenitud. El éxito en esta etapa conduce a sentimientos de sabiduría.

### Depresión

La depresión clínica, es una enfermedad grave y común que nos afecta física y mentalmente en nuestro modo de sentir y de pensar. La depresión nos puede provocar deseos

de alejarnos de nuestra familia, amigos, trabajo, y escuela. Puede causar ansiedad, pérdida del sueño, del apetito, y falta de interés o placer en realizar diferentes actividades.

### **Rasgos de la Persona Depresiva**

Los rasgos de la persona depresiva son estados de ánimo triste, de mal humor, deprimido, con inhibición del curso del pensamiento, débil, voluntad de incapacidad de decisiones.

La persona depresiva se caracteriza como callado, cohibido, infeliz, pesimista, se desprecia a sí mismo, experimenta una sensación de lasitud, insuficiencia, falta de ánimo y desesperanza. Es incapaz de tomar decisiones y le cuesta trabajo ejecutar actividades mentales que antes no se le dificultaban, tiene sentimientos de inutilidad, apatía, se siente rechazado y puede llegar a tener ideas suicidas (Kolb, 1976).

Por depresión entendemos un síndrome o agrupación de síntomas, susceptibles de valoración y ordenamiento en unos criterios diagnósticos racionales y operativos. Es importante plantearse la posibilidad diagnóstica de un trastorno depresivo a partir de datos subjetivos poco específicos: deterioro en la apariencia y aspecto personal, lentitud en los movimientos, marcha cansada, tono de voz bajo, rostro triste o poco expresivo, llanto fácil o espontáneo en la consulta, escasa concentración durante la entrevista, verbalización de ideación pesimista, ideas de desvalorización, quejas hipocondríacas, alteraciones en el ritmo del sueño, quejas somáticas difusas y difíciles de encuadrar.

En lugar de la tristeza o bajo estado de ánimo, la queja principal puede consistir en la pérdida de interés y disfrute en la vida, una vivencia del tiempo enlentecida y desagradable, o la falta de energía vital para las tareas más sencillas de la vida cotidiana.

Se debe tomar en consideración los datos sobre la historia personal del paciente, los antecedentes afectivos familiares, su situación social y económica.

### **Criterios de diagnóstico de la Depresión**

## **Trastorno depresivo mayor (DSM-V):** (Psychology, 2014)

A. Cinco (o más) de los siguientes síntomas han estado presentes durante el mismo período de 2 semanas, que representan un cambio respecto a la anterior, por lo menos uno de los síntomas debe ser estado de ánimo depresivo o pérdida de interés o placer. Nota: No incluir los síntomas que son claramente atribuibles a otra condición médica.

1. Estado de ánimo depresivo la mayor parte del día, casi cada día según lo indica el propio sujeto (por ejemplo, se siente triste, vacío, sin esperanza) o la observación realizada por otros (por ejemplo, parece lloroso). (Nota: En los niños y adolescentes, el estado de ánimo puede ser irritable.)

2. Marcada disminución del interés o placer en todas o casi todas las actividades, la mayor parte del día, casi cada día (según refiere el propio sujeto u observan).

3. Pérdida de peso significativa sin hacer dieta o ganancia de peso (por ejemplo, un cambio de más del 5% del peso corporal en un mes), o disminución o aumento del apetito casi todos los días. (Nota: En niños hay que valorar el fracaso para hacer la ganancia de peso esperada).

4. Insomnio o hipersomnia casi todos los días.

5. Agitación o enlentecimiento psicomotores casi cada día (observable por los demás, no meras sensaciones de inquietud o de estar enlentecido).

6. Fatiga o pérdida de energía casi todos los días.

7. Sentimientos de inutilidad o de culpa excesivos o inapropiados (que pueden ser delirantes) casi cada día (no sólo remordimiento o culpa por estar enfermo).

8. Disminución de la capacidad para pensar o concentrarse, o indecisión, casi cada día (ya sea una atribución subjetiva o una observación ajena).

9. Pensamientos recurrentes de muerte (no sólo temor a la muerte), ideación suicida recurrente sin un plan específico o una tentativa de suicidio o un plan específico para suicidarse.

B. Los síntomas provocan malestar clínicamente significativo o deterioro en las áreas sociales, ocupacionales, u otras importantes del funcionamiento.

C. El episodio no es atribuible a los efectos fisiológicos de una sustancia o a otra enfermedad médica.

**Nota:** Criterios de A-C representan un episodio depresivo mayor. Las respuestas a una pérdida significativa (por ejemplo, pérdida, ruina económica, las pérdidas por un desastre natural, una enfermedad grave o discapacidad) pueden incluir los sentimientos de intensa tristeza, reflexión sobre la pérdida, insomnio, falta de apetito y pérdida de peso señalados en el Criterio A, que puede parecerse a un episodio depresivo. Aunque tales síntomas pueden ser comprensibles o se consideren apropiados para la pérdida, la presencia de un episodio depresivo mayor, además de la respuesta normal a una pérdida significativa debe ser considerada cuidadosamente. Esta decisión requiere inevitablemente el ejercicio del juicio clínico basado en la historia del individuo y las normas culturales para la expresión de angustia en el contexto de la pérdida.

D. La aparición del episodio depresivo mayor no se explica mejor por un trastorno esquizoafectivo, esquizofrenia, trastorno esquizofreniforme, trastorno delirante, u otro del espectro esquizofrénico especificadas y no especificadas y otros trastornos psicóticos.

E. Nunca ha habido un episodio maníaco o un episodio de hipomanía. Nota: Esta exclusión no es aplicable si todos los episodios maníacos o hipomanía son inducidos por sustancias o son atribuibles a los efectos fisiológicos de otra enfermedad médica.

### **Niveles de depresión**

En la Terapia Gestalt se contempla la depresión como un ajuste creador, en donde la respuesta más apropiada que la persona puede dar en un momento dado y unas circunstancias concretas de acuerdo con sus capacidades. Este ajuste creador es, en suma, una respuesta creativa dada por el individuo en su contacto con el entorno (su mundo), respuesta que no tiene por qué ser necesariamente la mejor, pero, sin duda, será la más adecuada en ese momento dado.

Mediante el ajuste creador, el organismo (sujeto) crea el mundo (entorno) y lo transforma al mismo tiempo que, en base una acción simétrica y simultánea, es el entorno quien transforma al organismo. O como dice Jean-Marie Robine, citando a su vez a Perls y



Goodman: “el ajuste creador es en un mismo acto, transformado y transformador” (Perls, 1997).

La labor del terapeuta Gestalt con un paciente depresivo, no consiste en luchar contra el trastorno o limitarse a eliminar los síntomas, sino ayudar al paciente a ampliar sus posibilidades, recursos y capacidades para que no repita una vez más los momentos puntuales de su pasado, que son inadecuados en el momento actual y no conducirlo a la situación que ahora padece.

Las nuevas aplicaciones de la terapia Gestalt de la depresión han supuesto cambios tanto en los contenidos como en la duración, que tiende a prolongarse. Por lo tanto, su duración puede ser superior a 6 meses. La terapia Gestalt de la depresión se desarrolla en tres Niveles, de acuerdo con (Kepner, 1987):

- **Nivel inicial o diagnóstico:** va desde la primera hasta la tercera sesión.
- **Nivel intermedio o focalizado:** de la cuarta a la décima sesión.
- **Último Nivel o Nivel concluyente:** de la decimoprimer a la decimosegunda sesión.

### **Tratamiento de la depresión**

Varios tipos de psicoterapia o “terapia de diálogo” pueden ayudar a las personas con depresión.

Algunos tratamientos son de corto plazo y otros son de largo plazo, según las necesidades del individuo.

Existen dos tipos principales de psicoterapia según Perls F. (1951): la terapia cognitivo-conductual y la terapia Gestalt de Goodman, las cuáles han probado ser efectivas en el tratamiento de la depresión. Al enseñar nuevas maneras de pensar y de comportarse, la terapia cognitivo-conductual ayuda a las personas a cambiar sus estilos negativos de pensamiento y de comportamiento que pueden contribuir a su depresión.

La Terapia Gestalt contempla al ser humano encontrándose en transformación permanente en su contacto o interacción con el entorno. Es en este campo organismo-entorno donde surgen determinadas formas de la experiencia y una de ellas es la experiencia depresiva,

aplicable tanto para la depresión propiamente dicha como el Trastorno Depresivo (Psychology, 2014).

La psicoterapia puede ser la mejor opción para tratar la depresión leve a moderada. Sin embargo, para casos graves de depresión o para ciertas personas, la psicoterapia puede no ser suficiente. Estudios han indicado que una combinación de medicamentos y psicoterapia pueden ser para los adolescentes la opción más efectiva para tratar la depresión y reducir la probabilidad de una reaparición. En un estudio sobre el tratamiento de la depresión en ancianos, Rolando Toro descubrió que los pacientes que respondieron al primer tratamiento de medicamentos y terapia Gestalt tenían menos probabilidades de volver a sufrir de depresión si continuaban con su tratamiento combinado durante al menos dos años.

Del mismo modo, se utiliza el Sistema de Biodanza con los pacientes con depresión que claramente es una represión de los impulsos creativos que tiene consecuencias gravísimas para el individuo y la sociedad, esta obstrucción añade Rolando T. provoca los siguientes efectos:

- Disociación afectivo-práctica: impedimento para realizar lo que siente.
- Mecanización: el individuo se mueve a partir de patrones impuestos y repite secuencias de movimientos sin sentido ajenos a su vida.
- Descompensación y pérdida de homeostasis: se quiebra el flujo organizador del sistema viviente quebrándose la conexión en feed back con el mundo, Toro afirma acá que la Neurosis Depresiva posee como componente etiológico, la obstrucción espontánea de los impulsos creadores. (Etiología: es estudio de las causas que motivan las enfermedades).
- Despersonalización: no hay una versión personal del acto creativo viéndose el individuo extraño frente a su obra, lo que se proyecta como una percepción despersonalizada de los otros.

Biodanza propone desarrollar la línea de la creatividad en cuatro etapas que menciona a continuación:

- **Expresión primal:** se expresan las primeras manifestaciones expresivas que fueron bloqueadas durante la infancia. Los ejercicios propuestos: danza con saltos, variaciones rítmicas, extensión máxima.
- **Integración Yin-Yang:** se descubren las polaridades energéticas y se integran armónicamente las energías opuestas. Los ejercicios propuestos: danzas de Fluidez y danzas Yin- Yang.
- **Comunicación expresiva:** esta etapa se caracteriza por la comunicación a otras personas, esto queda manifestado claramente tanto en la expresión corporal de las participantes, se observa claramente la dificultad o la facilidad de expresar las emociones sobre las vivencias en Biodanza. Ejercicios propuestos: sincronizaciones entre dos personas y movimientos expresivos de base.
- **Elaboración Creativa:** en esta etapa se llega a una auténtica y única expresión creativa, elaborando obras de arte.

### **Enfoque Gestalt**

El enfoque Gestalt es un abordaje eficaz terapéutico y una filosofía de vida. Que potencia:

- Una actitud honesta, confrontaría y de implicación emocional.
- El desarrollo de una actitud voluntaria de inhibición (inhibir la conceptualización obsesiva, la manipulación y los juegos o conductas inauténticas).
- El desarrollo de la espontaneidad (la fe en el impulso, la fluidez de la experiencia).
- La aceptación profunda de lo que somos.

Con el proceso terapéutico la persona adquiere mayor conocimiento de sí misma, aumenta su autoestima y se da un mayor auto apoyo. En el enfoque Gestalt facilita el desarrollo de nuestro potencial amoroso, y posee una dimensión espiritual por los beneficios que comporta en el ser de la persona (Perls, 1997).

Según Fritz y Laura Perls el enfoque Gestalt se basa en:

- En experimentar el aquí y ahora (estar presente) sin tanta interferencia de las respuestas o patrones aprendidos en el pasado.

- En darse cuenta que: Ser consciente de lo que me pasa en cada momento.
- En asumir, por parte de la persona, la responsabilidad de sus actos, de sus emociones y de su pensamiento.

El enfoque Gestalt sirve para:

- Afrontar y mejorar estados de ansiedad, depresión, desánimo, insatisfacción
- Mejorar las relaciones.
- Aprender a decir que sí o no, en función de cuál sea la dificultad base de la persona.
- Facilitar la toma de decisiones.
- Tomar conciencia de nuestras decisiones.
- Encontrar mayor sentido a la vida o volver a reorientarse.
- Sentirse más seguro y confiar.
- Y, en general, para mejorar la calidad de vida de la persona.

### **El sí mismo y el proceso corporal**

El proceso corporal y las polaridades del sí mismo, se describen en la terapia Gestalt sin un carácter particular en sí, cuando el sí mismo está en acción las personas parecen actuar según cualidades o posiciones. También es evidente que cuando las personas se describen a sí misma usa símbolos verbales o de imágenes que tienden a adjudicarse un conjunto de cualidades o características. Implícitamente en cada descripción esta una cualidad o característica opuesta.

Es en forma de polaridades, el conjunto de cualidades o imágenes en oposición, como se organiza el sí mismo, define su acción y describe las funciones (identificaciones) y aquellas que han sido alineadas o negadas según Joseph Zinker (1977), nos presenta el cuadro de polaridades y la conciencia de ellas en los funcionamientos problemáticos, en este cuadro se describe un conjunto complejo de polaridades accesibles al propio funcionamiento y sentido del sí mismo. Desde el punto de vista del enfoque Gestalt, la persona saludable tiene conciencia y capacidad para la aceptación de un rango relativamente amplio en el funcionamiento del sí mismo, y puede aceptar aspectos que quizá no sean deseables pero sin embargo existen (Kepner, 1987).

## **Enfoque de la Personalidad como un todo**

La separación entre el cuerpo y el sí mismo, y por extensión la separación entre el cuerpo y la mente, es una adaptación a los sucesos perturbadores de la vida que se experimentan físicamente. En esta fragmentación de uno mismo en partes, el “Yo” es generalmente identificado con el funcionamiento mental (producción de pensamientos, imágenes y palabras) y aquellos aspectos de la experiencia corporal que han sido problemáticos y perturbadores que se experimentan como si estuvieran “fuera” de uno mismo. La enfermedad es el resultado de esa separación del sí mismo en partes y la mala identificación de una parte como el todo (Kepner, 1987).

El método terapéutico debe integrar la experiencia del paciente en un todo por medio de la recuperación y reaceptación de los aspectos negados del sí mismo, en particular de los aspectos corporales del sí mismo.

Los terapeutas tienen el reto de comprender, que significa enfocar a la persona como un todo, de determinar que es necesario para recuperar aquello que ha sido fragmentado en partes y negado, y de apoyar la integración de estas partes de una persona que funcione como un todo (Kepner, 1987).

## **Psicoterapia**

La psicoterapia es un espacio que se construye por un terapeuta y un paciente, un espacio con determinadas herramientas, de evaluación, de análisis, de comprensión, de intervención, y que es puesto al servicio de una persona que requiere ayuda; un espacio que se conecta con los esfuerzos de una persona, una pareja o de una familia, para atender una situación que se ha salido de control. La psicoterapia tiene que ver en primer lugar con un acto de darse un momento para ocuparse de sí mismo y atender lo que ocurre en la vida, lo que no marcha bien o lo que se ha complicado.

La finalidad de la psicoterapia es poner al servicio de las personas que lo soliciten un conjunto de técnicas bien precisas, que permiten a estas personas confrontadas con dificultades personales que lo agobian y debilitan, encontrar una salida y liberarse de un malestar innecesario y poder así tener una vida más satisfactoria. Esto no quiere decir que la psicoterapia elimina el malestar en la vida, sino únicamente el sufrimiento que se origina de la impotencia o imposibilidad de atender los problemas personales.

La psicoterapia sirve para poder ir más de lo que habitualmente podemos alcanzar, de modo que podamos mirarnos de otra manera, tomar conciencia de nuevas cosas, abordar nuestros problemas de manera diferente, encontrar por fin respuestas y soluciones eficaces, que nos hagan sentir bien con nosotros y en nuestras relaciones.

### **Biodanza**

La Biodanza, de acuerdo con Zafra (1996) “es un sistema de integración afectiva, renovación orgánica y reaprendizaje de funciones originarias de vida, basados en vivencias inducidas por la danza, la música el canto y las situaciones de encuentro en grupo”. La música abarca toda la expresión viviente de sonidos natural y artificial, con las cualidades de ritmo, armonía, melodía y tono. El canto es una de las manifestaciones íntimas y profundas del individuo compromete todo su ser. Busca el re vinculación originaria con la especie como totalidad biológica a través de la actividad vivencial con uno mismo, con el otro y con el grupo humano. Llegándose a tener una conexión esencial con el grupo. Por otro lado, la renovación orgánica se encarga de generar el organismo mediante estados especiales provocados por los ejercicios de Biodanza que activan procesos de reparación celular y regulan las funciones biológicas.

Es una disciplina de movimiento amor, que reestablece en cada individuo la capacidad de contacto consigo mismo, con el universo y con el semejante. Es un camino de liberación de las múltiples formas de autoridad externas, es una técnica para reemplazar las tendencias de muerte por las tendencias de vida.

Biodanza es un método terapéutico que induce vivencias integradoras con música, canto y danza, es la técnica para aprender a avanzar en la vida y la gran danza cósmica. Es una disciplina cuyo objetivo es lograr el control interno a la creatividad personal a la libertad. (Moccio, 1989). El entrenamiento permite, progresivamente, reforzar la identidad personal y por otra parte alcanzar esperanza musical. La autorregulación en el proceso de identidad, trance dentro del grupo, libera al individuo de sus actitudes de dependencia, lo que permite asumir la dirección de su existencia sin estar sometido a una guía exterior.

Esta técnica puede aplicarse a personas de cualquier edad y condición, tanto a personas normales que sufren estrés de la civilización, ya los llamados neuróticos, psicóticos y

psicosomáticos. Con indicadores diferentes puede ser aplicado a niños, adultos y ancianos. Puede ser practicado por pacientes mentales y físicos.

Biodanza es, de acuerdo con Zafra (1996) “la capacidad de amor y cuidado que todos deberíamos poseer para brindar a los demás y que cada persona se transforme en un agente de salud”.

### **Tipos de Biodanza**

Cada ser humano nace con una información ancestral en su potencial genético. Los grandes caminos por los que esa memoria milenaria se expresa a lo largo de su «vida» son cinco: «vitalidad, creatividad, afectividad, sexualidad, trascendencia» (Toro R. , Biodanza y sus elementos, 2007).

El método por excelencia en Biodanza es la vivencia, el objetivo es la integración-expresión de los potenciales de nuestra verdadera identidad en sus tres dimensiones: microcosmos-individual, colectiva-grupal y en relación con el entorno-macrocosmos.

Para ello desarrolla y trabaja cinco líneas de vivencia:

- Vitalidad: autorregulación, actividad, reposo, movimiento, alegría y energía vital.
- Creatividad: expresión, juego, exploración y renovación existencial.
- Afectividad: protección, nutrición y Amor.
- Sexualidad: placer de vivir, disfrute, deseo, erotismo.
- Trascendencia: vinculación y armonía, conciencia ecológica. Percepción global del universo y vivencia de un *todo cósmico*.

### **Modelo teórico utilizado en Biodanza**

El modelo teórico utilizado en Biodanza es una imagen mental que se compara con la realidad, progresivamente se identifica de acuerdo con los datos que la realidad entrega. Permite descubrir aspectos que nunca se hubieran sido visibles sin él.

Actúan sobre factores que son imprescindibles a simple vista, el modelo teórico de Biodanza tiene un eje estable que parte el potencial genético. El potencial genético, de acuerdo con Toro & Terren (2009) debe expresarse sobre la trama de las cinco líneas de

vivencia. En Biodanza se trabaja con vivencias, con el aparato o emociones. La vitalidad es el ímpetu vital, de energía que el individuo tiene para enfrentar al mundo. El potencial de equilibrio, homeostasis, armonía biológica. Afectividad es el amor indiscriminado de los seres humanos, el útero afectivo que uno tiene para dar continente a los demás. La sexualidad es la capacidad de sentir deseo sexual y placentero.

### **El significado de la música en la Biodanza**

La metodología de la Biodanza se articula en la integración entre música, movimiento y vivencia. Estos tres elementos forman una Gestalt en sentido estricto; es decir, un “conjunto organizado” cuyos componentes son inseparables, porque la funcionalidad del conjunto requiere la participación simultánea de cada una de estas. Según Campbell es un sistema cuyas partes están dinámicamente conectadas de modo que la modificación de una parte produce un cambio en todas las otras. La coherencia de las relaciones entre estos tres elementos asegura la eficacia de la unidad metodológica constituida por estos.

Las vivencias de Biodanza tendrán resonancia y un grado de intensidad, diferentes para cada componente del grupo; no obstante, el modelo inductor apuntará siempre a una de las cinco líneas de vivencia en particular. De esta manera, una música unida a los gestos y a los movimientos corporales coherentes con ella producirá, en cada uno, vivencias afines, aun cuando sean de intensidades y matices diferentes, según el nivel de represión y de sensibilidad personal. La influencia recíproca entre música, movimiento y vivencia evidencia cuando se realiza un mismo ejercicio con músicas diferentes: el resultado es la aparición de vivencias distintas entre sí.

La naturaleza de la vivencia deriva de los significados emocionales de la música utilizada y de las categorías musicales que predominan en ella. Por ejemplo, una pieza musical en que predomina la armonía sobre el ritmo y sobre la melodía, predispone a vivencias de trascendencia, y una pieza en que predomina la melodía induce vivencia de afectividad. Por ello solo es posible lograr el objetivo de cada uno de los ejercicios de Biodanza mediante la utilización de la música adecuada es una estructura unitaria Gestalt en sentido estricto; un conjunto organizado, en que cada una de las partes es inseparable de la función de totalidad. En Biodanza la música como parte de la Gestalt es de vital importancia, su selección tiene un criterio estricto, riguroso orientado a obtener vivencias integradoras y específicas.



Toda la música debe formar unidad de sentido con el ejercicio y la vivencia que se desea inducir en la sesión de Biodanza. Música y movimiento Durante la práctica de la Biodanza, la música se hace movimiento corporal es decir se encarna. El sistema viviente humano se nutre de música, no se trata de bailar una música sino de ser música de hecho la armonía musical induce armonía biológica, la melodía sonora acompaña las melodías de todos lo que fluye dentro de nosotros, el ritmo visceral.

Biodanza se propone activar los movimientos humanos en forma armónica e integrada, no existe movimiento disociativo en esta disciplina contamos con un conjunto de ejercicios de integración sensorio- motora, afectivo- motora y de sensibilidad cenestésica, otro conjunto de ejercicios está formado por danzas sencillas que estimulan las vivencias de vitalidad, sexualidad, creatividad, afectividad y trascendencia (Campbell D. , 1993). Las personas que tratan de danzar una determinada música ajustado conscientemente sus movimientos a las secuencias sonoras, no consigue danzar jamás, es el momento en que el danzarín se abandona al placer cenestésico es cuando el movimiento y la música se fundan en una sola realidad, por eso la vivencia es atemporal, se tratan de vivir el aquí- ahora, a través de sensaciones corporales que induce la música.

### **Psicoterapia de Biodanza**

Alexander Lowen (2010), en su Libro La experiencia del placer, vivencias corporales, creatividad y bioenergética, habla de 6 técnicas de Biodanza:

- ✓ Técnica vital: el desbloqueo y eliminación de tensiones acumuladas, desarrolla las cualidades físicas básicas y destrezas motoras, desarrolla las actitudes psicológicas asociadas a los ejercicios de las capacidades psicomotrices, a los ejercicios integrativos. Nos aporta mayor energía y sensibilidad para afrontar las vicisitudes de la vida.
- ✓ Técnica creativa: desarrolla la creatividad, favorece la exploración, renueva la visión de la realidad. Contribuye a que seamos nosotros mismos y evita y soluciona los trastornos de falta de creatividad.
- ✓ Técnica masculino/femenino: desarrolla las actitudes masculinas a través de movimientos que favorecen: presencia, aplomo, guía, toma de decisiones aprovechamiento de las oportunidades enfoque, coraje, coordinación, valentía,

capacidad de arriesgar, expansión, ir más allá del propio límite, equilibrio, fuerza, velocidad, voluntad, concentración, determinación y protección.

- ✓ Potencia las actitudes femeninas de entrega, abandono, dejarse llevar, receptividad, gestión del cambio, desapego, amplitud de miras, vinculación, recogimiento, conexión, ternura, sensibilidad, sutileza, cuidarse y cuidar, integración, nutrición y coherencia. Estos aspectos contribuyen a:
  - Integrar las actitudes masculinas y femeninas a través del movimiento.
  - Contribuir a lograr los objetivos propuestos, armonizar el entorno y las relaciones laborales y personales
  - Eliminar el estrés
  - Desarrollar la capacidad de conquistar
  - Despertar el deseo de modo natural para conciliar la vida laboral con la vida personal
  - Evitar y solucionar los trastornos de la sexualidad
- ✓ Técnica afectiva: mejorar la autovaloración personal, la valoración de los demás y de los demás hacia uno. Desarrolla la comunicación y la vinculación con uno, con los demás y de los demás con uno. Favorece el reconocimiento y la admiración.  
Potencia sentimientos de amistad, solidaridad, cariño y amor. Reduce la capacidad de contraer enfermedades al mejorar el funcionamiento del sistema inmunológico, sistema endocrino, sistema nervioso, evita y soluciona los trastornos de la falta de afectividad.
- ✓ Técnica de la trascendencia: genera sentimientos de armonía y comunión consigo mismo y con los demás que nos rodean, permite conectar con nuestro verdadero ser, desarrolla la intuición nos vuelve más auténticos, nos permite llegar en óptimas condiciones a los demás.
- ✓ Técnica de la conciencia: permite que hagamos consciente lo inconsciente devolviendo información altamente valiosa para la propia transformación personal, permite averiguar la causa de lo que nos sucede en la vida, porque nos sucede y para que nos sucede, nos ayuda averiguar el modo en el que vemos la realidad, ofrece darse cuentas para acercarnos a conseguir los objetivos existenciales, ofrece dinámicas para transformar aspectos de la personalidad que nos impiden conseguir lo que queremos.

## **Personalidad según la Biodanza**

La personalidad se fortalece a través de la sabiduría y la unificación en la última etapa de la vida. Según Erikson el desarrollo de la personalidad ha sido recibido favorablemente por algunos psicólogos infantiles, debido a que sus conceptos son susceptibles de comprobación. Especifica tanto el desarrollo normal del ego como el anormal para cada etapa del crecimiento de la personalidad. Detalla fuerzas específicas del ego que pueden traducirse en procedimientos de medición. Hace bastante explícitos sus conceptos: es incuestionable de la confianza, es la primera tarea importante del ego, que la autonomía es la segunda, que la iniciativa es la tercera, y así sucesivamente.

La teoría de Erikson también ha sido recibida favorablemente debido a que abarca etapas más allá de la adolescencia y admite los determinantes sociales. Pero las etapas posteriores no están delineadas con claridad y escasamente son más que enunciadas. Por lo tanto, la teoría es incompleta. Además, las primeras etapas de Erikson guardan un paralelo cercano con las cuatro etapas propuestas por Freud, están sujetas a algunas de las críticas que se le han hecho a los conceptos freudianos, como el complejo de Edipo y la formación del súper ego (Dicaprio, 1996).

## **Tipo de paciente para realizar Biodanza**

Pueden participar todas las personas que lo deseen: niños, adultos y personas de la tercera edad, sin límites de sexo, género, edad, profesión, condición física o social. Uno de los propósitos de Biodanza, según Toro R. (1986) es favorecer la inclusión para romper con el paradigma de la Individualidad. Solo se necesita tener la intención de disfrutar y permitirse sentir a través del movimiento.

## **Biodanza aplicada en niños, adultos y ancianos**

La Biodanza para niñas y niños es una adaptación del sistema a las características de este colectivo (González, 1999):

Se puede realizar:

- Solo con niños/as.

- Adultos
- Ancianos

Algunos beneficios son:

- Se impulsan los potenciales humanos.
- Se sensibiliza en valores.
- Se desarrollan habilidades intrapersonales e interpersonales.
- Se facilita el equilibrio entre libertad y asunción de normas.
- Se mejora la capacidad para las tareas relaciones escolares.
- Se potencia la capacidad de atención.
- Se produce una reeducación afectiva.
- Se potencia la coordinación motora y la psicomotricidad fina.
- Se fortalece el sistema inmunológico y la salud en general.
- Se afina la sensibilidad musical.
- Favorece la relación con sus iguales.
- Favorece la relación con sus familiares y otras personas adultas.

Aspectos como la sutileza, la organización, el juego, la alegría, la vitalidad, la afectividad, el estímulo a la atención y el poder de observación presentes en los ejercicios influyen positivamente en el desempeño de los pequeños, incluso en sus actividades escolares, facilitando la comprensión de contenidos más complejos.

Las sesiones suelen ser más cortas, más lúdicas y menos colinérgicas que en la Biodanza con personas adultas. Está muy relacionada con el concepto de Educación Biocéntrica, un paradigma pedagógico que apuesta en sus objetivos por la conexión con la vida y en su metodología por la vivencia (González, 1999).

Las edades de cada actividad se indican en el evento correspondiente. No se necesita experiencia previa en Biodanza.

### **La efectividad Psicoterapéutica de la Biodanza en los pacientes con depresión**

Rolando Toro define como objetivo principal de la Biodanza: despertar esta ancestral conexión con la vida: consigo mismo, con el semejante y con las fuerzas vivas del universo (Integración).

La cualidad de la vida y la calidad de vida no proviene del éxito social y económico, sino de los vínculos profundos de conexión con la vida; así como el amor a la naturaleza, los juegos y el vínculo con los propios instintos son características del “hombre ecológico”: ser humano integrado a sí mismo, a las personas y al universo.

Esto se traduce en una profunda conexión con la vida, las personas normalmente pueden establecer una conexión altamente precisa con todas las manifestaciones de vida que les rodean, sin embargo, muchas personas han perdido, por un lento proceso de degradación instintiva: la capacidad de conexión con la vida, esta conexión se encuentra hoy especialmente atrofiada, así las personas con depresión se encuentran dentro de este proceso de degradación y podría postularse que la enfermedad es la incapacidad de establecer feedback con todo aquello que está vivo en el ambiente desenvolviéndonos en “una vacía y muerta relación mecánica”.

### **Biodanza aplicada al tratamiento de la depresión**

Rolando Toro en su módulo de Vitalidad la define desde el punto de vista existencial como: Tener fuertes motivaciones para vivir y poseer energía disponible para la acción conocido como ímpetu vital. Sentimientos de alegría interior, entusiasmo y plenitud existencial son características de una persona vital.

La vitalidad está vinculada al humor endógeno (estados de ánimo eufórico o depresivo). La cualidad de la vida y la calidad de vida no proviene del éxito social y económico, sino de los vínculos profundos de conexión con la vida; así como el amor a la naturaleza, los juegos y el vínculo con los propios instintos son características del “hombre ecológico”: ser humano integrado a sí mismo, a las personas y al universo. Esto se traduce en una profunda conexión con la vida, las personas normalmente pueden establecer una conexión altamente precisa con todas las manifestaciones de vida que les rodean, sin embargo, muchas personas han perdido, por un lento proceso de degradación instintiva: la capacidad de conexión con la vida, esta conexión se encuentra hoy especialmente atrofiada, así las personas con depresión se encuentran dentro de este proceso de degradación y podría postularse que la enfermedad es

la incapacidad de la devolución de señal con todo aquello que está vivo en el ambiente desenvolviéndonos en “una vacía y muerta relación mecánica”.

La acción de Biodanza agrega Rolando Toro, tiene como principal objetivo despertar esta ancestral conexión con la vida: consigo mismo, con el semejante y con las fuerzas vivas del universo que es conocido como la Integración (Toro R. , Biodanza, 1986).

## **CAPÍTULO II**

### **2. Técnicas e instrumentos**

#### **2.01 Enfoque y Modelo de investigación**

En la investigación se utilizó el modelo que comprende el enfoque cualitativo, bajo el diseño de investigación asociativo, debido a que al grupo participante se le hizo una prueba previa al tratamiento experimental, después se le administró el tratamiento, y finalmente se aplicó de nuevo una prueba posterior al tratamiento (reevaluación).

## **2.02 Técnicas**

### **Técnica de muestreo**

#### **Muestreo aleatorio**

Se utilizó el muestreo no aleatorio, debido a que el lugar donde se seleccionó la población nos brindó la disponibilidad de elegir una muestra representativa de 10 pacientes que cumplan con los siguientes criterios: pacientes afiliados al IGSS, pacientes evaluados con síntomas y signos de depresión, que estén dentro de las edades de 25 a 40 años, y que asistieron al programa de Hospital de Día, durante el año 2019.

#### **Técnica de recolección de datos**

- Observación: a través de la observación se obtuvo la información que sirvió para considerar a los pacientes que pudieron participar como muestra en el proceso de investigación. Esta guía fue aplicada por las investigadoras en el Centro de Atención Integral de Salud Mental CAIMS-IGSS, del 3 al 28 de junio, de 9:00 a 10:00 am.
  - Examen Mental: se recolecto los datos de las funciones mentales y psicológicas del paciente, se deriva de la observación y exploración ordenada y sistemática de los signos y síntomas (alteraciones psicopatológicas) presentes en un paciente en un momento determinado. El examen mental es un proceso descriptivo y no explicativo, esta fue aplicada por las investigadoras en el Centro de Atención Integral de Salud Mental CAIMS-IGSS, del 3 al 28 de junio, de 9:00 a 10:00 am.
- Prueba psicométrica: Con el Test de Depresión de Goldberg se evaluó los niveles de depresión, además constituye un instrumento de evaluación de la severidad y evolución de los síntomas depresivos. Esta prueba fue auto aplicada, en el Centro de Atención Integral de Salud Mental CAIMS-IGSS, del 3 al 28 de junio, de 9:00 a 10:00 am.

- Programa de intervención para el tratamiento de depresión: se ejecutó el programa de Biodanza que se llevó a cabo en Programa de Hospital de Día del Centro de Atención Integral de Salud Mental CAIMS-IGSS
- Reevaluación: al ejecutar el programa de Biodanza para el tratamiento de la Depresión, se volvió a evaluar a los participantes con el Test de la Depresión de Goldberg para comprobar la efectividad de dicho programa. Esta reevaluación fue aplicada por las investigadoras, en el Centro de Atención Integral de Salud Mental CAIMS-IGSS, del 3 al 28 de junio, de 11:00 a 12:00 am.

## Técnicas de análisis de datos

### Análisis relacional de Datos

Análisis relacional de datos: la idea fundamental es el uso de relaciones, debido a que se reevaluó a los mismos participantes sometidos al programa de Biodanza, se analizó los resultados del instrumento previo del tratamiento de la depresión con los resultados que se obtuvieron a raíz del programa ejecutado, con el fin de comparar y comprobar la eficacia de dicho Programa.

### 2.03 Instrumentos

- **Guía de observación**

Midió cierta información que fue útil para tomar en cuenta a los participantes de la muestra.

	<b>Preguntas</b>	<b>Criterios de Elaboración</b>	<b>Criterios de Evaluación</b>
1	¿Cuál es su estado de ánimo antes de practicar Biodanza?	Comportamiento	Triste
			Normal
			Irritable
			Animado
2	¿Se muestra interesado (a) cuando se intenta iniciar una conversación?	Comunicación	Si
			No
3	¿Cuál es la expresión facial que presenta?		Apática



		Emoción	Normal
			Alerta
4	¿Cómo es su mirada?	Expresión no verbal	Intranquila
			Desafiante
			Fija
			Evasiva
5	¿Se muestra interesada por sus aficiones?	Afecto	Si
			No
6	¿Cómo es su participación durante el programa de Biodanza?	Participación	Activo
			Pasivo
7	¿Cómo es su apariencia física?	Aspecto general	Mala
			Normal
			Buena
8	¿Cómo es su actitud y conducta?	Comportamiento	Accesible y franco
			Evasivo
			Simpático
9	¿Cómo es su nivel de actividad?	Actividad Motora	Hiperactivo
			Normal
			Reducción de la actividad
10	¿Cómo es su nivel de atención?	Memoria y concentración	Distractibilidad
			Normal
			Concentrado

○ **Examen Mental**

Fue la recolección de datos de las funciones mentales y psicológicas de los pacientes, derivado de la observación y exploración ordenada y sistemática de los signos y síntomas presentes en un momento determinado.

<b>FICHA TÉCNICA</b>	
<b>Nombre Original</b>	Guía Examen de la Salud Mental
<b>Autor</b>	Lourdes Ezpeleta
<b>Año</b>	1988
<b>Nombre Adaptado</b>	Examen Mental
<b>Descripción</b>	
<b>Tipo de Instrumento</b>	Cuestionario basado en la Observación

<b>Objetivos</b>	Establecer por qué determinado paciente, con determinados síntomas (principales quejas expresadas por el paciente y confirmadas por el médico) consulta en determinado momento (factores psicológicos, sociales, interpersonales, existenciales, somáticos).
<b>Población</b>	Pacientes de atención primaria o pacientes médico-quirúrgicos no ambulatorio.
<b>Numero de ITEMS</b>	12 ítems
<b>Descripción</b>	
<b>Aplicación</b>	El Examen mental se basa en la observación, con la finalidad de marcar el comportamiento de la persona en el entorno.
<b>Población</b>	Adultos
<b>Tiempo de Administración</b>	5 minutos
<b>Normas de Aplicación</b>	El evaluador marca en el examen mental lo observado como Aspecto general, Orientación, Comportamiento Auto agresivo, Actividad Motora, Pensamiento y Percepción, Modo de aceptación, Organización Estructural de la Comunicación Verbal, Comunicación, Afecto/Emoción, Memoria/Concentración y Conducta Alimenticia.
<b>Momentos de Aplicación.</b>	Antes, después de las Terapias

- **Test de Depresión de Goldberg**

Es una escala que evidencio si los pacientes presentaron o no síntomas de depresión, se utilizó para medir sus progresos, en caso de seguir un tratamiento terapéutico como de terapia alternativa de Biodanza.

<b>FICHA TÉCNICA</b>
----------------------

<b>Nombre Original</b>	General Health Questionnaire (GHQ)
<b>Autor</b>	David Goldberg
<b>Año</b>	1988
<b>Nombre Adaptado</b>	Escala de Ansiedad y Depresión de Goldberg
<b>Adaptación Española</b>	Lobo y Gimeno Aznar
<b>Descripción</b>	
<b>Tipo de Instrumento</b>	Cuestionario auto administrado
<b>Objetivos</b>	Evalúa el estado de salud general de la persona en dos tipos de fenómenos: la incapacidad para seguir llevando a cabo las funciones saludables normales y la aparición de nuevos fenómenos y malestares psíquicos (distressing). Su objetivo no es realizar un diagnóstico, pero si detectar trastornos psicológicos en ambientes no psiquiátricos.
<b>Población</b>	Pacientes de atención primaria o pacientes médico-quirúrgicos no ambulatorio.
<b>Numero de ITEMS</b>	18 ítems; 9 de ansiedad y 9 de depresión
<b>Descripción</b>	
<b>Aplicación</b>	El Cuestionario de Goldberg, o E.A.D.G. en la versión española (Escala de Ansiedad y Depresión de Goldberg), fue desarrollado por este autor en 1988 con la finalidad de lograr una entrevista de corta duración para ser utilizada por médicos no psiquiatras como instrumento de cribado.
<b>Población</b>	Adultos
<b>Tiempo de Administración</b>	5 o 10 minutos
<b>Normas de Aplicación</b>	El sujeto contesta según las instrucciones que le brinda el evaluador.

<b>Corrección e Interpretación</b>	Sub escala de Ansiedad: 4 o más respuestas afirmativas.
	Sub escala de Depresión: 2 o más respuestas afirmativas.
<b>Momentos de Aplicación.</b>	Screening

#### **2.04 Operacionalización de objetivos, categorías / variables**

<b>Objetivos Específicos</b>	<b>Definición Conceptual Categorías/Variables</b>	<b>Definición Operacional Indicadores</b>	<b>Técnicas/Instrumentos</b>
<p>Se determinó los niveles de depresión en la población que participó en el estudio.</p> <p>Se aportó conocimientos Psicoterapéuticos de la Biodanza en el tratamiento de pacientes con depresión.</p> <p>Se determinó la efectividad de un programa Psicoterapéutico de Biodanza en el tratamiento de pacientes con depresión.</p>	<p><b>Depresión:</b> Enfermedad grave y común que no afecta física y mentalmente en nuestro modo de sentir y de pensar. Puede causar ansiedad, pérdida del sueño, del apetito, y falta de interés o placer en realizar diferentes actividades.</p> <p><b>Biodanza:</b> Es un sistema de integración humana, reeducación afectiva y reaprendizaje de las funciones originarias de vida.</p> <p><b>Psicoterapia:</b> Es un espacio que se construye por un</p>	<p><b>Observación</b> Comportamiento comunicación Emoción Afecto Aspecto general Memoria y Concentración</p> <p><b>Examen Mental</b> Aspecto Personal Estado de Animo Actitud Lenguaje Memoria Actividad Motora</p>	<p>Guía de observación a pacientes depresivos.</p> <p>Hoja de Examen Mental</p> <p>Test de depresión de Goldberg</p>

	<p>terapeuta y un paciente, un espacio con determinadas herramientas, de evaluación, de análisis, de comprensión, de intervención, y que es puesto al servicio de una persona que requiere ayuda; un espacio que se conecta con los esfuerzos de una persona, una pareja o de una familia, para atender una situación que se ha salido de control.</p>	<p><b>Pruebas Psicométricas</b></p> <p>Test de Depresión de Goldberg</p>	
--	--	--	--

## **CAPÍTULO III**

### **3. Presentación, interpretación y análisis de casos**

#### **3.01 Características del lugar y de la muestra**

##### **✓ Características del lugar**

Centro de Atención Integral de Salud Mental CAIMS-IGSS, está situado en la 14 Ave, y 4ta Calle zona 12 Colinas de Pamplona. La salud mental es parte de la salud integral, el IGSS a través del Centro de Atención Integral de Salud Mental hace suyo el compromiso de desarrollo y ejecuta programas fundamentados en principios y valores institucionales, tendientes a favorecer el bienestar de la población asistida, el Programa de Hospital de Día, es uno de los servicios que presta, en cual funciona durante todo el año de lunes a viernes de 8 A.M a 12 P.M, el equipo multidisciplinario está compuesto por: psiquiatras, médicos residentes, psicólogos, trabajadoras sociales, terapeutas ocupacionales, personal de enfermería, personal administrativo, personal de apoyo.

El programa de Hospital de Día es un servicio que presta la Unidad de Psiquiatría del IGSS. Está diseñado para brindarle tratamiento intensivo al paciente durante el cual se integrará a una comunidad de apoyo que le servirá de sustento para resolver el o los

problemas críticos emocionales que le están afectando. Para obtener este beneficio se requiere asistir diariamente y estar suspenso de labores. Los pacientes que asisten a este programa deberán cumplir el horario establecido.

#### ✓ **Características de la muestra**

En el Centro de Atención Integral de Salud Mental CAIMS-IGSS se atienden en el Programa de Hospital de Día aproximadamente 25 pacientes durante el periodo de dos meses. La muestra seleccionada fue de 10 pacientes, comprendidos entre las edades de 25 a 40 años donde se toma en cuenta que 7 participantes son de sexo femenino y 3 participantes de sexo masculino.

Según estudio titulado: niveles socioeconómicos en Guatemala presenta las condiciones socioeconómicas dividido en siete grupos: A, B (Nivel Alto); C1, C2, C3 (Nivel Medio); D1 y D2 (Nivel Bajo).

Los participantes que se presentaron al programa Hospital de Día están ubicados en el grupo de personas del Nivel Bajo (D1 y D2) con un ingreso mensual promedio de Q3, 200.00 a Q7, 200.00 mensualmente.

De las 7 participantes de sexo femenino, 4 de ellas, estudiaron el ciclo de educación diversificado y 3 de ciclo universitario. Asimismo 3 participantes de sexo masculino, 2 estudiaron el ciclo de educación diversificado y 1 de ciclo universitario.

Los pacientes refieren su condición familiar siendo esta; de las 7 participantes de sexo femenino, 4 son casadas y 3 solteras. Además de 3 participantes de sexo masculino, 2 son casados y 1 es soltero.

Según los participantes de la muestra refieren que representan la cultura ladina, predominando el idioma español y con una creencia religiosa cristiana evangélica, católica, mormona y ateos.

### **3.02 Presentación y análisis de casos**

#### **Presentación de resultados de Evaluación, Guía de Observación, Examen Mental, Pre evaluación y Post evaluación de los niveles de depresión, Test de depresión de Goldberg**

##### **Caso 1**



### **Datos generales:**

**Paciente:** G.A.M

**Ocupación:** enfermera

**Edad Cronológica:** 31

**Estado Civil:** soltera

**Sexo:** femenino

**Fecha de Evaluación:** 3 de junio de 2019

- **Interpretación de Guía de Observación**

La paciente G.A.M en el estado de ánimo antes de practicar Biodanza se encuentra triste; no se encuentra interesada al iniciar una conversación; muestra una expresión facial apática; su mirada es evasiva; no se muestra interesada por sus aflicciones; la participación durante el programa es pasiva; su apariencia física es mala; actitud y conducta es evasiva; presenta reducción de la actividad y su nivel de atención es normal.

Los criterios de elaboración más afectados estuvieron relacionados con el comportamiento, comunicación, emoción, expresión verbal, afecto, participación, aspecto general y actividad motora.

- **Interpretación de Examen Mental**

La paciente G.A.M en aspectos personales se observa color de tez intermedio, color de cabello castaño, tipo de cabello lacio, color de ojos marrón, complejión física mediana, estatura aproximadamente de 1 a 1.30 metros, etnia ladina, presenta cicatrices visuales y no tiene tatuajes visibles.

En aspecto general, actitud y forma de ser se observa desconfiada, evasiva, indecisa, higiene adecuada y poca comunicación en el grupo. En el aspecto de estado de ánimo y emoción prevalente se observa deprimida, triste, decaída y plana. En el aspecto de inteligencia es introspección (insight). En aspecto de actividad motora se observa disminuida; aspecto de asociación y flujo de ideas: características del lenguaje con necesidad de aprobación, contacto ocular y circunstancial; aspecto sensorium está orientada en persona, tiempo y lugar; aspecto de estado de conciencia se observa confusa, aspecto de memoria es reciente; presenta síntomas especiales como pérdida de apetito y peso, se siente cansada, falta de interés en las actividades, prefiere no levantarse para presentarse en el programa,

sensaciones como no ser querida, y desvalidez; en el aspecto de actitud durante la sesión manifiesta ansiedad.

- **Interpretación Pre evaluación Test de depresión de Goldberg**

La paciente G.A.M según criterios de evaluación del test se observa los items con mayor gravedad: hacer cosas con lentitud, mirar su futuro con poca esperanza, mantener la concentración en la lectura, no sentir placer ni alegría ante lo que realiza, encontrar dificultad en toma de decisiones, perder interés en aspectos de mi vida que antes solían ser importantes para la persona, culpable de ser castigada, el fallar en todo lo que se proponen, se siente fatigada y sin vida, perder o ganar peso, el sentirse atrapado o cautivo, el sentirse deprimida aun cuando sucedan cosas agradables; tomando en cuenta los ítems mencionados anteriormente nos evidencia según el test de depresión de Goldberg que presenta síntomas de depresión grave.

- **Interpretación Post evaluación Test de depresión de Goldberg**

La paciente G.A.M según criterios de evaluación del test se observa los items con menor evidencia siendo esta leve: no hacen las cosas con lentitud, ve su futuro con esperanza, empieza a tener concentración en la lectura, no encuentra dificultad en tomar decisiones, tienen interés en aspectos de su vida que antes solían ser importantes para ellos, no se siente triste ni abatido, no se encuentra agitado ni en constante movimiento, no siente fatiga, ya no siente culpa, tiene sus hábitos de sueño normal y peso normal; tomando en cuenta los ítems mencionados anteriormente nos evidencia según el test de depresión de Goldberg que existe una disminución en los síntomas en donde se evidencia mayor prevalencia en la Pre evaluación que se presentaron en la anterior, por lo tanto el paciente se diagnostica con depresión leve.

- **Análisis de caso 1:**

La paciente durante el proceso inicial (pre evaluación) de Biodanza fue diagnosticado con un nivel de depresión grave manifestándolo en la guía de observación y el examen mental. El comportamiento, la comunicación, emoción, expresión verbal, afecto, participación, aspecto general y actividad motora fueron los criterios más afectados que se observaron en el paciente. Durante las intervenciones se adecuó actividades para mejorar los

criterios mencionados anteriormente. Al finalizar el proceso y la cantidad de sesiones el paciente fue evaluado nuevamente (post evaluación) y los resultados del proceso son satisfactorios en la disminución de los síntomas que presentaba en el proceso inicial. El paciente ahora es diagnosticado con un nivel de depresión leve.

## **Caso 2**

### **Datos generales:**

**Paciente:** M.P

**Ocupación:** maestra

**Edad Cronológica:** 30

**Estado Civil:** casada

**Sexo:** femenino

**Fecha de Evaluación:** 3 de junio de 2019

- **Interpretación de Guía de Observación**

La paciente M.P su estado de ánimo antes de practicar Biodanza se encontraba Normal; se encuentra interesada cuando se intenta iniciar una conversación; muestra una expresión facial normal; su mirada es intranquila; no se muestra interesada por sus aflicciones; la participación durante el programa es pasiva; su apariencia física es mala; actitud y conducta es accesible y franca; presenta hiperactividad en el nivel de su actividad y distractibilidad en su nivel de atención.

Los criterios de evaluación más afectados se relacionan con la expresión no verbal, afecto, participación, aspecto general, actividad motora, memoria y concentración.

- **Interpretación de Examen Mental**

La paciente M.P en aspecto personales se observó color de tez clara, color de cabello rubio, tipo de cabello lacio, color de ojos negro, compleción física pequeña, estatura aproximadamente de 1 a 1.30 metros, etnia ladina, no presenta cicatrices visuales ni tatuajes visibles.

En aspecto general, actitud y forma de ser se observa desconfiada, desafiante, ansiosa evasiva, indecisa; el arreglo personal es adecuado a su edad, higiene adecuada y poca comunicación en el grupo; el aspecto de estado de ánimo y emoción prevalente se observa deprimida, triste, decaída, apática y restringida; el aspecto de inteligencia son pensamientos concretos y abstractos/introspección (insight); el aspecto de actividad motora se observa disminuida y rituales/compulsiones; aspecto de asociación y flujo de ideas: características del lenguaje con necesidad de aprobación, fuga de ideas, oposicionismo y lenguaje coherente; aspecto sensorium está orientada en persona, tiempo y lugar; aspecto de estado de conciencia se observa confusa, aspecto de memoria es remota y habilidad para comprender y responder preguntas; presenta síntomas especiales de pérdida de apetito y peso, dificultad de conciliar el sueño, se siente cansada, falta de interés en las actividades, prefiere no levantarse para presentarse en el programa, sensación de angustia, irritabilidad, sentirse no querida, sentimiento de desesperanza y des validez; en el aspecto de actitud durante la sesión manifiesta ansiedad y se presenta en tercera persona.

- **Interpretación Pre evaluación Test de depresión de Goldberg**

La paciente M.P según criterios de evaluación del test se observa que los Ítems con mayor gravedad son los siguientes: en ocasiones suele hacer cosas con lentitud, de forma moderada mantiene la concentración en la lectura, en ocasiones no siente placer ni alegría ante lo que realiza, de forma moderada pierde interés en aspectos de vida que antes solía ser importantes para la persona, de forma moderada se siente triste, abatido e infeliz. En ocasiones se siente agitada y en constante movimiento, de forma moderada se siente fatigada y sin vida, culpable y que debe ser castigada, en ocasiones se siente con sueño y pensamientos de cómo acabar su vida y de forma moderada se siente deprimida y aumento o pérdida de peso; tomando en cuenta los ítems mencionados anteriormente nos evidencia según el test de depresión de Goldberg que presenta síntomas de depresión moderada.

- **Interpretación Post evaluación Test de depresión de Goldberg**

La paciente M.P según criterios de evaluación del test se observa los Ítems con mayor evidencia de disminución: no hacen las cosas con lentitud, ven su futuro con esperanza, no encuentra dificultad en tomar decisiones, empieza a tener placer y alegría en su vida, en ocasiones encuentra dificultad en tomar decisiones, y pierde interés en aspectos de su vida

que antes solían ser importantes para ella, no se siente triste ni abatida, no se encuentra agitada ni en constante movimiento, no se siente fatigada, en ocasiones le cuesta un gran esfuerzo incluso hacer las cosas más simples, ya no siente culpa, presenta cambios en sus hábitos de sueño, peso normal y ya no se siente deprimida a pesar que le suceden situaciones desagradables; tomando en cuenta los ítems mencionados anteriormente nos evidencia según el test de depresión de Goldberg que existe una disminución en los síntomas en donde se evidencia mayor prevalencia en la Pre evaluación, por lo tanto el paciente se diagnostica con depresión leve.

- **Análisis de caso 2:**

La paciente durante el proceso inicial (pre evaluación) de Biodanza fue diagnosticado con un nivel de Depresión Grave manifestándolo en la guía de observación y el examen mental. La expresión no verbal, afecto, participación, aspecto general, actividad motora, memoria y concentración fueron los criterios más afectados que se observaron en el paciente. Durante las intervenciones se adecuó actividades para mejorar los criterios mencionados anteriormente. Al finalizar el proceso y la cantidad de sesiones el paciente fue evaluado nuevamente (post evaluación) y los resultados del proceso son satisfactorios en la disminución de los síntomas iniciales. La paciente ahora es diagnosticada con un nivel de depresión leve.

### **Caso 3**

#### **Datos generales:**

**Paciente:** W.Y.P

**Ocupación:** abogada

**Edad Cronológica:** 33

**Estado Civil:** casada

**Sexo:** femenino

**Fecha de Evaluación:** 3 de junio de 2019

- **Interpretación de Guía de Observación**

La paciente W.Y.P su estado de ánimo antes de practicar Biodanza se encontraba Normal; no se encontraba interesada al iniciar una conversación; muestra una expresión facial normal; su mirada es intranquila; no se muestra interesada por sus aflicciones; la participación durante

el programa es pasiva; su apariencia física es mala; actitud y conducta es evasiva; presenta nivel de su actividad y atención es normal.

Los criterios de evaluación más afectados estuvieron relacionados con la comunicación, expresión no verbal, afecto, participación, aspecto general, comportamiento, actividad motora y memoria/concentración.

- **Interpretación de Examen Mental**

La paciente W.Y.P en aspectos personales se observó color de tez intermedia, color de cabello castaño, tipo de cabello liso, color de ojos marrón, complexión física grande, estatura aproximadamente de 1.31 a 1.60 metros, etnia ladina, no presenta cicatrices visuales ni tatuajes visibles.

En aspecto general, actitud y forma de ser se observa desconfiada, evasiva, indecisa y poca comunicación en el grupo; en el aspecto de estado de ánimo y emoción prevalente se observa deprimida, decaída, e inapropiada; en el aspecto de inteligencia es introspección (insight); en aspecto de actividad motora se observa disminuida y hace muecas; aspecto de asociación y flujo de ideas: características del lenguaje con necesidad de aprobación, expresión no verbal y lenguaje coherente; aspecto sensorium está orientada en persona, tiempo y lugar; aspecto de estado de conciencia se observa confusa y somnolienta; aspecto de memoria es remota y habilidad para comprender y responder preguntas; presenta síntomas especiales de pérdida de apetito, disminución de la libido, se siente cansada, falta de interés en las actividades, sensación de no ser querida y de desesperanza.

- **Interpretación Pre evaluación Test de depresión de Goldberg**

La paciente W.Y.P según criterios de evaluación del test se observa que los ítems con mayor gravedad son los siguientes: ver el futuro con pocas esperanzas, no siente placer ni alegría ante lo que realiza, encuentra dificultad en tomar decisiones, la pérdida de interés en aspectos de vida que antes solía ser importantes para la persona, se siente agitada, fatigada, culpable y que debe ser castigada, le cuesta hacer las cosas incluso cuando son simples, han cambiado sus hábitos de sueño, tiene pensamientos acerca de cómo acabar con su vida, se

siente cautiva, se siente muy deprimida y baja o sube de peso. Tomando en cuenta los ítems mencionados anteriormente nos evidencia según el test de depresión de Goldberg que presenta síntomas de depresión grave.

- **Interpretación Post evaluación Test de depresión de Goldberg**

La paciente W.Y.P según criterios de evaluación del test se evidencia con disminución en los siguientes ítems: ya no hace las cosas con lentitud, ve su futuro con esperanza, presenta mayor concentración en la lectura, no se le dificulta hacer las cosas simples, se siente motivada, ya no siente culpa, en ocasiones presenta cambios en sus hábitos de sueño, peso normal y ya no se siente deprimida a pesar que le suceden situaciones desagradables; tomando en cuenta los ítems mencionados anteriormente nos evidencia según el test de depresión de Goldberg que existe una disminución, por lo tanto el paciente se diagnostica con depresión leve.

- **Análisis de caso 3:**

La paciente durante el proceso inicial (pre evaluación) de Biodanza fue diagnosticado con un nivel de Depresión Grave manifestándolo en la guía de observación y el examen mental. La comunicación, expresión no verbal, afecto, participación, aspecto general, comportamiento, actividad motora y memoria/concentración fueron los criterios más afectados que se observaron en el paciente. Durante las intervenciones se adecuó actividades para mejorar los criterios mencionados anteriormente. Al finalizar el proceso y la cantidad de sesiones el paciente fue evaluado nuevamente (post evaluación) y los resultados del proceso son satisfactorios en la disminución de los síntomas que presentaba en el proceso inicial. El paciente ahora es diagnosticado con un nivel de depresión leve.

#### **Caso 4**

**Datos generales:**

**Paciente:** J.F.S

**Ocupación:** publicista

**Edad Cronológica:** 40

**Estado Civil:** casado

**Sexo:** masculino

**Fecha de Evaluación:** 3 de junio de 2019

- **Interpretación de Guía de Observación**

El paciente J.F.S su estado de ánimo antes de practicar Biodanza se encontraba triste; no se encontraba interesado al intenta iniciar una conversación; muestra una expresión facial normal; su mirada es intranquila y desafiante; no se muestra interesado por sus aflicciones; la participación durante el programa es pasiva; su apariencia física es mala; actitud y conducta es evasiva; presenta reducción en su actividad y atención.

Los criterios de evaluación más afectados estuvieron relacionados con el comportamiento, la comunicación, expresión no verbal, afecto, participación, aspecto general, actividad motora y memoria/concentración.

- **Interpretación de Examen Mental**

El paciente J.F.S en aspectos personales se observó color de tez intermedio, color de cabello negro, tipo de cabello crespo, color de ojos negro, complexión física grande, estatura aproximadamente de 1.61 metros o más, etnia ladina, no presenta cicatrices visuales ni tatuajes visibles.

En aspecto general, actitud y forma de ser se observa retraído, desconfiado, desafiante, evasivo, ansioso y poca comunicación en el grupo; en el aspecto de estado de ánimo y emoción eufórico, decaído, apático y plano; en el aspecto de inteligencia son pensamiento concreto y abstracto; en aspecto de actividad motora se observa disminuida y tics motores o vocales; aspecto de asociación y flujo de ideas en características del lenguaje incoherente, con necesidad de aprobación, contacto ocular y expresión no verbal; aspecto sensorium está orientado en persona, tiempo y lugar; aspecto de estado de conciencia se observa confuso y somnoliento; aspecto de memoria y funcionamiento intelectual. Presenta síntomas especiales de pérdida de apetito, pérdida de peso dificultad de conciliar el sueño, falta de interés en las actividades, sensación de angustia de no ser querido y de desesperanza.



- **Interpretación Pre evaluación Test de depresión de Goldberg**

El paciente J.F.S según criterios de evaluación del test se observa que los Ítems con mayor gravedad son los siguientes: hacer las cosas con lentitud, ver el futuro con pocas esperanzas, mantener la concentración en la lectura, no siente placer ni alegría ante lo que realiza, encuentra dificultad en tomar decisiones, la pérdida de interés en aspectos de vida que antes solía ser importantes para la persona, tristeza, abatido o infeliz, le cuesta hacer las cosas incluso cuando son simples, culpabilidad, siente falla ante lo que realiza, se siente sin vida, cambio en los hábitos de sueño, se siente cautivo y deprimido, baja o sube de peso. Tomando en cuenta los ítems mencionados anteriormente nos evidencia según el test de depresión de Goldberg que presenta síntomas de depresión grave.

- **Interpretación Post evaluación Test de depresión de Goldberg**

El paciente J.F.S según criterios de evaluación del test se evidencia con disminución en los siguientes ítems: ya no hace las cosas con lentitud, placer y alegría ante lo que hace, no encuentra dificultad al tomar decisiones, no se siente triste si abatido, no presenta agitación ni fatiga, se encuentra más motivado, ve su futuro con esperanza, presenta mayor concentración en la lectura, no se le dificulta hacer las cosas simples, ya no siente culpa, en ocasiones presenta cambios en sus hábitos de sueño, peso normal y ya no se siente deprimido a pesar que le suceden situaciones desagradables; tomando en cuenta los ítems mencionados anteriormente nos evidencia según el test de depresión de Goldberg que existe una disminución en los aspectos mencionados en la pre evaluación, por lo tanto el paciente se diagnostica con depresión leve.

- **Análisis de caso 4:**

El paciente durante el proceso inicial (pre evaluación) de Biodanza fue diagnosticado con un nivel de Depresión Grave manifestándolo en la guía de observación y el examen mental. El comportamiento, la comunicación, expresión no verbal, afecto, participación, aspecto general, actividad motora y memoria/concentración fueron los criterios más afectados que se observaron en el paciente. Durante las intervenciones se adecuó actividades para mejorar los criterios mencionados anteriormente. Al finalizar el proceso y la cantidad de sesiones el paciente fue evaluado nuevamente (post evaluación) y los resultados del proceso son

satisfactorios en la disminución de los síntomas que presentaba en el proceso inicial. El paciente ahora es diagnosticado con un nivel de depresión leve.

## Caso 5

### **Datos generales:**

**Paciente:** L.O.S

**Ocupación:** recepcionista

**Edad Cronológica:** 25

**Estado Civil:** soltera

**Sexo:** femenina

**Fecha de Evaluación:** 3 de junio de 2019

### • **Interpretación de Guía de Observación**

La paciente L.O.S su estado de ánimo antes de practicar Biodanza se encontraba animada; se encontraba interesada al iniciar una conversación; muestra una expresión facial normal; su mirada es evasiva; no se muestra interesada por sus aflicciones; la participación durante el programa es activa; su apariencia física es normal; actitud y conducta es accesible y franca; su nivel de actividad normal y su nivel de atención es concentrada.

Los criterios de evaluación más afectados estuvieron relacionados con la expresión no verbal y comportamiento.

### • **Interpretación de Examen Mental**

La paciente L.O.S en aspectos personales se observa color de tez intermedio, color de cabello castaño, tipo de cabello liso, color de ojos marrón, complejión física pequeña, estatura aproximadamente de 1.31 a 1.60 metros, etnia ladina, presenta cicatrices visuales y no tiene tatuajes visibles.

En aspecto general, actitud y forma de ser se observa desconfiada y accesible. En el aspecto de estado de ánimo triste y apática; en el aspecto de inteligencia con pensamiento concreto y abstracto; en aspecto de actividad motora se observa rituales/compulsiones; aspecto de asociación y flujo de ideas: características del lenguaje coherente y contacto ocular; aspecto sensorium está orientado en persona, tiempo y lugar; aspecto de estado de conciencia se observa confusa; aspecto de memoria con funcionamiento intelectual. Presenta

síntomas especiales con dificultad de conciliar el sueño, sensación de angustia y de desesperanza.

- **Interpretación Pre evaluación Test de depresión de Goldberg**

La paciente J.F.S según criterios de evaluación del test se observa que los ítems con mayor gravedad son los siguientes: ver el futuro con pocas esperanzas, mantener la concentración en la lectura, no siente placer ni alegría ante lo que realiza, encuentra dificultad en tomar decisiones, la pérdida de interés en aspectos de vida que antes solía ser importantes para la persona, tristeza, abatida o infeliz, se siente agitada y en constante movimiento, se siente fatigada, le cuesta hacer las cosas incluso cuando son simples, culpabilidad, siente que falla ante lo que realiza, se siente sin vida, cambio en los hábitos de sueño, pensamientos acerca de cómo acabar con su vida, se siente cautiva, deprimida y baja o sube de peso. Tomando en cuenta los ítems mencionados anteriormente nos evidencia según el test de depresión de Goldberg que presenta síntomas de depresión moderada.

- **Interpretación Post evaluación Test de depresión de Goldberg**

La paciente L.O.S según criterios de evaluación del test se evidencia con disminución en los siguientes ítems: ya no hace las cosas con lentitud, esperanza en su futuro, placer y alegría ante lo que hacer, no encuentra dificultad al tomar decisiones, interés en aspectos de la vida, no se siente triste ni abatida, no presenta agitación, no siente fatiga, se encuentra más motivada, ya no siente culpa, en ocasiones presenta cambios en sus hábitos de sueño, peso normal y ya no se siente deprimida a pesar que le suceden situaciones desagradables; tomando en cuenta los ítems mencionados anteriormente nos evidencia según el test de depresión de Goldberg que existe una disminución en los ítems mencionados en la pre evaluación, por lo tanto el paciente se diagnostica con depresión leve.

- **Análisis de caso 5:**

La paciente durante el proceso inicial (pre evaluación) de Biodanza fue diagnosticado con un nivel de Depresión Moderada manifestándolo en la guía de observación y el examen mental. La expresión no verbal y comportamiento fueron los criterios más afectados que se

observaron en el paciente. Durante las intervenciones se adecuó actividades para mejorar los criterios mencionados anteriormente. Al finalizar el proceso y la cantidad de sesiones el paciente fue evaluado nuevamente (post evaluación) y los resultados del proceso son satisfactorios en la disminución de los síntomas que presentaba en la proceso inicial. El paciente ahora es diagnosticado con un nivel de depresión leve.

## **Caso 6**

### **Datos generales:**

**Paciente:** J.G

**Ocupación:** maestra

**Edad Cronológica:** 33

**Estado Civil:** casada

**Sexo:** femenina

**Fecha de Evaluación:** 3 de junio de 2019

- **Interpretación de Guía de Observación**

La paciente J.G su estado de ánimo antes de practicar Biodanza se encontraba normal; interesada al intentar iniciar una conversación; muestra una expresión facial normal; su mirada desafiante; no se muestra interesada por sus aflicciones; la participación durante el programa es pasiva; su apariencia física es mala; actitud y conducta es evasivo; su nivel de actividad normal y su nivel de atención es normal.

Los criterios de evaluación más afectados estuvieron relacionados con la expresión no verbal, participación, aspecto general y comportamiento.

- **Interpretación de Examen Mental**

La paciente J.G en aspectos personales se observó color de tez intermedio, color de cabello rubio, tipo de cabello lacio, color de ojos negro, compleción física mediana, estatura aproximadamente de 1 a 1.30 metros, etnia ladina, no presenta cicatrices visuales y no tiene tatuajes visibles.

En aspecto general, actitud y forma de ser se observa desconfiado, poca comunicación, ansiosa, evasiva. En el aspecto de estado de ánimo y emoción se observa deprimido, triste,

decaído. En el aspecto de inteligencia de juicio. En aspecto de actividad motora se observa aumentada. Aspecto de asociación y flujo de ideas: características del lenguaje incoherente, fuga de ideas y oposicionismo. Aspecto sensorium está orientado en persona, tiempo y lugar. Aspecto de estado de conciencia se observa confuso y alterado. Aspecto de memoria reciente y habilidad para comprender y responder preguntas. Presenta síntomas especiales con pérdida de peso, disminución de la libido, se siente cansado, sensación de irritabilidad, de no ser querida y de desesperanza. Actitud durante la sesión con manifestación de ansiedad y se presenta en tercera persona.

- **Interpretación Pre evaluación Test de depresión de Goldberg**

La paciente J.G según criterios de evaluación del test se observa que los ítems con mayor gravedad son los siguientes: hacer las cosas con lentitud, ver el futuro con pocas esperanzas, mantener la concentración en la lectura, sentir tristeza, agitación, fatiga, fallar en cualquier circunstancia, sentirse sin vida, cambios en los hábitos de sueño, pensamientos acerca de cómo acabar con su vida, sentirse cautiva, perdida o ganancia de peso. Tomando en cuenta los ítems mencionados anteriormente nos evidencia según el test de depresión de Goldberg presenta síntomas de depresión grave.

- **Interpretación Post evaluación Test de depresión de Goldberg**

La paciente J.G según criterios de evaluación del test se evidencia con disminución en los siguientes ítems: ya no hace las cosas con lentitud, esperanza en su futuro, placer y alegría ante lo que hace, no encuentra dificultad al tomar decisiones, interés en aspectos de la vida, no se siente triste ni abatido, no presenta agitación, no siente fatiga, se encuentra más motivada, ya no siente culpa, en ocasiones presenta cambios en sus hábitos de sueño, peso normal y ya no se siente deprimida a pesar que le suceden situaciones desagradables; tomando en cuenta los ítems mencionados anteriormente nos evidencia según el test de depresión de Goldberg que existe una disminución en los ítems de la pre evaluación, por lo tanto el paciente se diagnostica con depresión leve.

- **Análisis de caso 6:**

La paciente durante el proceso inicial (pre evaluación) de Biodanza fue diagnosticado con un nivel de Depresión Grave manifestándolo en la guía de observación y el examen mental. La expresión no verbal, participación, aspecto general y comportamiento fueron los criterios más afectados que se observaron en el paciente. Durante las intervenciones se adecuó actividades para mejorar los criterios mencionados anteriormente. Al finalizar el proceso y la cantidad de sesiones el paciente fue evaluado nuevamente (post evaluación) y los resultados del proceso son satisfactorios en la disminución de los síntomas que presentaba en el proceso inicial. La paciente ahora es diagnosticada con un nivel de depresión leve.

### **Caso 7**

#### **Datos generales:**

**Paciente:** R.T

**Ocupación:** empresario

**Edad Cronológica:** 35

**Estado Civil:** soltero

**Sexo:** masculino

**Fecha de Evaluación:** 3 de junio de 2019

- **Interpretación de Guía de Observación**

El paciente R.T su estado de ánimo antes de practicar Biodanza se encontraba triste; interesado al intentar iniciar una conversación; muestra una expresión facial normal; su mirada es fija; no se muestra interesado por sus aflicciones; la participación durante el programa es activa; su apariencia física es buena; actitud y conducta es evasiva; su nivel de actividad es normal y atención.

Los criterios de evaluación más afectados estuvieron relacionados con el comportamiento, la comunicación, expresión no verbal, afecto, memoria/concentración.

- **Interpretación de Examen Mental**

El paciente R.T en aspectos personales se observó color de tez clara, color de cabello castaño, tipo de cabello lacio, color de ojos marrón, compleción física mediana, estatura aproximadamente de 1 a 1.30 metros, etnia ladina, no presenta cicatrices visuales y tiene tatuajes visibles.

En aspecto general, actitud y forma de ser se observa retraído, desconfiado, ansioso, evasivo, higiene adecuada y poca comunicación en el grupo; en el aspecto de estado de ánimo y emoción decaído, inapropiado y plano; en el aspecto de inteligencia con pensamiento

concreto y abstracto; en aspecto de actividad motora se observa disminuida y rituales/compulsiones; aspecto de asociación y flujo de ideas: características del lenguaje coherente, con necesidad de aprobación y contacto ocular; aspecto sensorium está orientado en persona, tiempo y lugar; aspecto de estado de conciencia confusa; aspecto de memoria con funcionamiento intelectual. Presenta síntomas especiales de pérdida de apetito, pérdida de peso, dificultad de conciliar el sueño, sensación de angustia, irritabilidad y de no ser querido. Actitud durante la sesión manifiesta ansiedad.

- **Interpretación Pre evaluación Test de depresión de Goldberg**

El paciente R.T según criterios de evaluación del test se observa que los ítems con mayor gravedad son los siguientes: ver el futuro con pocas esperanzas, no siente placer ni alegría ante lo que realiza, encuentra dificultad en tomar decisiones, la pérdida de interés en aspectos de vida que antes solía ser importantes para la persona, tristeza, abatido o infeliz, agitado o en constante movimiento, le cuesta hacer las cosas incluso cuando son simples, culpabilidad, siente falla ante lo que realiza, se siente sin vida, cambio en los hábitos de sueño, se siente cautivo, deprimido y baja o sube de peso. Tomando en cuenta los ítems mencionados anteriormente nos evidencia según el test de depresión de Goldberg presenta síntomas de depresión grave.

- **Interpretación Post evaluación Test de depresión de Goldberg**

El paciente R.T según criterios de evaluación del test se evidencia una disminución en los siguientes ítems: ya no hace las cosas con lentitud, placer y alegría ante lo que hace, no encuentra dificultad al tomar decisiones, no se siente triste si abatido, no presenta agitación ni fatiga, se encuentra más motivado, ve su futuro con esperanza, presenta mayor concentración en la lectura, no se le dificulta hacer las cosas simples, perder interés en aspectos de su vida, no siente culpa, en ocasiones presenta cambios en sus hábitos de sueño, peso normal y ya no se siente deprimido a pesar que le suceden situaciones desagradables; tomando en cuenta los ítems mencionados anteriormente nos evidencia según el test de depresión de Goldberg que existe una disminución, por lo tanto el paciente se diagnostica con depresión leve.

- **Análisis de caso 7:**

El paciente durante el proceso inicial (pre evaluación) de Biodanza fue diagnosticado con un nivel de Depresión Grave manifestándolo en la guía de observación y el examen mental. El comportamiento, la comunicación, expresión no verbal, afecto, memoria/concentración fueron los criterios más afectados que se observaron en el paciente. Durante las intervenciones se adecuó actividades para mejorar los criterios mencionados anteriormente. Al finalizar el proceso y la cantidad de sesiones el paciente fue evaluado nuevamente (post evaluación) y los resultados del proceso son satisfactorios en la disminución de los síntomas que presentaba en la proceso inicial. El paciente ahora es diagnosticado con un nivel de depresión leve.

### **Caso 8**

**Datos generales:**

**Paciente:** A.E.S

**Ocupación:** abogado

**Edad Cronológica:** 33

**Estado Civil:** casado

**Sexo:** masculino

**Fecha de Evaluación:** 3 de junio de 2018

- **Interpretación de Guía de Observación**

El paciente A.E.S su estado de ánimo antes de practicar Biodanza se encontraba irritable; no se mostraba interesado al intentar iniciar una conversación; muestra una expresión facial normal; su mirada es intranquila; no se muestra interesado por sus aflicciones; la participación durante el programa es pasiva; su apariencia física es mala; actitud y conducta es evasivo; reducción en su nivel de actividad y atención.

Los criterios de evaluación más afectados estuvieron relacionados con el comportamiento, la comunicación, expresión no verbal, afecto, aspecto general, actividad motora y memoria/concentración.

- **Interpretación de Examen Mental**



El paciente A.E.S en aspectos personales se observó color de tez clara, color de cabello castaño, tipo de cabello lacio, color de ojos negros, complexión física grande, estatura aproximadamente de 1.61 metros o más, etnia ladina, no presenta cicatrices visuales ni tatuajes visibles.

En aspecto general, actitud y forma de ser se observa retraído, desconfiado, ansioso, evasivo y poca comunicación en el grupo; en el aspecto de estado de ánimo y emoción deprimido, triste y decaído; en el aspecto de inteligencia con pensamiento concreto y abstracto; en aspecto de actividad motora se observa disminuida y posturas peculiares; aspecto de asociación y flujo de ideas: características del lenguaje con necesidad de aprobación y contacto ocular; aspecto sensorium está orientado en persona, tiempo y lugar; aspecto de estado de conciencia confusa y somnolienta; aspecto de memoria remota. Presenta síntomas especiales como pérdida de peso, disminución de la libido, se siente cansado, dificultad de conciliar el sueño, falta de interés en actividades anteriores atractivas, sensación de angustia y de desesperanza. Actitud durante la sesión manifiesta resistencia y ansiedad.

- **Interpretación Pre evaluación Test de depresión de Goldberg**

El paciente A.E.S según criterios de evaluación del test se observa que los ítems con mayor gravedad son los siguientes: hacer las cosas con lentitud, ver el futuro con pocas esperanzas, no siente placer y alegría ante lo que realiza, encuentra dificultad en tomar decisiones, la pérdida de interés en aspectos de vida que antes solía ser importantes para la persona, tristeza, abatido o infeliz, agitado o en constante movimiento, le cuesta hacer las cosas incluso cuando son simples, culpabilidad, siente que ha fallado ante lo que realiza, se siente sin vida, cambio en los hábitos de sueño, se siente cautivo, deprimido y baja o sube de peso. Tomando en cuenta los ítems mencionados anteriormente nos evidencia según el test de depresión de Goldberg que presenta síntomas de depresión grave.

- **Interpretación Post evaluación Test de depresión de Goldberg**

El paciente A.E.S según criterios de evaluación del test se evidencia una disminución en los siguientes ítems: ya no hace las cosas con lentitud, placer y alegría ante lo que hace, no encuentra dificultad al tomar decisiones, no se siente triste ni abatido, no presenta

agitación ni fatiga, se encuentra más motivado, ve su futuro con esperanza, presenta mayor concentración en la lectura, no se le dificulta hacer las cosas simples, perder interés en aspectos de su vida, no siente culpa, en ocasiones presenta cambios en sus hábitos de sueño, peso normal y ya no se siente deprimido a pesar que le suceden situaciones desagradables; tomando en cuenta los ítems mencionados anteriormente nos evidencia según el test de depresión de Goldberg que existe una disminución, por lo tanto el paciente se diagnostica con depresión leve.

- **Análisis de caso 8:**

El paciente durante el proceso inicial (pre evaluación) de Biodanza fue diagnosticado con un nivel de Depresión Grave manifestándolo en la guía de observación y el examen mental. El comportamiento, la comunicación, expresión no verbal, afecto, aspecto general, actividad motora y memoria/concentración fueron los criterios más afectados que se observaron en el paciente. Durante las intervenciones se adecuó actividades para mejorar los criterios mencionados anteriormente. Al finalizar el proceso y la cantidad de sesiones el paciente fue evaluado nuevamente (post evaluación) y los resultados del proceso son satisfactorios en la disminución de los síntomas que presentaba en la proceso inicial. El paciente ahora es diagnosticado con un nivel de depresión leve.

### **Caso 9**

#### **Datos generales:**

**Paciente:** S.A

**Ocupación:** trabajo social

**Edad Cronológica:** 29

**Estado Civil:** casada

**Sexo:** femenino

**Fecha de Evaluación:** 3 de junio de 2019

- **Interpretación de Guía de Observación**

La paciente S.A su estado de ánimo antes de practicar Biodanza se encontraba triste; falta de interés al intenta iniciar una conversación; muestra una expresión facial normal; su mirada es intranquila; se muestra interesada por sus aflicciones; la participación durante el programa es pasiva; su apariencia física es normal; actitud y conducta es accesible y franca, su nivel de actividad es normal y atención.

Los criterios de evaluación más afectados estuvieron relacionados con el comportamiento, la comunicación, expresión no verbal, participación y memoria/concentración.

- **Interpretación de Examen Mental**

La paciente S.A en aspectos personales se observó color de tez oscura, color de cabello negro, tipo de cabello crespo, color de ojos negros, complexión física mediana, estatura aproximadamente de 1 a 1.30 metros, etnia garífuna, no presenta cicatrices visuales ni tatuajes visibles.

En aspecto general, actitud y forma de ser se observa desconfiada, desafiante, ansiosa, evasiva y poca comunicación en el grupo, indecisa y arreglo personal e higiene inadecuada; en el aspecto de estado de ánimo y emoción deprimida, triste, inapropiada y decaída; en el aspecto de inteligencia con pensamientos concretos y abstractos; en aspecto de actividad motora se observa disminuida, hace muecas, discapacidad, rituales/compulsiones; aspecto de asociación y flujo de ideas: características del lenguaje coherente, circunstancialidad y ecolalia; aspecto sensorium está orientado en persona, tiempo y lugar; aspecto de estado de conciencia confusa; aspecto de memoria reciente y habilidad para comprender y responder preguntas. Presenta síntomas especiales como disminución de la libido, cansancio, no levantarse temprano, sensación de no ser querida, desesperanza, des validez. Actitud durante la sesión manifiesta resistencia, mentiras, presentarse en tercera persona y ansiedad.

- **Interpretación Pre evaluación Test de depresión de Goldberg**

El paciente S.A según criterios de evaluación del test se observa que los ítems con mayor gravedad son los siguientes: hacer las cosas con lentitud, ver el futuro con pocas esperanzas, la pérdida de interés en aspectos de vida que antes solía ser importantes para la persona, agitada o en constante movimiento, le cuesta hacer las cosas incluso cuando son simples, siente que ha fallado ante lo que realiza, se siente sin vida, cambio en los hábitos de sueño, se siente cautivo, deprimido y baja o sube de peso. Tomando en cuenta los ítems mencionados anteriormente nos evidencia según el test de depresión de Goldberg que presenta síntomas de depresión grave.

- **Interpretación Post evaluación Test de depresión de Goldberg**

El paciente S.A según criterios de evaluación del test se evidencia una disminución en los siguientes ítems: ya no hace las cosas con lentitud, futuro con esperanza, placer y alegría ante lo que hace, no encuentra dificultad al tomar decisiones, no se siente triste ni abatida, no presenta agitación ni fatiga, se encuentra más motivada, ve su futuro con esperanza, presenta mayor concentración en la lectura, no se le dificultad hacer las cosas simples, perder interés en aspectos de su vida, no siente culpa, en ocasiones presenta cambios en sus hábitos de sueño, peso normal y ya no se siente deprimida a pesar que le suceden situaciones desagradables; tomando en cuenta los ítems mencionados anteriormente nos evidencia según el test de depresión de Goldberg que el paciente se diagnostica con depresión leve.

- **Análisis de caso 9:**

El paciente durante el proceso inicial (pre evaluación) de Biodanza fue diagnosticado con un nivel de Depresión Grave manifestándolo en la guía de observación y el examen mental. El comportamiento, la comunicación, expresión no verbal, participación y memoria/concentración fueron los criterios más afectados que se observaron en el paciente. Durante las intervenciones se adecuó actividades para mejorar los criterios mencionados anteriormente. Al finalizar el proceso y la cantidad de sesiones el paciente fue evaluado nuevamente (post evaluación) y los resultados del proceso son satisfactorios en la disminución de los síntomas que presentaba en la proceso inicial. El paciente ahora es diagnosticado con un nivel de depresión leve.

### **Caso 10**

**Datos generales:**

**Paciente:** F.M.N

**Ocupación:** estudiante universitaria

**Edad Cronológica:** 25

**Estado Civil:** soltera

**Sexo:** femenino

**Fecha de Evaluación:** 3 de junio de 2019

- **Interpretación de Guía de Observación**

La paciente S.A su estado de ánimo antes de practicar Biodanza se encontraba triste; falta de interés al iniciar una conversación; muestra una expresión facial normal; su mirada es evasiva; se muestra interesada por sus aflicciones; la participación durante el programa es activa; su apariencia física es buena; actitud y conducta es accesible y franca, su nivel de actividad y atención es normal.

El criterio de evaluación más afectado estuvo relacionado con la expresión no verbal.

- **Interpretación de Examen Mental**

La paciente F.M.N en aspectos personales se observó color de tez intermedio, color de cabello castaño, tipo de cabello lacio, color de ojos marrón, complexión física mediana, estatura aproximadamente de 1 a 1.30 metros, etnia ladina, no presenta cicatrices visuales ni tatuajes visibles.

En aspecto general, actitud y forma de ser se observa accesible e indecisa; en el aspecto de estado de ánimo y emoción es decaída y apropiada; en el aspecto de inteligencia con pensamiento concreto y abstracto; en aspecto de actividad motora se observa disminuida; aspecto de asociación y flujo de ideas: características del lenguaje coherente y ocular; aspecto sensorium está orientado en persona, tiempo y lugar; aspecto de estado de conciencia alterada; aspecto de memoria con funcionamiento intelectual. Presenta síntomas especiales como pérdida de peso, dificultad de conciliar el sueño, interés en actividades anteriores atractivas y sensación de angustia. Actitud durante la sesión manifiesta colaboración y participación.

- **Interpretación Pre evaluación Test de depresión de Goldberg**

La paciente F.M.N según criterios de evaluación del test se observa que los ítems con mayor gravedad son los siguientes: hacer las cosas con lentitud, concentración en la lectura, la pérdida de interés en aspectos de vida que antes solía ser importantes para la persona, placer y alegría ante lo realizado en su vida, pérdida de interés en aspectos de su vida que antes solían ser importantes, agitada o en constante movimiento, fatigada, le cuesta hacer las cosas incluso cuando son simples, culpabilidad, siente que ha fallado ante lo que realiza, se

siente sin vida, cambio en los hábitos de sueño, se siente cautiva, deprimida y baja o sube de peso. Tomando en cuenta los ítems mencionados anteriormente nos evidencia según el test de depresión de Goldberg que presenta síntomas de depresión moderada.

- **Interpretación Post evaluación Test de depresión de Goldberg**

La paciente S.A según criterios de evaluación del test se evidencia una disminución en los siguientes ítems: ya no hace las cosas con lentitud, futuro con esperanza, placer y alegría ante lo que hace, no encuentra dificultad al tomar decisiones, no se siente triste ni abatida, no presenta agitación ni fatiga, se encuentra más motivada, ve su futuro con esperanza, presenta mayor concentración en la lectura, no se le dificultad hacer las cosas simples, perder interés en aspectos de su vida, no siente culpa, en ocasiones presenta cambios en sus hábitos de sueño, peso normal y ya no se siente deprimida a pesar que le suceden situaciones desagradables; tomando en cuenta los ítems mencionados anteriormente nos evidencia según el test de depresión de Goldberg que el paciente se diagnostica con depresión leve.

- **Análisis de caso 10:**

La paciente durante el proceso inicial (pre evaluación) de Biodanza fue diagnosticado con un nivel de Depresión Moderada manifestándolo en la guía de observación y el examen mental. La expresión no verbal fue el criterio más afectado que se observaron en el paciente. Durante las intervenciones se adecuó actividades para mejorar los criterios mencionados anteriormente. Al finalizar el proceso y la cantidad de sesiones el paciente fue evaluado nuevamente (post evaluación) y los resultados del proceso son satisfactorios en la disminución de los síntomas iniciales. La paciente ahora es diagnosticada con un nivel de depresión leve.

### **3.03 Análisis general**

La Biodanza, de acuerdo con Zafra (1996) “es un sistema de integración afectiva, renovación orgánica y reaprendizaje de funciones originarias de vida, basados en vivencias inducidas por la danza, la música el canto y las situaciones de encuentro en grupo”. La música abarca toda la expresión viviente de sonidos natural y artificial, con las cualidades de ritmo,

armonía, melodía y tono. El canto es una de las manifestaciones íntimas y profundas del individuo compromete todo su ser. Busca la re vinculación originaria con la especie como totalidad biológica a través de la actividad vivencial con uno mismo, con el otro y con el grupo humano. Llegándose a tener una conexión esencial con el grupo. Por otro lado, la renovación orgánica se encarga de generar el organismo mediante estados especiales provocados por los ejercicios de Biodanza que activan procesos de reparación celular y regulan las funciones biológicas.

Es una disciplina de movimiento amor, que reestablece en cada individuo la capacidad de contacto consigo mismo, con el universo y con el semejante. Es un camino de liberación de las múltiples formas de autoridad externas, es una técnica para reemplazar las tendencias de muerte por las tendencias de vida.

Biodanza es un método terapéutico que induce vivencias integradoras con música, canto y danza, es la técnica para aprender a avanzar en la vida y la gran danza cósmica. Es una disciplina cuyo objetivo es lograr el control interno a la creatividad personal a la libertad. (Moccio, 1989). El entrenamiento permite, progresivamente, reforzar la identidad personal y por otra parte alcanzar esperanza musical. La autorregulación en el proceso de identidad, trance dentro del grupo, libera al individuo de sus actitudes de dependencia, lo que permite asumir la dirección de su existencia sin estar sometido a una guía exterior.

Esta técnica puede aplicarse a personas de cualquier edad y condición, tanto a personas normales que sufren estrés de la civilización, ya los llamados neuróticos, psicóticos y psicosomáticos. Con indicadores diferentes puede ser aplicado a niños, adultos y ancianos.

En las Unidades Asistenciales del Instituto Guatemalteco de Seguridad Social –IGSS se atienden a personas trabajadoras afiliadas recibiendo atención médica en consulta externa como en hospitalización, rehabilitación, tratamiento psicológico y social.

Dependiendo de la necesidad de los trabajadores serán suspendidos en sus labores por problemas de salud y reciben prestaciones en dinero correspondiente a las dos terceras partes del salario diario por incapacidad debido a enfermedad o accidente. Si la persona presenta una crisis emocional se suspende durante dos meses de sus labores para que asistan al Centro de atención Integral de Salud Mental. (IGSS, 2019)

Dentro de los problemas de salud que afectan a la población de Guatemala, de acuerdo a la Organización Mundial de la Salud (OMS) el trastorno de depresión es el trastorno que más asecha a las personas, entendido éste como un trastorno emocional que se muestra como un estado de infelicidad y abatimiento. Tiene mayor prevalencia en personas de 25 a 40 años de edad.

Los pacientes que asistieron regularmente al tratamiento psicológico de Depresión en el programa de Hospital de Día del Centro de Atención Integral de Salud Mental, del Instituto Guatemalteco de Seguridad Social (I.G.S.S) con una muestra seleccionada de tipo aleatoria y de ambos sexos, comprendida entre las edades de 25 a 40 años que presentaron síntomas de depresión o hayan sido diagnosticados previamente.

Como primer Objetivo de la investigación fue la determinación de los niveles de depresión en pacientes previos al abordaje del programa de Biodanza conocido como la **Pre evaluación** donde se observó que los pacientes se ubican en el tipo de depresión Patológico (Nivel Moderado-Grave). Para determinar la existencia de depresión y nivel de esta en la vida de las personas, se evidenciaron los criterios: realizar actividades con lentitud, ver su futuro con poca esperanza, cambio en los hábitos de sueño, dificultades en tomar decisiones, pérdida o ganancia de peso y pérdida de interés ante sus actividades de la vida diaria.

Como segundo objetivo de la investigación se implementó el programa de Biodanza desde la Psicoterapia como **Tratamiento de depresión**, este se impartió en el programa de Biodanza que se llevó a cabo en la Institución durante un mes. Fue realizado por profesionales de la salud mental, se inicia en un círculo con música de fondo en grupos de 5 personas, en un salón especial de sesiones, luego todo el taller es guiado por el terapeuta apoyado de un Co-terapeuta dando indicaciones de todos los pasos que se deben seguir, durante dos sesiones por semana. Se Evaluan los niveles de depresión posteriores a la implementación del programa de Biodanza donde se solicitó una Reevaluación con el Test de depresión de Goldberg para comprobar la efectividad de dicho programa y que los niveles de depresión hayan disminuido; fue auto aplicable. Como resultado fue que los niveles de depresión de los pacientes se percibieron en el Tipo de Depresión Normal (Nivel Leve-Moderado). Se evidencio mayor evolución en los incisos: lentitud para realizar actividades,



ver su futuro con poca esperanza, cambio en los hábitos de sueño, dificultades en tomar decisiones y pérdida o ganancia de peso.

Y como tercer objetivo la comprobación de la efectividad de la Técnica de Biodanza en los pacientes que fueron parte de la investigación, siendo los cambios muy evidentes después de la intervención del terapeuta en el tratamiento de la depresión desde la Psicoterapia.

Como objetivo de la Biodanza es que cada persona sea responsable de su propio crecimiento personal, que pueda motivarse y crear nuevos alicientes para vivir y en particular mantener un estilo de vida centrado en la salud y el bienestar con todos los beneficios que ello conlleva.

Según American Dance Therapy Association (ADTA), en 1966 surge como una asociación reconociendo la danza como un tratamiento efectivo para personas que presentaban discapacidades médicas, sociales, físicas o psicológicas. De esta época emergen gradualmente dos campos profesionales: la psicología y la danza moderna.

Dentro del grupo de pacientes se evidencio niveles de depresión que es conocida como una enfermedad grave y común que nos afecta física y mentalmente en nuestro modo de sentir y de pensar. La depresión nos puede provocar deseos de alejarnos de nuestra familia, amigos, trabajo, y escuela. Puede causar ansiedad, pérdida del sueño, del apetito, y falta de interés o placer en realizar diferentes actividades.

En el caso 4 y caso 6 se observó los siguientes criterios en los pacientes: estado de ánimo triste, de mal humor, deprimido, con inhibición del curso del pensamiento, débil, voluntad de incapacidad de decisiones, mirada desafiante, no presenta interés ante las aflicciones, apariencia física es mala, actitud y conducta es evasiva, nivel de actividad y nivel de atención es normal.

En el caso 8 y caso 10 se presentan como pacientes depresivos caracterizados como callado, cohibido, infeliz, pesimista, se desprecia a sí mismo, experimenta una sensación de lasitud, insuficiencia, falta de ánimo y desesperanza. Es incapaz de tomar decisiones y le cuesta trabajo ejecutar actividades mentales que antes no se le dificultaban, tiene sentimientos de inutilidad, apatía, se siente rechazado y puede llegar a tener ideas suicidas (Kolb, 1976).

Por depresión entendemos un síndrome o agrupación de síntomas, susceptibles de valoración y ordenamiento en unos criterios diagnósticos racionales y operativos. Es importante plantearse la posibilidad diagnóstica de un trastorno depresivo a partir de datos subjetivos poco específicos: deterioro en la apariencia y aspecto personal, lentitud en los movimientos, marcha cansada, tono de voz bajo, rostro triste o poco expresivo, llanto fácil o espontáneo en la consulta, escasa concentración durante la entrevista, verbalización de ideación pesimista, ideas de desvalorización, quejas hipocondríacas, alteraciones en el ritmo del sueño, quejas somáticas difusas y difíciles de encuadrar.

En lugar de la tristeza o bajo estado de ánimo, la queja principal puede consistir en la pérdida de interés y disfrute en la vida, una vivencia del tiempo enlentecida y desagradable, o la falta de energía vital para las tareas más sencillas de la vida cotidiana.

Se debe tomar en consideración los datos sobre la historia personal del paciente como los datos generales mencionados en todos los casos como nombre del paciente, edad cronológica, sexo, ocupación, estado civil y la fecha de evaluación que nos apoya en los antecedentes afectivos familiares, su situación social y económica.

Los niveles de depresión según la Terapia Gestalt se contempla como un ajuste creador, conocido como una respuesta creativa dada por el individuo en su contacto con el entorno (su mundo), respuesta que no tiene por qué ser necesariamente el mejor pero, sin duda, será la más adecuada en ese momento dado. La respuesta que los pacientes manifestaron dentro de la Técnica de Biodanza, fue la reacción ante cada actividad y su efectividad.

Mediante el ajuste creador, el organismo (paciente) crea el mundo (salón de sesiones o usos múltiples) y lo transforma al mismo tiempo que, en base una acción simétrica y simultánea, es el entorno quien transforma al organismo (Danza). O como dice Jean-Marie Robine, citando a su vez a Perls y Goodman (1997): “el ajuste creador es en un mismo acto, transformado y transformador”.

La labor del terapeuta dentro de la institución con el paciente depresivo, no consiste en luchar contra el trastorno o limitarse a eliminar los síntomas, sino ayudar al paciente a ampliar sus posibilidades, recursos y capacidades para que no repita una vez más los

momentos puntuales de su pasado, que son inadecuados en el momento actual y no conducirlo a la situación que ahora padece.

Depende del paciente depresivo la duración de la recuperación. Por lo tanto, dentro de la institución se evidencia la efectividad con el interés del paciente dentro de las terapias, tomando en cuenta el nivel en que se encuentra su depresión. La terapia Gestalt de la depresión se desarrolla en tres Niveles, de acuerdo con (Kepner, 1987):

- **Nivel Grave:** va desde la primera hasta la tercera sesión.
- **Nivel Moderado:** de la cuarta a la sexta sesión.
- **Nivel Leve:** las últimas sesiones.

### **Tratamiento de la depresión**

Varios tipos de psicoterapia o “terapia de diálogo” pueden ayudar a las personas con depresión.

Algunos tratamientos son de corto plazo y otros son de largo plazo, según las necesidades del individuo.

Existen dos tipos principales de psicoterapia según Perls F. (1951): la terapia cognitivo-conductual y la terapia Gestalt de Goodman, las cuáles han probado ser efectivas en el tratamiento de la depresión. Al enseñar nuevas maneras de pensar y de comportarse, la terapia cognitivo-conductual ayuda a las personas a cambiar sus estilos negativos de pensamiento y de comportamiento que pueden contribuir a su depresión.

La Terapia Gestalt contempla al ser humano encontrándose en transformación permanente en su contacto o interacción con el entorno. Es en este campo organismo-entorno donde surgen determinadas formas de la experiencia y una de ellas es la experiencia depresiva, aplicable tanto para la depresión propiamente dicha como el Trastorno Depresivo (Psychology, 2014).

La psicoterapia puede ser la mejor opción para tratar la depresión leve a moderada. Sin embargo, para casos graves de depresión o para ciertas personas, la psicoterapia puede no ser suficiente. Estudios han indicado que una combinación de medicamentos y psicoterapia pueden ser para los adolescentes la opción más efectiva para tratar la depresión y reducir la

probabilidad de una reaparición. En un estudio sobre el tratamiento de la depresión en ancianos, Rolando Toro descubrió que los pacientes que respondieron al primer tratamiento de medicamentos y terapia Gestalt tenían menos probabilidades de volver a sufrir de depresión si continuaban con su tratamiento combinado durante al menos dos años.

Del mismo modo, se utiliza el Sistema de Biodanza con los pacientes con depresión que claramente es una represión de los impulsos creativos que tiene consecuencias gravísimas para el individuo y la sociedad, esta obstrucción añade Rolando T. provoca los siguientes efectos:

- Disociación afectivo-práctica: impedimento para realizar lo que siente.
- Mecanización: el individuo se mueve a partir de patrones impuestos y repite secuencias de movimientos sin sentido ajenos a su vida.
- Descompensación y pérdida de homeostasis: se quiebra el flujo organizador del sistema viviente quebrándose la conexión en feed back con el mundo, Toro afirma acá que la Neurosis Depresiva posee como componente etiológico, la obstrucción espontánea de los impulsos creadores. (Etiología: es estudio de las causas que motivan las enfermedades).
- Despersonalización: no hay una versión personal del acto creativo viéndose el individuo extraño frente a su obra, lo que se proyecta como una percepción despersonalizada de los otros.

Biodanza propone desarrollar la línea de la creatividad en cuatro etapas que menciona a continuación:

- Expresión primal: se expresan las primeras manifestaciones expresivas que fueron bloqueadas durante la infancia. Los ejercicios propuestos: danza con saltos, variaciones rítmicas, extensión máxima.
- Integración Yin-Yang: se descubren las polaridades energéticas y se integran armónicamente las energías opuestas. Los ejercicios propuestos: danzas de Fluidez y danzas Yin- Yang.

- Comunicación expresiva: esta etapa se caracteriza por la comunicación a otras personas, esto queda manifestado claramente tanto en la expresión corporal de las participantes, se observa claramente la dificultad o la facilidad de expresar las emociones sobre las vivencias en Biodanza. Ejercicios propuestos: sincronizaciones entre dos personas y movimientos expresivos de base.
- Elaboración Creativa: en esta etapa se llega a una auténtica y única expresión creativa, elaborando obras de arte.

Una sesión de Biodanza tiene una duración de una 1 hora. La primera y la última parte de ésta, tiene prácticamente la misma estructura, comenzando con el **Relato de Vivencia**, cuya duración aproximada es de 15 minutos. El relato de vivencia es conocido como la escucha amorosa, con atención, con empatía el relato de nuestros compañeros.

En este espacio los pacientes hablan de sí mismos, de lo que les produjeron las vivencias de la sesión anterior, con una palabra emocionada, de corazón sin hacer un análisis de lo ocurrido.

La propuesta es referirse exclusivamente a las vivencias personales, sin hablar de los otros.

Como terapeutas, tampoco hacemos interpretaciones sobre vivencia de un paciente que ha tenido la oportunidad de abrir su corazón en este espacio ya que es un espacio sagrado.

Luego nos disponemos a bailar y comenzamos con una Ronda de Bienvenida (**Ronda de Inicio**).

Ronda de inicio conocida como la ceremonia de la sesión formando una ronda, dándole significado que todos somos iguales, no hay jerarquías, nadie es más que el otro.

En la ronda de inicio los pacientes se saludan, se conectan, entran en movimiento y en la musicalidad. El círculo de la ronda, representa un útero contenedor en donde las personas pueden entregarse y expresar sus emociones. El útero es la energía yin, receptiva, que nos da

confianza, en donde los egos pierden protagonismo. Ya no es el paciente o el terapéutico, sino que somos nosotros.

El segundo ejercicio consiste en **Caminar**, lo que nos ayuda a entrar en la integración de todo nuestro ser a través de un andar sinérgico, es decir alternando brazos y piernas (**Caminar en parejas, Caminar con Motivación Afectiva, Caminar Alegre, etc.**)

En la parte central del taller se realizaron ejercicios específicos que vamos trabajando indistintamente sesión a sesión, en los cuales podemos abordar la vitalidad (**Danzas Rítmicas**), las tensiones (**Segmentario de Cuello, de Hombros, de Pecho y Brazos, etc.**), conectarnos con nuestra energía lúdica a través del juego (**Juego de Palmas, etc.**)

Luego los pacientes se concentran en el encuentro de abrazos donde se acercaron con su compañero para dar y recibir un abrazo. El tiempo no tiene límite en cada abrazo. Al concluir con un compañero se despiden y buscaron nuevos abrazos.

Finalizamos el taller con una **Ronda de Celebración y Despedida** donde se celebró el tiempo compartido, los vínculos creados, las miradas cruzadas y las manos entrelazadas dentro del taller.

El objetivo de la ronda final en Biodanza es la catarsis del grupo llegó a su fin. Experiencias únicas e irrepetibles quedan fundidas en las almas de los pacientes. Para ellos la vida sigue siendo un camino de cambios positivos, tendientes a crecer como seres humanos en el amor a uno mismo y al Universo de un todo.

La Biodanza es un proceso muy movilizador e importante, donde los pacientes van sintiendo sus cambios, especialmente las tres primeras sesiones; si no lo perciben ellas mismas, lo advierten sus familias, parejas, amigos, compañeros de trabajo, etc.

## CAPÍTULO IV

### 4. Conclusiones y recomendaciones

#### 4.01 Conclusiones

- Se evidenciaron los niveles de depresión leve, moderado y grave según el Test de Depresión de Goldberg en pacientes entre 25 a 40 años que asistieron a Psicoterapia al Programa de Hospital de Día del Centro de Atención Integral de Salud Mental CAIMS-IGSS causadas por falta de trabajo, desintegración familiar, problemas económicos, jubilaciones, problemas de identidad, duelo y enfermedades médicas.
- Se implementaron conocimientos Psicoterapéuticos de la Biodanza a los pacientes de 25 a 40 años que asistieron al Programa de Hospital de Día del Centro de Atención Integral de Salud Mental CAIMS-IGSS formando una disciplina de movimiento amor, que reestablece en cada individuo la capacidad de contacto consigo mismo, con el universo y con el semejante.
- Se evidenció la efectividad de la Biodanza por medio de los ejercicios realizados en cada sesión de psicoterapia, obteniendo cambios significativos como actitud ante la vida, estado de ánimo, apariencia física y expresión corporal.

#### **4.02 Recomendaciones**

- **A la Escuela de Ciencias Psicológicas de la Universidad de San Carlos de Guatemala**

Implementen más charlas de formación a los estudiantes de Licenciatura sobre la importancia de los Talleres de Biodanza.

Darle la importancia necesaria hacia la Técnica de Biodanza, así como los beneficios que se obtienen de ella.

- **Área de Psicología del Centro de Atención Integral de Salud Mental CAIMS-IGSS**

Implementar programas de información sobre la efectividad de los Talleres de Biodanza.

Considerar el aumento de sesiones de Biodanza durante la semana, luego de evidenciar la efectividad para las personas que la reciben.

- **A la población guatemalteca en general**

Considerar la Biodanza como alternativa para reducir sus malestares emocionales clínicamente significativos luego de ser evaluado por un profesional y determinar su diagnóstico de depresión, buscando alcanzar los máximos beneficios para su salud mental.



#### 4.03 Referencias

- Abraham, G. (1987). Historia universal de la música. Madrid: Tauros.
- Baeza, J., & Balaguer, G. (2008). Higiene y prevención de la ansiedad. España: Díaz Santos.
- Benenzon, R. (2011). Musicoterapia: de la teoría a la práctica. Buenos Aires: Grupo Planeta.
- Campbell, D. (1993). El efecto Mozart, la música para liberar el espíritu creativo. Nueva York: Avon Books.
- Campbell, D. (2001). El efecto Mozart, la música para liberar el espíritu creativo, el sonido, la escucha y la voz. Barcelona: Urano.
- Dicaprio, N. S. (1996). Teorías de la Personalidad. Mexico, D.F: Litografica Igramex.
- Dorshc, F. (1992). Diccionario de Psicología. España: McGraw Hill.
- Ducoumeau, G. (1988). Musicoterapia, la comunicación musical, su función y sus métodos en terapia y reeducación. Madrid: Tauros.
- Ducungé, E. O. (1996). Terapia ocupacional para la rehabilitación psiquiátrica. Madrid: Paidós.
- Erikson, E. (1950). Teorías de la Personalidad . España.
- Freud, A. (1993). El YO y los mecanismos de defensa. Barcelona: Paidos.
- García, E. (1989). Musicoterapia y enriquecimiento personal. España: Labor, S. A.
- González, J. (1999). Psicoterapias de Grupo: Psicología y Técnicas a partir de diferentes Escuelas Psicológicas. México: Manual Moderno.
- Grimon, J. (2003). Mecanismos biológicos de la creatividad artística. España: Deselee.
- Gutiérrez, A. (1980). Manual de Psiquiatría: Trastornos afectivos. Madrid: Karpos.
- IGSS. (2019). Afiliados, Trabajadores Guatemaltecos. Guatemala: Instituto Guatemalteco de Seguridad Social.
- Jauset, J. (2011). Música y Neurociencia: la musicoterapia. Barcelona: UOC.
- Juliette, A. (1984). Los elementos curativos de la música. Buenos Aires: Grupo Planeta.
- Kepner, J. I. (1987). Proceso Corporal, Un enfoque Gestalt para el tabajo corporal en psicoterapia. Santa fe de Bogota: El Manual Moderno, S.A de C.V.
- Kolb, L. C. (1976). Psiquiatria Clinica Moderna. Mexico: Prensa Medica Mexicana, S.A. de C.V. .

- Kougun, J. (1965). El lenguaje del Arte. Argentina: Paidós.
- Lowen, A. (2010). La experiencia del placer, vivencias corporales, creatividad y bioenergética. Canadá: Paidos .
- Moccio, F. (1989). El taller de terapias expresivas. México: Paidos.
- Molina, P. D. (1998). Terapia Ocupacional en salud mental. Madrid: Masson, S. A.
- Perls F., H. R. (1951). Terapia Gestalt: Excitación y crecimiento de la personalidad humana. España: Los Libros C.T.P.
- Perls, F. y. (1997). Introduccion Terapia Gestalt. Atlantic International University.
- PNUD. (2018). Clases Sociales y Sociedad Guatemalteca. Guatemala: Programa de las Naciones Unidas para el Desarrollo.
- Psychology, A. A. (2014). Manual Diagnóstico y Estadístico de los Trastornos Mentales . Madrid: Médica Panamericana .
- Thayer, G. (1982). Tratado de musicoterapia. Barcelona: Paidós.
- Toro, R. (1986). Biodanza. Buenos Aires: Paidos.
- Toro, R. (2007). Biodanza. Santiago, Chile: Indigo.
- Toro, R. (2007). Biodanza y sus elementos. Chile: Cuarto propio .
- Toro, V., & Terren, R. (2009). Biodanza, poética del encuentro: colección cuerpo, arte y salud . Chile: Lumen humanitas.
- Ward, I., & Zarate, O. (2001). Psicoanálisis para principiantes . Argentina : Era Naciente.
- Yam, E. (1995). Psicoanálisis, psicopatología y relación con el arte . Madrid: Karpos.
- Zafra, M. M. (1996). La biodanza de la vida. Chile: Interamericana .

## **Anexos**

## **Anexo 1**

### **Consentimiento Informado**

Proyecto de Investigación: “La Biodanza y su Efecto Psicoterapéutico en pacientes con depresión entre 25 y 40 años que asisten al Programa De Hospital De Día Del Centro De Atención Integral De Salud Mental CAIMS-IGSS Durante El Año 2019”.

Nos gustaría invitarle a participar en un estudio perteneciente a la comprobación de efectividad de la técnica de Biodanza como una herramienta Psicoterapéutica para el tratamiento de la Depresión, trabajo realizado por Evelyn Maribel Aragón González y Sinndy Stephanie Pineda Albizurez, y avalado por la Licenciada Ana Franco.

Como estudiantes de la Escuela de Ciencias Psicológicas, de la Universidad de San Carlos de Guatemala, estoy llevando a cabo un estudio que lleva por nombre “La Biodanza y su Efecto Psicoterapéutico en pacientes con depresión entre 25 y 40 años que asisten al Programa De Hospital De Día Del Centro De Atención Integral De Salud Mental CAIMS-IGSS Durante El Año 2019”, como requisito para obtener el grado de Licenciatura en Psicología.

Solicito su consentimiento para ser participe voluntario de este estudio, haciendo mención que puede retirarse cuando usted lo decida.

El estudio consiste en contestar una escala compuesta por 18 ítems, de acuerdo a sus criterios de evaluación para comprobar qué niveles de depresión que presenta. Le tomará alrededor de 10 minutos para contestar. El proceso es estrictamente confidencial y en ningún momento será utilizado su nombre. Luego de responder el test, será tomado en cuenta para participar en el programa de Biodanza, con el beneficio de disminuir sus niveles de depresión. Y, por último, será evaluado nuevamente con el test para comprobar que sus niveles de depresión hayan reducido.

La participación es voluntaria. El estudio no conlleva ningún riesgo, pero si en determinado momento usted necesita de intervención profesional, será referido con el especialista que requiera. No recibirá ninguna compensación por participar.

Yo: \_\_\_\_\_

En caso de ser menor de edad este consentimiento deberá ser llenado por uno o ambos padres en su efecto el tutor legal.

- He leído la hoja de información al paciente en relación al estudio arriba citado.
- He tenido la oportunidad de comentar los detalles del mismo con las investigadoras Evelyn Maribel Aragón González y Sinndy Stephanie Pineda Albizurez
- He recibido suficiente información sobre el estudio.
- He tenido por completo el propósito del estudio.

Estoy de acuerdo en tomar parte en esta investigación tal y como se me ha explicado, y entendido que puedo retirarme del mismo:

- En el momento en que lo desee,
- Sin tener que dar explicaciones.

Presto libremente mi conformidad para participar en el estudio,

\_\_\_\_\_  
Firma del participante

Fecha \_\_\_\_\_

Confirmando que he explicado la naturaleza de este estudio al participante arriba citado.

\_\_\_\_\_  
Firma del profesional

\_\_\_\_\_  
Firma del profesional

Fecha \_\_\_\_\_

## Anexo 2

### Test De Depresión de Goldberg

Nombre: \_\_\_\_\_ Edad: \_\_\_\_\_

Sexo: \_\_\_\_\_ Estado civil: \_\_\_\_\_ Escolaridad: \_\_\_\_\_

**Instrucciones:** Los siguientes 18 puntos hacen referencia a cómo se ha sentido y comportado en este tiempo. Señale, con la elección que se acerque más a la verdad, el recuadro del criterio que más considere que responde a cada ítem.

No.	Ítem	Criterios de evaluación					
		En absoluto	Un poco	En ocasiones	De forma moderada	Bastante	Mucho
1	Suelo hacer las cosas con lentitud						
2	Veo mi futuro con poca esperanza						
3	Me cuesta mantener la concentración en la lectura						
4	El placer y la alegría parecen haber marchado de mi vida						
5	Encuentro dificultades en tomar decisiones						
6	He perdido interés en aspectos de mi vida que antes solían ser importantes para mí						
7	Me siento triste, abatido e infeliz						
8	Estoy agitado y en constante movimiento						
9	Me siento fatigado						
10	Me cuesta un gran esfuerzo incluso hacer las cosas más simples						
11	Me siento culpable y que debo ser castigado						
12	Siento que he fallado						
13	Me siento sin vida – más muerto que vivo						
14	Han cambiado mis hábitos de sueño – demasiado poco, demasiado o me despierto con frecuencia						
15	Tengo pensamientos acerca de cómo acabar con mi vida						
16	Me siento atrapado o cautivo						
17	Me siento deprimido aun cuando me sucedan cosas agradables						

18	Aún sin hacer dieta, he perdido o ganado peso						
----	---	--	--	--	--	--	--

### Guía de observación

	Preguntas	Criterios de Elaboración	Criterios de Evaluación	
1	¿Cuál es su estado de ánimo antes de practicar Biodanza?	Comportamiento	Triste	
			Normal	
			Irritable	
			Animado	
2	¿Se muestra interesado (a) cuando se intenta iniciar una conversación?	Comunicación	Si	
			No	
3	¿Cuál es la expresión facial que presenta?	Emoción	Apática	
			Normal	
			Alerta	
4	¿Cómo es su mirada?	Expresión no verbal	Intranquila	
			Desafiante	
			Fija	
			Evasiva	
5	¿Se muestra interesada por sus aficiones?	Afecto	Si	
			No	
6	¿Cómo es su participación durante el programa de Biodanza?	Participación	Activo	
			Pasivo	
7	¿Cómo es su apariencia física?	Aspecto general	Mala	
			Normal	
			Buena	
8	¿Cómo es su actitud y conducta?	Comportamiento	Accesible y franco	
			Evasivo	
			Simpático	
9	¿Cómo es su nivel de actividad?	Actividad Motora	Hiperactivo	
			Normal	
			Reducción de la actividad	
10	¿Cómo es su nivel de atención?	Memoria y concentración	Distractibilidad	
			Normal	
			Concentrado	

## EXAMEN MENTAL

Nombre: \_\_\_\_\_ Sexo:  F  M

Ocupación: \_\_\_\_\_ Edad Cronológica: \_\_\_\_\_

Fecha: \_\_\_\_\_

### ASPECTO PERSONAL

<b>Color de tez:</b>	<input type="checkbox"/>	Clara	<input type="checkbox"/>	Intermedia	<input type="checkbox"/>	Oscura	
<b>Color de cabello:</b>	<input type="checkbox"/>	Negro	<input type="checkbox"/>	Rubio	<input type="checkbox"/>	Castaño	<input type="checkbox"/> Rojizo
<b>Tipo de cabello:</b>	<input type="checkbox"/>	Liso	<input type="checkbox"/>	Lacio	<input type="checkbox"/>	Crespo	
<b>Color de ojos:</b>	<input type="checkbox"/>	Marrón	<input type="checkbox"/>	Negro	<input type="checkbox"/>	Azul	<input type="checkbox"/> Verde
<b>Complexión física:</b>	<input type="checkbox"/>	Pequeña	<input type="checkbox"/>	Mediana	<input type="checkbox"/>	Grande	
<b>Estatura:</b>	<input type="checkbox"/>	Menos 1m	<input type="checkbox"/>	1m a 1.30m	<input type="checkbox"/>	1.31m a 1.60m	<input type="checkbox"/> 1.61m o mas
<b>Etnia:</b>	<input type="checkbox"/>	Ladina	<input type="checkbox"/>	Garífuna	<input type="checkbox"/>	Xinca	<input type="checkbox"/> Maya
<b>Cicatrices visibles:</b>	<input type="checkbox"/>	Si	<input type="checkbox"/>	No	<input type="checkbox"/>		
<b>Tatuajes visibles:</b>	<input type="checkbox"/>	Si	<input type="checkbox"/>	No	<input type="checkbox"/>		

### GENERAL, ACTITUD Y FORMA DE SER

1. Afable \_\_\_\_\_
2. Retraído \_\_\_\_\_
3. Desconfiado \_\_\_\_\_
4. Desafiante \_\_\_\_\_
5. Hostil \_\_\_\_\_
6. No habla \_\_\_\_\_
7. Ansioso \_\_\_\_\_
8. Accesible \_\_\_\_\_
9. Evasivo \_\_\_\_\_
10. Desdeñado \_\_\_\_\_
11. Indeciso \_\_\_\_\_
12. Limpieza \_\_\_\_\_
13. Arreglo personal \_\_\_\_\_
14. Higiene adecuada \_\_\_\_\_

2. Actividad disminuida \_\_\_\_\_
3. Movimientos estereotipados \_\_\_\_\_
4. Tics motores o vocales \_\_\_\_\_
5. Posturas peculiares \_\_\_\_\_
6. Hace muecas \_\_\_\_\_
7. Discapacidad \_\_\_\_\_
8. Rituales / compulsiones \_\_\_\_\_

1. Funcionamiento intelectual \_\_\_\_\_
2. Memoria reciente \_\_\_\_\_
3. Memoria remota \_\_\_\_\_
4. Habilidad para comprender Y responder preguntas \_\_\_\_\_

### SINTOMAS ESPECIALES DE:

1. Pérdida de apetito \_\_\_\_\_
2. Pérdida de peso \_\_\_\_\_
3. Disminución de la libido \_\_\_\_\_
4. Dificultad de conciliar el sueño \_\_\_\_\_
5. Se despierta temprano \_\_\_\_\_
6. Se siente cansado \_\_\_\_\_
7. Falta de interés en actividades anteriores atractivas \_\_\_\_\_
8. Prefiere no levantarse por la mañana \_\_\_\_\_
9. Sensación de angustia \_\_\_\_\_
10. Sensación de irritabilidad \_\_\_\_\_
11. Sensación de no ser querido \_\_\_\_\_
12. Sensación de desesperanza \_\_\_\_\_
13. Sensación de desvalidez \_\_\_\_\_

### ASOCIACIÓN Y FLUJO DE IDEAS: CARACTERÍSTICAS DEL LENGUAJE

1. Lenguaje coherente \_\_\_\_\_
2. Lenguaje incoherente \_\_\_\_\_
3. Circunstancialidad \_\_\_\_\_
4. Necesidad de aprobación \_\_\_\_\_
5. Contacto ocular \_\_\_\_\_
6. Expresión no verbal \_\_\_\_\_
7. Ecolalia \_\_\_\_\_
8. Fuga de ideas \_\_\_\_\_
9. Oposicionismo \_\_\_\_\_

### SENSORIUM

1. Orientado en persona \_\_\_\_\_
2. Orientado en tiempo \_\_\_\_\_
3. Orientado en lugar \_\_\_\_\_

### ACTITUD DURANTE LA SESIÓN

1. Colaborador \_\_\_\_\_
2. Participativo \_\_\_\_\_
3. Resistente \_\_\_\_\_
4. Miente \_\_\_\_\_
5. Manifiesta ansiedad \_\_\_\_\_
6. Se presenta en 3º. Persona \_\_\_\_\_

### ESTADO DE ÁNIMO Y EMOCIÓN PREVALENTE

1. Eufórico \_\_\_\_\_
2. Alegre \_\_\_\_\_
3. Exaltado \_\_\_\_\_
4. Deprimido \_\_\_\_\_
5. Triste \_\_\_\_\_
6. Decaído \_\_\_\_\_
7. Apático \_\_\_\_\_
8. Inapropiado \_\_\_\_\_
9. Apropiado \_\_\_\_\_
10. Restringido \_\_\_\_\_
11. Plano \_\_\_\_\_

### ESTADO DE CONCIENCIA

1. Alerta \_\_\_\_\_
2. Obnubilado \_\_\_\_\_
3. Confuso \_\_\_\_\_
4. Alterado \_\_\_\_\_
5. Somnoliento \_\_\_\_\_

### INTELIGENCIA

1. Pensamiento concreto Y abstracto \_\_\_\_\_
2. Juicio \_\_\_\_\_
3. Introspección (insight) \_\_\_\_\_

### OBSERVACIONES:

\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_

### ACTIVIDAD MOTORA

1. Actividad aumentada \_\_\_\_\_

### MEMORIA



